2023
SCHEDA VIAGGIO

Regno Unito - CORNOVAGLIA

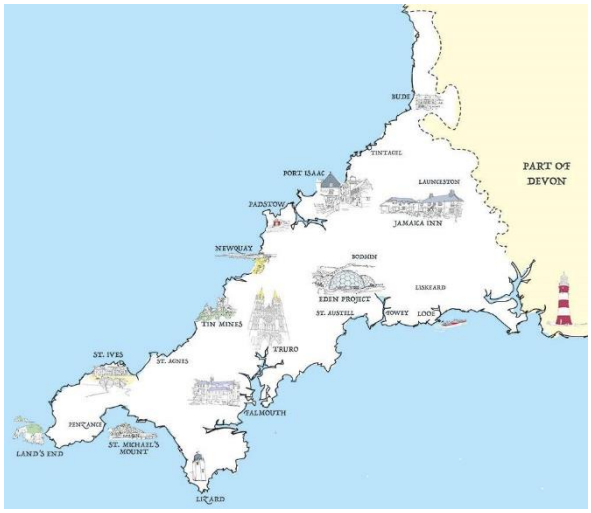
Nella terra di Mago Merlino e di Re Artù

SPECIALE PERCHÈ

- Lo spettacolo del St Michael's Mount, arroccato su un isolotto separato dalla terraferma durante l'alta marea
- La magica punta di The Lizard, la più meridionale d'Inghilterra
- Gli incantevoli villaggi dei pescatori, dove il tempo sembra essersi fermato molti anni fa...

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Il Mining Landscape, paesaggio minerario cornico, è sito ufficiale UNESCO; inoltre, l'intera Cornovaglia è AONB: Area of Outstanding Nature Beauty, un grado di protezione che la Gran Bretagna assegna ad aree di particolare rilevanza paesaggistica e naturale



Situata nell'angolo sud occidentale della Gran Bretagna, la Cornovaglia è una terra affascinante ricca di miti, leggende e misteri, che da sempre attrae pittori, poeti e scrittori da tutto il mondo, ispirati dalla bellezza di questa lingua di terra stretta tra due mari. Percorreremo gli spettacolari sentieri lungo la costa, attraversando pittoreschi villaggi di pescatori, e cammineremo nell'entroterra tra fattorie, antiche miniere abbandonate e misteriosi cerchi di pietre. Facendo base sulla costa in deliziosi paesini di marinai, ci sposteremo verso la suggestiva Lamorna Cove, frastagliata costiera a picco sul mare; visiteremo la magica isola di granito di St. Michael, raggiungibile a piedi solo quando la bassa marea lo consente, gemella della più famosa Mont Saint Michelle in Normandia, con la quale condivide storie e leggende. Che dire poi di Tintagel, che la leggenda indica come il castello della mitica Camelot, terra di Re Artù e dei Cavalieri della Tavola Rotonda. Per finire, un tuffo nell'arte e nei vicoli di St. Ives, caratterizzata da spiagge color pastello, acque azzurre e innumerevoli gallerie d'arte.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

Tintagel Castle

Mount St. Michael

Merry Maidens

St Ives

The Lizard Point

Cape Cornwall

St Michael's Mount è un'isola famosa per la sua somiglianza (non solo nel nome) con il Mont Saint-Michel della Normandia (Francia). La somiglianza non è per nulla casuale: anche questo luogo è infatti dedicato all'arcangelo Michele, che secondo la leggenda vi sarebbe apparso nel 495 e al quale dei Benedettini, provenienti proprio da Mont Saint-Michel, vollero dedicare un'abbazia che si può tuttora ammirare. Si pensa che il santo abbia deciso di apparire nelle due isole omonime perché esse simboleggiavano perfettamente il rapporto tra Dio e l'uomo: la terraferma e le isole vengono infatti periodicamente unite e divise dalla marea in analogia al bene e al male che uniscono o dividono Dio e l'umanità.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 5 al 13 agosto 2023 *(9 giorni /8 notti)*
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons *(min. 8 max. 15 partecipanti)*
GUIDA	Guglielmo Ruggiero *(iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche)* *Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca QUI*
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà 🐾🐾; visite di borghi e luoghi caratteristici. *Le escursioni sono di media difficoltà, accessibili a tutti coloro dotati di un minimo di allenamento. Le escursioni non hanno dislivelli particolarmente elevati, ma sono a volte lunghe e su itinerari non ombreggiati. In alcuni tratti si possono trovare sentieri sconnessi e con fondo bagnato.* *Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI*
DOVE DORMIAMO	Hotel in tre località:

