

ASIA: il gran tour del Laos

Cultura, natura e solidarietà in viaggio

Viaggio di gruppo: ID 600_19
Durata: 15 giorni/14 notti
Partenza del 4 ottobre

IL FASCINO DEL VIAGGIO

Come Scriveva Tiziano Terzani "il Laos non è un luogo ma uno stato d'animo"

Con la sua incredibile autenticità il Laos Conquista I cuori dei viaggiatori. Il suo fascino coloniale e la sua incredibile rigogliosa natura; il Laos offre paesaggi mozzafiato, memorabili tramonti sull'imponente Mekong dove il sole viene ingottito dal maestoso corso d'acqua. Luang Prabang antica capitale del Regno del Milione di Elefanti e polo della cultura Buddhista a cavallo tra il XV e XVI secolo mantiene un fascino unico con i suoi edifici coloniali francesi e gli antichi templi.

Ed il Sud del Laos con la sua travolgente natura ricco di cascate e corsi d'acqua, il tour vi porterà anche alla scoperta dell'antico Wat Phu, l'avamposto Khmer sorto alle pendici di uno dei monti più sacri dell'induismo. Questo e molto altre avventure aspettano i viaggiatori che intraprendono il Viaggio in Laos

PLUS SOLIDALE

Durante il viaggio vi immergerete nella cultura e quotidianità locale, avendo la possibilità di visitare autentici villaggi

Incontrerete i volontari del **Bear Resecue Centre** un centro impegnato in diverse azioni atte a salvare gli orsi asiatici dal bracconaggio. Un altro momento importante è l'incontro con la **LONE Buffalo Foundation**: un'organizzazione che si impegna ad insegnare l'inglese ai ragazzini che provengono dalle zone più rurali e che non hanno i mezzi per permettersi una scuola. La quota di solidarietà del viaggio andrà a sostegno di questa realtà

Non mancheranno visite culturali a templi e palazzi di rilievo storico/ culturale e ad organizzazioni coinvolte nell'aiuto e supporto della popolazione locale.

PROGRAMMA DI VIAGGIO

GIORNO 1: ITALIA – LAOS

GIORNO 2: LUANG PRABANG

Arrivati a Luang Prabang, incontro con l'accompagnatore e trasferimento in hotel. Riposo e serata libera.

GIORNO 3: LUANG PRABANG

Questa mattina subito dopo colazione vi dedicherete alla visita di Luang Prabang, antica capitale del Regno del Milione di Elefanti, questa meravigliosa cittadina è stata per secoli uno dei più grandi centri di cultura buddhista della regione.

Divenuta patrimonio UNESCO nel '95, Luang Prabang mantiene ancora intatta la sua atmosfera fuori dal tempo tra i suoi spettacolari templi e bellissimi edifici in stile coloniale francese.

Inizierete il vostro city tour con una visita al **Royal Palace Museum**, dove vi immergerete nella quotidianità delle ultime famiglie reali che hanno governato il Laos prima della presa al potere dei Phatet Lao. Dopo il palazzo Reale sarà la volta della **Huan Chuan Heritage House** dove potrete ammirare il fascino architettonico di questo edificio ed apprendere le connessioni storiche in comune con il palazzo reale.

Oggi visiterete anche il bellissimo **Wat Mai** subito dopo andrete all' **Arts and Ethnology Centre** per capire meglio quali minoranze etniche popolano il Laos e quali sono i loro costumi e tradizioni.

Sempre in mattinata visiterete l'organizzazione **Big Mouse**, che aiuta i più giovani ad migliorare la propria istruzione attraverso la divulgazione di materiale didattico e libri; questa associazione è costituita da volontari e nella visita potrete incontrare i ragazzi che nel tempo a disposizione vengono desiderosi di imparare.

Oggi visiterete anche **UXO Lao** un'organizzazione che si occupa di sminare i terreni contaminati da bombe inesplose sganciate durante la guerra segreta perpetrata dagli Stati Uniti in questo territorio a cavallo degli anni '60 e '70.

A seguire inizieremo la nostra visita dei templi partendo dal magnifico **Wat Xiengthong** con il suo particolare tetto che è un esempio della classica architettura tipica dello stile Lanexang.

Per concludere in bellezza la giornata salirete sulla cima del **Mount Phousi**, per una piacevole esplorazione dei segreti dello stupa dorato e per godersi la spettacolare vista della città e del Mekong durante il tramonto.