Tintagel:
Camelot Castle Hotel

Lizard:
Housel Bay

Wells:
The White Hart Hotel

PASTI INCLUSI	Colazione nelle strutture ospitanti
PASTI NON INCLUSI	Pranzi al sacco non compresi da organizzare giornalmente; cene negli ottimi pub e ristoranti locali. Pranzi al sacco autogestiti: GBP 8,00/10,00 circa al giorno a persona Cene in pub o ristoranti locali: GBP 25,00/30,00 circa al giorno a persona

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
COME SI RAGGIUNGE	**Voli di linea o low cost per Bristol (non inclusi).** ***Perché non includiamo il volo?*** *Perché le tariffe aeree cambiano continuamente, e chi prima prenota meno paga. Per includerlo, dovremmo calcolare un costo "prudenziale" che ti impedirebbe di usufruire della miglior tariffa disponibile al momento della prenotazione. Per questo preferiamo lasciarti libero di accedere alle migliori condizioni possibili. A richiesta, possiamo comunque proporti e prenotare la soluzione più conveniente disponibile per il tuo viaggio.*
PRENOTAZIONI DEI VOLI	Se vuoi provvedere autonomamente al volo (vedi sopra) fai in modo che gli orari prescelti siano compatibili con il seguente appuntamento: • **Inizio viaggio: alle ore 17:00 – Aeroporto di Bristol** *Prima di prenotare il tuo volo, verifica comunque sempre con la nostra Segreteria:* • che il viaggio sia confermato e in partenza • che gli orari di inizio e fine viaggio previsti siano invariati
DOCUMENTI	• **Passaporto o Carta di Identità** validi per tutta la durata del viaggio. In caso di carta di identità con validità prorogata si consiglia l'utilizzo del passaporto. • Tessera sanitaria • Stampa cartacea della ricevuta del biglietto di andata e ritorno Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiaresicuri.it
TRASPORTI LOCALI	Pulmino e/o auto a noleggio. ***NB:*** *mentre il primo veicolo a noleggio sarà condotto principalmente dal ns. accompagnatore, se fosse necessario noleggiare altri veicoli sarà richiesta ai partecipanti la collaborazione alla guida.* I mezzi noleggiati verranno utilizzati per l'itinerario corrispondente alle escursioni in programma e non oltre. Le persone non partecipanti alle escursioni in programma dovranno provvedere autonomamente agli eventuali trasferimenti necessari.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO — **ITALIA/BRISTOL/TINTAGEL**

Arrivo all'Aeroporto di Bristol, incontro con la guida e trasferimento a Tintagel; sistemazione in hotel.

NB Per regolamento internazionale le camere sono disponibili a partire dal primo pomeriggio. È facoltà dell'hotel assegnarle prima nel caso in cui fossero già disponibili e preparate.

2° GIORNO — **DA BOSCASTLE A TINTAGEL**

Dopo una ricca English breakfast partiremo per Boscastle da cui inizieremo l'escursione per Tintagel lungo il suggestivo sentiero sulla costa verso ovest, da cui potremo godere dei bellissimi panorami sulla baia di Penzance. A Tintagel potremo visitare le rovine del cosiddetto castello di Re Artù, luogo dove i romantici identificano la mitica Camelot.

Dislivello: 300 m in salita, 200 m in discesa – **Lunghezza:** 12 km – **Durata:** 4/5 ore – **Difficoltà:** 🥾🥾

3° GIORNO — **TINTAGEL/ST. JUST**

Oggi ci sposteremo da Tintagel a Lizard; lungo la strada ci fermeremo prima al delizioso borgo di Port Isaac e poi a Marazion, per poi proseguire a piedi verso la magica isola di granito di Mount St. Michael. L'isola è accessibile solo durante la bassa marea ed è sormontata da un suggestivo castello medievale, appartenuto alla famiglia St. Aubyn per oltre 300 anni

Dislivello: 50 m – **Lunghezza:** 4 km – **Durata:** 1 ora + la visita – **Difficoltà:** 🥾

4° GIORNO — **LUNGO LA COSTA DA MOUSEHOLE A LAMORNA COVE.**
OPZIONE: CONTINUAZIONE FINO AL FARO DI TATERDU

Da Lizard ci sposteremo a Mousehole. Inizieremo una piacevole escursione fino a Lamorna Cove da dove, attraverso stradine e campi, arriveremo al misterioso cerchio di pietre Merry Maidens. A seconda del tempo a disposizione si potrà proseguire fino al faro di Tater Du, per poi, seguendo sentieri campestri, tornare a Lamorna Cove e infine a Mousehole.

Dislivello: 350 m saliscendi sulla costa – **Lunghezza:** 13 km – **Durata:** 5/6 ore – **Difficoltà:** 🥾🥾🥾

Opzione al Faro di Tater-Du: aggiungere 4,5 km e 150 m di dislivello

5° GIORNO — **ST. IVES**

Giornata dedicata alla visita del pittoresco paesino di St. Ives, raggiunta tramite un breve tragitto in treno. Avremo l'opportunità di ammirare panorami indimenticabili e di "tuffarci" tra i vicoli della romantica e pittoresca cittadina di St. Ives resa celebre da pittori e scultori di fama mondiale. St. Ives ospita anche una succursale della famosa Tate's Gallery londinese, oltre al Barbara Hepworth Museum and Sculpture Garden e altre attrazioni.

6° GIORNO — **DA LIZARD POINT A CADGWITH**

Dopo colazione, da Lizard Point partiremo a piedi percorrendo il sentiero più a sud della Gran Bretagna lungo le scogliere a picco sul mare, fino a raggiungere il caratteristico paesino di Cadgwith. Dopo una sosta per osservare i tipici cottage e per rifocillarci, torneremo a piedi verso Lizard attraverso campi e stradine interne.

Dislivello: 250 m – **Lunghezza:** 12 km – **Durata:** 4/5 ore – **Difficoltà:** 🥾🥾

7° GIORNO — **SENNEN COVE E LAND'S END**

Oggi ci sposteremo da Lizard a St. Just da dove inizieremo il nostro tragitto a piedi puntando Cape Cornwall; da qui seguiremo il sentiero a piedi lungo la costa, in direzione di Sennen Cove fino a raggiungere la vasta e meravigliosa Whitesand Bay, dove ci godremo un meritato relax sulla spiaggia prima di tornare alla volta di St. Just.

Dislivello: 300 m saliscendi sulla costa – **Lunghezza:** 9 km – **Durata:** 3/4 ore – **Difficoltà:** 🥾🥾

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

8° GIORNO	**LIZARD/WELLS** Giornata rilassante, dedicate allo spostamento a Wells; ci dedicheremo poi ad una piacevole visita della cittadina, arricchita da una stupenda cattedrale del periodo medievale.
9° GIORNO	**BRISTOL/ITALIA** Dopo la colazione, trasferimento libero in aeroporto a Bristol e rientro in Italia. *NB Per regolamento internazionale le camere vanno liberate la mattina. È facoltà dell'hotel consentirne l'uso fino al pomeriggio previa disponibilità e con possibile supplemento "day use".*

ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatori…	Scarponi da trekking, giacca a vento antipioggia (possibilmente in Gore-Tex) o mantellina, abbigliamento comodo e a strati, guanti, borraccia e zaino da 30/40 litri. *Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca* QUI
… e consigliati	Coprizaino, binocolo, macchina fotografica. Inoltre, occhiali da sole, crema solare. Costume da bagno. Può essere utile un porta pranzo in plastica per contenere il pranzo. Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. L'abbigliamento per le città è quello tipico d'estate fresca. Si suggerisce un cappellino per il sole. **Bastoncini da trekking o da nordic-walking**: sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili. Se desiderate portarli con voi, ricordate che in aereo NON possono essere imbarcati in cabina con il bagaglio a mano ma devono essere inseriti nel bagaglio in stiva, altrimenti… rassegnatevi, rischiate di doverli lasciare in aeroporto alla partenza!
BAGAGLI	Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando piccoli trolley o borsoni facilmente trasportabili. Evitare valige rigide e molto ingombranti: il bagagliaio degli automezzi noleggiati ha una capienza limitata.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione: quotazione a breve