Pernottamento in Luang Prabang. Pasti liberi

GIORNO 4: LUANG PRABANG

Questa mattina alle prime luci del sole prenderete parte al **Tak Bat** (processione dei monaci) ovvero un antichissimo rituale Buddista che ancora oggi in Luang Prabang viene seguito dai monaci locali, prima di rientrare in albergo per la colazione vi fermerete in un mercato locale.

La prima attività della giornata è la visita del **Phousi Market**, un bazar locale dove troverete i più svariati articoli in vendita come ad esempio: pelle di bufalo secca, il famoso tea locale, verdure e prodotti tessili delle tribù.

Successivamente andrete al villaggio di **Ock Pop Tok** dove vi verrà spiegato come la gente del posto lavora la seta e come avviene la produzione della medesima partendo proprio da baco da seta.

Dopo queste visite andrete alle spettacolari e famose **cascate di Khuang Si**, situate a circa 30 km da Luang Prabang le meravigliose cascate di acqua turchese cristallina sono una meta ormai obbligatoria per chi raggiunge Luang Prabang, terminata la passeggiata nella foresta circostante avrete occasione di rinfrescarvi con una piacevole nuotata in una delle piscine naturali.

Nei pressi della cascata è anche possibile visitare il **Bear Rescue Centre** ovvero un'organizzazione che protegge un particolare esemplare di orso Asiatico contro il grave problema del bracconaggio.

*Nel tornare in città preparatevi per un'avventura unica e deliziosa al **Laos Buffalo Dairy!** Questa impresa sociale aiuta gli agricoltori svantaggiati a guadagnare un reddito equo producendo formaggi artigianali con latte di bufala.*

Durante il tour guidato della fattoria, imparerai tutto sulle sfide, i successi e i progetti futuri di questa iniziativa. Avvicinerai gli amichevoli bufali e aiuterai il custode a lavarli e nutrirli. Infine, ti aspetta un'esperienza gustativa indimenticabile: un piatto di degustazione di diversi formaggi di bufala, caffè e delizioso gelato fatto in casa. Non perdere l'occasione di visitare il Laos Buffalo Dairy e di sostenere questa importante iniziativa!

Pernottamento in Luang Prabang. Pasti liberi.

GIORNO 5: LUANG PRABANG

Stamattina dopo colazione partirete in auto diretti alla **Living Lands Farm**, dove incontrerete l'agricoltore che vi illustrerà i vari processi di **produzione - raccolta del riso**.

Sarete invitati a interagire e sperimentare ogni fase della raccolta del riso, imparando come il riso viene tradizionalmente coltivato in modo molto interattivo.

Il tour termina con una degustazione dei cibi tradizionali a base di riso.

Avrete modo di apprezzare ulteriormente il riso e l'ammirazione per il popolo del Laos che fino ad oggi continua a raccogliere il riso senza macchinari moderni.

Il pomeriggio sarà a vostra disposizione. Pernottamento in Luang Prabang. Pranzi liberi.

GIORNO 6: LUANG PRABANG - MEKONG

Questa mattina subito dopo colazione verrete accompagnati al porto dove, a bordo di un'imbarcazione, inizierete la vostra **crociera sul Mekong**, visiteremo le grotte di **Pak Ou**, le due grotte unite da un sentiero nella foresta, hanno la particolarità di custodire migliaia di statuette dorate di varie forme e dimensioni, rappresentanti il Buddha; queste statuette sono state lasciate qua dai fedeli in pellegrinaggio a partire dal 14° DC secolo in poi.

Da qui continuiamo via strada fino al villaggio di **Ban Pak Nga**, dove incontrerete la signora **Kham**. Dopo le presentazioni, salite a bordo di una barca locale e navigherai lungo il fiume Nam Ou verso valle fino al villaggio natale di Kham, **Ban Muang Soune**.

Incontrerete la famiglia e vi metterete a vostro agio nella splendida casa di legno. Scopri con Kham l'interessante storia della casa, esplora i giardini o fai un bagno, se lo desideri. Nel tardo pomeriggio, uscirete per esplorare il villaggio. Con l'aiuto di Kham, conoscerete gli abitanti del luogo e acquisterete alcuni ingredienti locali al piccolo mercato. Tornati a casa, potrete anche aiutare a preparare la cena e imparare tutto sulla cucina locale.

Goditi i frutti del vostro lavoro cenando insieme alla famiglia.

Pernottamento in **Nam Ou Homestay**. Pasti liberi

GIORNO 7: MEKONG - VIENTIANE

Sveglia presto, per unirvi a Kham per un'interessante esperienza di offerta al tempio locale.

Dopo la colazione con la famiglia, esplorerete insieme a Kham e suo zio il fiume Nam Ou, imparando alcune nuove tecniche di pesca. Successivamente, faremo un'escursione verso i campi di riso per scoprire gli orti biologici dei contadini locali.

A seguire tornerete a Luang Prabang in tempo utile per il treno diretto a Vientiane.

2nd class train D87 Luang Prabang 1445 Vientiane 1634

Giunti a destinazione verrete accolti e accompagnati in Hotel.

Pernottamento a Vientiane. Pasti liberi.

GIORNO 8: VENTIANE

Questa mattina subito dopo colazione, inizierete il tour della città, l'attuale capitale Vientiane si affaccia sulle sponde del Mekong, originariamente chiamata Viang Chang (La Città della Luna) divenne la capitale del regno del milione di elefanti nel 1560 durante il regno di Re Setthathirath. Il Tour della inizia partendo dal suo tempio più antico ovvero il **Wat Sisaket** con le sue migliaia di statuette in miniatura raffiguranti il Buddha e quello che una volta era il tempio reale di **Wat Prakeo**, che in passato custodiva la famosa immagine del **Buddha Smeraldo (Emerald Buddha)**.

Visiterete anche uno dei preziosi patrimoni culturali del Laos ovvero il famoso e sacro **That Luang Stupa**, continuando poi verso l'imponente **Patuxay Monument**, anche conosciuto come Arco di Trionfo.

La prossima visita vi porterà alla **COPE** ovvero un centro di riabilitazione per persone vittime delle bombe inesplose, lanciate in un vasto territorio nel Laos durante la Guerra del Vietnam. Ad oggi questo è uno dei più grandi dei problemi che il Laos deve affrontare.

Nel pomeriggio dirigendoci fuori Vientiane ci fermeremo al **Lao disabled women centre** ovvero un'organizzazione che si prende cura di donne disabili, avrete modo di interagire con le donne ospitate all'interno del centro ed ascoltare le loro storie davvero emozionanti ed ispirazioni.

L'ultima visita sarà quella del **Buddha Park** che si trova ad circa 30 minuti dalla città situato sul sponde del fiume Mekong, dove potrete ammirare un interessantissima collezione di sculture Buddiste e Hinduiste.

La giornata finisce con uno splendido tramonto sulle rive del Mekong.

Pernottamento a Vientiane. Pasti liberi

GIORNO 9: VIENTIANE – PAKSE

Questa mattina un po di relax prima di essere trasferiti all'aeroporto di Vientiane per il vostro volo diretto a **Pakse**.

Flight QV305 VTE PKZ 1155 1255

Una volta giunti a destinazione verrete accolti e inizierete subito la vostra avventura nel sud del Laos partendo direzione **Boulevan Plateau**, un fresco altopiano affacciato sulla valle del Mekong dove visiterete una **piantagione di tea** e a seguire la maestosa **cascata di Tad Fan**.

Nelle soste successive visiterete due villaggi di minoranze etniche, il primo sarà **Ban Bong Neua ovvero un villaggio Alak** e il secondo sarà **Ban Kokphung ovvero un villaggio Katu**, entrambi famosi per la loro tradizione di lasciare le bare sotto le proprie abitazioni. Proseguiremo poi verso il nostro alloggio per la notte, un **homestay nel villaggio di Ban Houi Hun**, abitato dalla minoranza etnica Katu. La cena verrà consumata in compagnia degli abitanti del luogo.

Pernottamento Homestay presso il villaggio Ban Houi Hun con cena. Pranzo libero.

GIORNO 10: KHONE ISLAND

Questa mattina dopo una colazione semplice potrete passeggiare nel il villaggio ed esplorare l'area circostante.

A seguire inizierete il vostro viaggio su strada in direzione **4000 Islands area** dopo circa 3 ore di strada visiterete le famose cascate di **Khone Phapeng** ovvero le più grandi cascate del Sud Est Asiatico, conosciute anche come 'Niagara of the east' salirete a bordo di una barca

tradizionale che vi porterà presso la bellissima **Khone Island**, dove una volta arrivati, avrete occasione di ammirare diverse case coloniali, la prima stazione ferroviaria Laotiana con la sue locomotive fatta per bypassare la barriera naturale delle cascate durante l'epoca del colonialismo francese e il fiorente commercio con la Cina.

A seguire raggiungerete la bellissima **cascata di Liphì**, conosciuta anche come Samphamith, che forma una linea di frontiera naturale tra il Laos e la Cambogia.

Da qui breve trasferimento presso il vostro resort. Pernottamento a Khone Island, pasti liberi.