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: quotazione a breve

Sistemazione in singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati; pernottamento e prima colazione; noleggio di pulmino o auto per tutta la durata del viaggio; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica.

NB su alcune partenze la guida potrebbe partire da un aeroporto diverso da quello degli altri partecipanti, o essere già in loco all'arrivo.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica; volo A/R dall'Italia per Bristol; i pasti non espressamente inclusi e tutte le bevande; spese per carburante, pedaggi e parcheggi; le entrate ai musei, ai parchi e ai monumenti; il trasferimento dall'hotel all'Aeroporto di Bristol l'ultimo giorno; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

FONDO CASSA COMUNE: GBP 60,00 a persona

Da versare alla guida all'arrivo, a copertura delle spese non incluse (carburante, parcheggi, pedaggi ecc.).

ALTRE SPESE NON INCLUSE (prezzi al 01/02/2020)

- Treno Penzance (St Erth) – St Ives: circa 4,00 GBP per tratta

Ingressi facoltativi:

- Castello di Tintagel 13,00 GBP
- St. Michael Mountain 10,50 GBP; Giardini 8,00 GBP
- Tate Gallery St Ives 10,50 GBP
- Barbara Hepworth Museum 7,70 GBP

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 20,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO_2 derivanti dalla partecipazione ai viaggi

IMPORTANTE! ANNULLAMENTO VIAGGIO. In caso di annullamento, fare riferimento alle "Condizioni Generali" del catalogo, consultabili cliccando QUI.

I voli, se non inclusi nella quota di partecipazione, saranno soggetti alle seguenti penali:

- *Voli low cost/charter*: Nessun rimborso dopo l'acquisto
- *Voli di linea*: Penale prevista dalla regola tariffaria

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO. Non è inclusa nella quota, ma è possibile stipularla con un costo che va dal 4% al 6% circa (a seconda del tipo di copertura scelta) del totale dell'importo assicurato. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione e comunque non meno di 30 giorni prima della partenza.

***L'opuscolo informativo è disponibile cliccando* QUI *o visitando il sito* www.polizzaviaggio.it**

NOTE: La quota è basata sulla sistemazione in doppia, con abbinamento con un altro compagno di viaggio dello stesso sesso. Nei rari casi in cui ciò non sia possibile, il partecipante che pur non avendone fatta richiesta dovesse essere sistemato in camera singola sarà soggetto ad un supplemento pari al 50% del supplemento singola, da corrispondere prima della partenza. Tale supplemento sarà comunque rimborsato nel caso in cui l'iscrizione di un ulteriore partecipante consenta di procedere con l'abbinamento.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da ns. catalogo consultabili cliccando QUI

Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo" e ss. mm. e ii.

PER SAPERNE DI PIÙ

LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere **i cellulari spenti durante le escursioni** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.
Per questioni di sicurezza l'uso di ombrelli in caso di pioggia non è consentito durante le escursioni.

In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca QUI

CLIMA

18°/30°C – le giornate estive possono essere interrotte da brevi piogge; da considerare le differenze di temperatura tra il giorno e la notte, a volte anche di 15 gradi.

FUSO ORARIO

1 ora in meno rispetto all'Italia. (Italia ore 12 – UK ore 11).

LINGUA

Inglese

MONETA

Sterlina britannica (GBP)
1 euro = 0,83 GBP. 1 GBP = 1,19 Euro (al 21/02/2020)
Si consiglia di arrivare in UK con sterline già cambiate dall'Italia (sentire la propria banca).
E' possibile utilizzare carte di credito e circuiti bancomat internazionali ad ogni macchina ATM (Bancomat), diffuse ovunque.