GIORNO 11: KHONE ISLAND - CHAMPASAK

Dopo una colazione mattutina, saliamo a bordo di una barca privata locale per un tour in barca delle 4000 isole.

Navighiamo a nord, fino alla poco visitata **Don Som**, dove scendiamo dalla barca per esplorare quest'isola di pescatori tipicamente laotiana, visitare il suo tempio buddista e conoscere l'importanza della religione e delle credenze nella cultura locale.

Risaliamo a bordo dell'imbarcazione e proseguiamo la crociera verso l'isola di **Don Loppadi**, dove gli abitanti del villaggio sono specializzati nella tessitura di cesti di bambù e di reti da pesca molto utilizzate nella regione.

Esploriamo il caratteristico villaggio dove una famiglia amichevole ha preparato un pranzo casalingo a base di specialità locali. Dopo aver esplorato il villaggio, saliamo a bordo di una barca locale superando la più grande delle 4000 isole, **Don Khong**, e proseguiamo a **Ban Hatsaikhone**, sulla terraferma.

Si guida quindi verso nord a **Champasak**, dove si arriva in serata.

Pernottamento in Champasak, pasti liberi

GIORNO 12: WAT PHU – UBON RATCHATANI - PARTENZA

Questa mattina dopo colazione visita prestissimo del bellissimo tempio **pre-Angkorian di Wat Phu**, considerato uno dei più bei templi del Sud Est Asiatico.

Antico avamposto Khmer il Wat Phu divenuto poi nel corso dei secoli un importante luogo di culto buddista; le strutture risalgono al 11 secolo DC anche se il luogo era considerato sacro a partire dal 5 secolo DC.

Il complesso è costruito alle basi del monte Phou Khao considerato sacro per la sua forma che ricorda il Lingam (forma fallica).

A seguire trasferimento all'aeroporto di Ubon Ratchatani (Thailandia) in tempo utile per il vostro volo **(Solo con guida in inglese) .**

Arrivo a Bangkok e disbrigo delle pratiche per il volo intercontinentale serale.

SCHEDA TECNICA DEL VIAGGIO

Dove si dorme e si mangia

Gli Hotels sono tutte strutture ispezionate, prediligiamo boutique hotel con una particolare attenzione a strutture gestite da locali e che hanno un impatto positivo sull'economia locale.

Sono previsti 2 pernottamenti in villaggi (fuori dalle rotte turistiche), presso Homestay gestiti dagli abitanti.

La sistemazione è basica ed i bagni in comune.

Riguardo i ristoranti nel programma i pasti sono liberi, i pranzi saranno in ristoranti locali dove i viaggiatori avranno la possibilità di assaggiare pietanze locali a base di riso e noodles, dove ci sarà la possibilità daremo, più opzioni ai clienti in modo da assecondare le loro esigenze. Le cene non sono menzionate in programma e al momento i clienti hanno la possibilità di scegliere dove mangiare, ovviamente siamo presenti per fornire supporto e consigli.

Trasporti

I trasferimenti su strada e le escursioni sul fiume sono tutte con mezzi privati a seconda del numero dei viaggiatori vari la tipologia di mezzo di trasporto. E' previsto un volo interno. La rete stradale è poco confortevole e i tragitti lunghi. È necessario un po' di spirito di adattamento e di pazienza.

Clima e difficoltà

Il Laos ha due stagioni principali: stagione delle piogge (da aprile a ottobre) e stagione secca (da ottobre a marzo) tuttavia essendo a nord dell'equatore la stagione delle piogge è caratterizzata prevalentemente da precipitazioni temporalesche con una durata limitata, difficilmente piove per tutto il giorno. Il tour non presenta particolari difficoltà ed è alla portata di tutti, è un ottimo connubio tra cultura e attività outdoor.

Documenti e Vaccini

Passaporto con almeno 6 mesi di validità residua e sufficienti pagine libere,

Visto: portare con sé una fototessera e 40 USD è ciò che si necessita per ottenere il visto all'aeroporto.

Non sono obbligatorie vaccinazioni, un buon repellente per le zanzare e crema solare saranno sufficienti. Ovviamente ogni viaggiatore dovrà valutare secondo le proprie condizioni personali, insieme al proprio medico, se sia necessario intervenire con vaccinazioni o altre profilassi.

È bene portare con sé il fondo cassa in EURO (il cambio verrà fatto all'arrivo o durante altri momenti di viaggio in cui si passerà dalle grandi città).