GUIDA TASCABILE

Euro in Regno Unito - Sterlina
Calcolato utilizzando un tasso di cambio pari a 0,8599
aggiornata al

5,00 €	4,30 £
10,00 €	8,60 £
50,00 €	43,00 £
100,00 €	85,99 £
250,00 €	214,98 £
500,00 €	429,95 £
1.000,00 €	859,90 £
5.000,00 €	4.299,50 £
10.000,00 €	8.599,00 £
25.000,00 €	21.497,50 £

GUIDA TASCABILE

Regno Unito - Sterlina in Euro
Calcolato utilizzando un tasso di cambio pari a 1,1630
aggiornata al

1,00 £	1,16 €
5,00 £	5,82 €
10,00 £	11,63 €
50,00 £	58,15 €
100,00 £	116,30 €
250,00 £	290,75 €
500,00 £	581,50 €
1.000,00 £	1.163,00 €
5.000,00 £	5.815,00 €
10.000,00 £	11.630,00 €

ELETTRICITÀ

Il normale voltaggio elettrico in Gran Bretagna è 240 v, 50Hz a corrente alternata. Le spine hanno però un attacco diverso. È necessario un adattatore di spina.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

TELEFONO	Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +44. Prefisso per chiamare l'Italia +39. Roaming UE alle stesse condizioni del proprio piano tariffario nazionale.
SANITÀ	I cittadini italiani che si recano temporaneamente per turismo in uno Stato membro dell'Unione Europea, possono ricevere le cure mediche necessarie previste dall'assistenza sanitaria pubblica locale se dispongono della Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM), la cosiddetta Tessera Sanitaria. La TEAM sostituisce il precedente modello E111 ed è stata distribuita da parte del Ministero competente. Coloro che non l'avessero ancora ricevuta possono rivolgersi alla propria ASL e richiedere il "Certificato sostitutivo provvisorio". *NB nel pacchetto di viaggio è inclusa la "Polizza Medico-No Stop" a copertura delle spese mediche (con massimale; dettagli, coperture e limitazioni disponibili presso i ns. uffici o dalla guida).*
CUCINA	Tra le specialità culinarie della Cornovaglia c'è il Cornish Pasty, una specie di panzerotto ripieno di ragù di carne, verdure, patate e cipolle. E' nato dall'esigenza dei minatori che nell''800 affollavano le miniere della contea, di portarsi un pasto caldo (o quantomeno tiepido) sul posto di lavoro e mangiarlo con le mani non proprio pulite! Spesso le mogli che preparavano il Pasty incidevano sulla pasta le iniziali del marito, così da evitare confusione e litigi fra gli uomini durante il pranzo. Il Fish and Chip viene offerto sia nei ristoranti che nei fast food lungo la strada. Viene accompagnato da smashed pies (piselli schiacciati) e aromatizzato con l'aceto. E naturalmente non può mancare il Cornish Crema Tea è un tè accompagnato da scones appena sfornati, confettura di frutta e panna.
INDIRIZZI E NUMERI UTILI	Numero unico d'emergenza: 112 (valido in tutti i 27 paesi membri della UE) LONDRA - Ambasciata d'Italia Indirizzo: 14, Three Kings Yard, London W1K 4EH Tel: 004420 73122200 - Fax: 73122230
PER SAPERNE DI PIÙ	**Internet:** www.cornovaglia.com Informazioni sulla sicurezza, scheda del paese e notizie utili: www.viaggiaresicuri.it.
METTI UN LIBRO NELLO ZAINO	**"CORNOVAGLIA MAGICA"** di Daphne DuMaurier Un racconto, un'autobiografia che svela ciò che intimamente ha ispirato le opere di una scrittrice non "sola", come in molti l'hanno definita, ma "solitaria", innamorata della Cornovaglia. L'autrice racconta e rilegge la sua vita attraverso i suoi viaggi e i suoi romanzi ispirati tutti dall'amore per questa terra. Magica, misteriosa, inesplorata, la Cornovaglia è vista e "rivisitata" attraverso gli occhi dell'autrice di Rebecca, Frenchman's Creek e Jamaica Inn. Terminato poco prima della morte della scrittrice, Cornovaglia magica è il racconto del rapporto fra una persona e l'anima di un luogo. Un libro per chi desidera conoscere qualcosa di più su questa autrice così riservata. Per chi ha visto i film tratti dai suoi romanzi. Per chi è semplicemente affascinato da una scrittrice solitaria e dallo spirito della Cornovaglia. **"LE BIANCHE DUNE DELLA CORNOVAGLIA"** di Pilcher Rosamunde Prue, una ragazza sensibile e intelligente che non ha ancora trovato una persona in cui credere davvero; Daniel, un pittore di grande talento ma irrequieto; Charlotte, una ragazzina cresciuta senza amore. I loro destini si incrociano in un cottage vicino al mare in Cornovaglia, dove vive Phoebe, la straordinaria ed eccentrica zia di Prue. Forse da questo incontro può nascere un amore, e forse questo amore può dare a tutti una nuova speranza di felicità. **"IL ROMANZO DI SILENCE"** di Heldris di Cornovaglia Sofferta riflessione di una fanciulla che, costretta fin dalla nascita dal volere paterno, indossa abiti maschili e inscena un'esistenza sotto il segno dell'ambiguità. Ambigua la sua formazione, che la vede impugnare le armi invece del fuso, ambiguo il suo fascino che ammalia la regina invaghita del/la bel/la giovinetto/a; Le Roman de Silence mostra la sua ambiguità fin dalla penna che l'ha