COSTI VIAGGIO INDICATIVI DELLA PROPOSTA:

Quota volo: da 1.100 euro

Quota viaggio: 1.680 euro (base 12 persone)

Supplementi:

partenza 10-11: 100 euro

partenza da 6 a 9: 180 euro

camera singola, su richiesta: 270 euro

LA QUOTA COMPRENDE: (programma base di 13 giorni)

Quota di iscrizione, inclusa di assicurazioni "Assistenza alla persona", "Spese mediche", "Bagaglio" e "Annullamento". Quota di solidarietà (70 euro) Pernottamento e prima colazione in camera doppia. 1 voli interni, minibus privato con autista e imbarcazioni private (ove previsto). Accompagnatore in lingua italiana. Escursioni e visite come da programma. 1 cena nel villaggio.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

Viaggi Solidali Società Cooperativa Impresa Sociale
Sede legale: c/o AVVOCATO TORINO | ATHENA SOCIETA' DI AVVOCATI S.R.L. S.T.A.
Palazzo Galileo, Via San Quintino 28, 10121 TORINO (TO)
Sede operativa: c/o CASA CONTE ROSSO
Piazza Conte Rosso 20, 10051 AVIGLIANA (TO)
P.IVA: 08998700010

Uff. Registro Imprese: 1016818 – Iscrizione Albo delle Cooperative: A161747 del 05/01/2005
Lic. Ag. Viaggi n. 2023/222-A – Ass. RCT/RCO UNIPOL: polizza n. 149563032
www.viaggisolidali.it – Tel: 011.4379468 – E-mail: info@viaggisolidali.it
www.casaconterosso.it – Tel: 011.19820877 – E-mail: info@casaconterosso.it



ostello responsabile

Volo intercontinentale, i pasti non indicati (una media 20 euro a giorno), 40 usd per il visto d'ingresso da fare all'arrivo.

Spese private e personali e tutto quanto non espressamente indicato alla voce "la quota comprende".

NOTA BENE: il programma ed i costi possono variare in base alla singola data di partenza per cui per ogni partenza faranno fede programma e costi inviati al momento dell'iscrizione.

ASSICURAZIONE INCLUSA NEL PACCHETTO:

Assistenza alla Persona, Spese Mediche, Bagaglio ed Annullamento.

I nostri viaggi sono coperti da polizza ERGO (Polizza n. 69180175-PV19), compagnia specializzata nelle coperture assicurative del turismo. Le garanzie considerate dalla suddetta polizza sono "Assistenza alla persona", "Spese mediche", "Bagaglio" e "Annullamento" con i seguenti massimali per assicurato:

-Garanzia Assistenza in viaggio: specifici per prestazione come da dettaglio riportato nella Polizza

-Garanzia Rimborso Spese Mediche: Italia 1000 euro, Europa 10.000 euro, Mondo 30.000 euro

-Garanzia Assicurazione Bagaglio: Italia 500 euro, Europa 1000 euro

-Garanzia Assicurazione Annullamento Viaggio: Costo totale del viaggio (fino a 10.000 euro per persona)

La polizza inclusa nel pacchetto, prevede le garanzie Assistenza, Rimborso Spese Mediche e Annullamento anche in caso di malattia da Covid-19.

Le relative condizioni sono contenute nel DIP (Documento Informativo Precontrattuale) pubblicato sul nostro sito all'indirizzo:

https://www.viaggisolidali.it/wp-content/uploads/2020/12/assicurazioni-viaggiatore_-NEW-04dic20.pdf

Per chi ne facesse richiesta è possibile sottoscrivere una polizza integrativa scegliendo fra prodotti dei gruppi AXA, IMA ASSISTANCE e ALLIANCE ASSISTANCE.

Viaggi Solidali Società Cooperativa Impresa Sociale
Sede legale: c/o AVVOCATO TORINO | ATHENA SOCIETA' DI AVVOCATI S.R.L. S.T.A.
Palazzo Galileo, Via San Quintino 28, 10121 TORINO (TO)
Sede operativa: c/o CASA CONTE ROSSO
Piazza Conte Rosso 20, 10051 AVIGLIANA (TO)
P.IVA: 08998700010

Uff. Registro Imprese: 1016818 – Iscrizione Albo delle Cooperative: A161747 del 05/01/2005
Lic. Ag. Viaggi n. 2023/222-A – Ass. RCT/RCO UNIPOL: polizza n. 149563032
www.viaggisolidali.it – Tel: 011.4379468 – E-mail: info@viaggisolidali.it
www.casaconterosso.it – Tel: 011.19820877 – E-mail: info@casaconterosso.it