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

tracciato: di uomo o di donna sotto lo pseudonimo di Heldris di Cornuälle. Silence, un transgender del XIII secolo, si aggira per le corti di Cornovaglia, Inghilterra e Francia, mostrando le sue abilità di guerriero in numerose avventure.

LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITA': OGNI VOLTA CHE UNA LIBRERIA CHIUDE, DIVENTIAMO TUTTI UN PO' PIU' POVERI E PIU' SOLI.
Fai anche tu un piccolo passo: se ti è possibile, ordina e acquista i tuoi libri presso la tua libreria di fiducia evitando di acquistare on-line.

GLI ALIENI SONO FRA NOI: COMBATTIAMOLI INSIEME!

Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto Life ASAP – Alien Species Awareness Program (programma di consapevolezza sulle specie aliene).

COSA SONO. Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva.
Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

PERCHÈ COMBATTERLE. Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA. I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

COSA POSSIAMO FARE A CASA.
1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.
2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO. Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: **attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.**
Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.
Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.
Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. **Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.**
Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- Proteggere l'ambiente naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- Cooperare con le comunità locali assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- Rispettare la natura e le popolazioni dei luoghi visitati.
- Conservare flora, fauna e zone protette.
- Rispettare l'integrità delle culture locali e delle loro abitudini.
- Seguire le leggi e le regole dei paesi visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- Dare sempre informazione, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via Guglielmo degli Ubertini 44, 00176 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole. Da oltre 25 anni impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- ***Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:***
  - » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
  - » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
  - » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
  - » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente

- ***Compensiamo la CO_2 prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care***

Tutti i nostri viaggi sono a "zero CO_2"

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO_2 emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO_2.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contributi in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.
Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via Guglielmo degli Ubertini 44, 00176 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

- ***Siamo soci e partner di WWF Travel ed abbiamo adottato i principi della Carta di Qualità WWF***
- ***Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi:*** www.aitr.org
- ***Siamo membri attivi della rete internazionale ECOLNET, European Ecotourism Network, e ne adottiamo i principi di standardizzazione e controllo:*** www.ecotourism-network.eu
- ***Siamo soci del network italiano Ecoturismo Italia:*** www.ecoturismo-italia.it
- ***Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi*** a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
  - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
  - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
  - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
  - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.

European Ecotourism Network
Rete Europea di Ecoturismo ECOLNET

eco turismo
EcoTurismo Italia

THE CODE .ORG
THE CODE
Organizzazione mondiale contro il turismo sessuale e l'abuso sui minori

LIFEGATE ENERGY
Utilizziamo 100% energia rinnovabile a Impatto Zero®

ASSOCIAZIONE ITALIANA TURISMO RESPONSABILE
Siamo soci di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via gli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT