

2024

SCHEDA VIAGGIO

CAMMINO DI SANTIAGO – PERCORSO FRANCESE

Viaggio a piedi lungo gli ultimi 100 km del Cammino più famoso del mondo



SPECIALE PERCHÈ

- Un cammino nella storia, da fare almeno una volta nella vita
- Gli incontri con persone di tutto il mondo, che condividono lo stesso itinerario
- Lo spettacolare arrivo alla cattedrale di Santiago

PUNTI DI FORZA DEL VIAGGIO

- Itinerario lungo ma senza grandi dislivelli, adatto a tutte le età
- Supporto logistico con trasporto valigie ed eventualmente trasferimento persone fra gli hotel
- Il gran finale a Muxia e Finisterre dopo l'arrivo a Santiago de Compostela



Il Cammino di Santiago de Compostela è una delle vie di peregrinazione più importanti della storia, tanto che la città è considerata la terza città santa per la cristianità dopo Gerusalemme (da cui tutto parti) e Roma. Divenne così importante nel Medioevo, con un massimo splendore tra i sec. XI°-XIII°, che il termine pellegrino (come cita Dante nella Vita Nuova) divenne sinonimo del viandante che si dirigeva a Santiago.

È una rotta percorsa ininterrottamente fin dal IX° sec., epoca a cui risale la declamazione della scoperta della tomba di San Giacomo il Maggiore, uno tra i più intimi degli apostoli di Gesù, in seguito (così narra la tradizione) all'apparizione di una stella su un campo presso un colle chiamato Libredòn, che indicò ad un pio eremita del tempo il luogo ove giacevano, dimenticate da secoli, le reliquie del santo. Da tutto ciò deriva il nome della città che ivi nacque: Santiago (contrattura iberica di San Giacomo) de Compostela (del campus stellae) a ricordo di quella stella che, come la cometa guidò i Magi a Betlemme, indicò a Pelayo (l'eremita) il luogo del sepolcro.



Il simbolo del Cammino di Santiago



Lungo il cammino



Cammino di Santiago



Cammino di Santiago



Interno della Cattedrale



Cattedrale di Santiago de Compostela

La Capasanta o conchiglia di San Giacomo è il simbolo del Pellegrinaggio nella città di Santiago de Compostela. Il Pellegrino o "Peregrino" nel corso dei secoli ha da sempre raccolto sulle spiagge galiziane e sulla costa di Finis Terrae (in lingua galiziana Fisterra) le conchiglie di San Giacomo di Compostela.

La conchiglia di San Giacomo doveva essere cucita sul mantello o sul cappello ed era l'indicazione o il simbolo da mostrare a tutti che il Pellegrino aveva raggiunto e visitato la tomba di San Giacomo nella lontanissima e verdeggiante regione della Galizia nella penisola iberica.

Oggi, nei moderni pellegrinaggi, le conchiglie di San Giacomo possono essere trovate e comprate lungo tutto il tratto del "Cammino" fino all'arrivo nella città di Santiago de Compostela e vengono esibite con orgoglio sui moderni e utili zaini a testimonianza del moderno sacrificio lungo tutto il tratto del pellegrinaggio.


CHE COS'È "LA COMPOSTELA"?

È un certificato di tipo religioso rilasciato solo dall'autorità ecclesiastica di Santiago de Compostela che certifica a chi ha percorso il Cammino di Santiago de Compostela il compiuto pellegrinaggio alla tomba dell'apostolo San Giacomo. La Compostela può essere rilasciata solo a chi ha effettuato il Cammino per motivi di tipo religioso o per motivi di tipo spirituale.

La certificazione può essere rilasciata a colui il quale presenti una Credenziale che abbia al suo interno tutti timbri (minimo i timbri dei 100km in caso di percorso effettuato a piedi e minimo i timbri di 200 km se percorsi con la bicicletta) del percorso del "Cammino de Santiago".

LA COMPOSTELA VIENE RILASCIATA A TUTTI COLORO CHE EFFETTUANO IL VIAGGIO!.

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 7 al 14 luglio; dal 10 al 17 novembre (8 giorni /7 notti)
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons (min. 6 max. 15 partecipanti)
GUIDA	Antongiulio Mazzola (Guide G.A.E. Guide Ambientali Escursionistiche – CM181) Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione “Le nostre guide” o clicca QUI
COSA FACCIAMO	Camminate giornaliere di difficoltà  ; enogastronomia locale; trekking urbano a Santiago de Compostela; camminate giornaliere lungo gli storici sentieri del Cammino di Santiago; escursione finale a Muxia e Finisterre. <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Sette località, hotel, pensioni, alberghi rurali e strutture a gestione familiare (sempre con bagno privato)
PASTI INCLUSI	La prima colazione
PASTI <u>NON</u> INCLUSI	I pranzi al sacco, da acquistare nei bar/ristoranti che si incontrano lungo i sentieri. Le cene in ristoranti locali. <i>Budget: circa 8/10 euro per i pranzi; 12/15 euro per le cene</i>
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 A/R per Santiago de Compostela (non inclusi) INIZIO VIAGGIO: ore 18.00 direttamente in hotel FINE VIAGGIO: dopo la prima colazione <i>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.</i>
DOCUMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Carta di Identità o Passaporto validi per tutta la durata del viaggio. In caso di carta d’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.viaggiasesicuri.it
TRASPORTI LOCALI	<i>Servizio trasporto bagagli da un hotel all’altro (incluso); transfer dall’aeroporto di Santiago al primo hotel a Sarria (incluso), transfer dall’hotel di Santiago in aeroporto (non incluso).</i> ATTENZIONE!!! <i>Qualora un partecipante avesse la necessità di riposare un giorno (o più di un giorno) e saltare la tappa, sarà cura delle guide la mattina predisporre un servizio taxi per portare il partecipante all’hotel successivo. La stessa cosa potrà avvenire durante il tragitto qualora un partecipante non fosse in condizioni di terminare la tappa. <u>Essendo servizi su richiesta ed eventuali, non sono inclusi nella quota e verranno pagati dal partecipante stesso qualora fossero necessari. In generale, il tragitto fra un hotel ed un altro è molto breve e la spesa è sempre più che economica.</u></i>

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO

ITALIA/ SANTIAGO DE COMPOSTELA

Ritrovo dei partecipanti con la guida in hotel a Santiago de Compostela. Presentazione del pellegrinaggio e pernottamento.

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 SARRIA A PORTOMARIN (22 km)

Dopo la prima colazione in hotel, trasferimento a Sarria (incluso, circa 1h30') per iniziare il nostro primo trekking del Cammino di Santiago, chiaramente dopo la consegna delle Credenziali del Pellegrino sulle quali faremo apporre i relativi timbri di tappa. Pranzo al sacco durante il cammino. Arrivo in hotel a metà pomeriggio, cena e pernottamento.

DESCRIZIONE DELLA TAPPA: per una buona parte dei camminatori questa è la prima tappa del loro itinerario, proprio perché Sarria è molto vicina ai mitici ultimi 100 chilometri del Cammino. Il percorso attraversa diversi villaggi fino ad arrivare a Portomarín, attraverso ottimi esempi di romanico, attraversando villaggi, lungo sentieri alberati e paesaggi rurali, con passerelle e ponti medievali rustici e anche una moderna area di sosta dove troveremo ristoro e ci concederemo una meritata sosta.

Dislivello da Sarria (454m s.l.m.) a Portomarín (387m s.l.m.): +400m/-470m

Difficoltà: 

3° GIORNO

DA PORTOMARIN A PALAS DE REI (24 km)

Dopo la prima colazione in hotel, iniziamo il nostro trekking giornaliero. Pranzo al sacco durante il cammino. Arrivo in hotel a metà pomeriggio, cena e pernottamento.

DESCRIZIONE DELLA TAPPA: la tappa si snoda lungo la Sierra de Ligonde che divide i due bacini dei fiumi Miño e Ulloa e le cittadine di los Concellos de Portomarín e Monterroso. Sebbene l'inizio appaia impegnativo, fino a raggiungere il monte San Antonio oltre i 700 metri, il resto dell'itinerario è dolce e in leggera discesa, attraverso strade ben tracciate e di facile percorrenza. Inoltre, durante la tappa avremo modo di incontrare interessanti chiese romaniche, antichi punti di ristoro del pellegrino, affascinanti ponti pedonali e grandi distese di praterie.

Dislivello da Portomarín (387m s.l.m.) a Palas de Rei (556m s.l.m.): +500m/-330m

Difficoltà: 

4° GIORNO

DA PALAS DEL REI A ARZUA (29 km)

Dopo la prima colazione in hotel, iniziamo il nostro trekking giornaliero. Pranzo al sacco durante il cammino. Arrivo in hotel a metà pomeriggio, cena e pernottamento.

DESCRIZIONE DELLA TAPPA: oltre ad essere una delle tappe più lunghe del nostro cammino, è anche una delle più impegnative a causa dei numerosi saliscendi che rendono il cammino di oggi certamente quello da affrontare con il vero stato d'animo del pellegrino! Attraverso strade romane, chiesette parrocchiali e bei ponti medioevali, attraverseremo la città di Melide dove il nostro cammino francese si fonde con il cammino originario proveniente da Oviedo, fino a giungere ad Arzua, dove si unisce anche al cammino proveniente da nord.

Dislivello da Palas de Rei (556m s.l.m.) a Arzua (388m s.l.m.): +500m/-670m

Difficoltà: 

5° GIORNO

DA ARZUA A LAVACOLLA (30 km)

Dopo la prima colazione in hotel, iniziamo il nostro trekking giornaliero. Pranzo al sacco durante il cammino. Arrivo in hotel a metà pomeriggio, cena e pernottamento.

DESCRIZIONE DELLA TAPPA: attraversando valli ornate da profumati eucalipti, cammineremo dolcemente lungo un sentiero ben tracciato con la possibilità di riempire le nostre borracce nella fresca fonte antistante il Rio Vello, proseguendo poi fra leggeri saliscendi lungo torrenti e villaggi e non disdegnando delle brevi soste nei bar che si incontrano durante il nostro trekking giornaliero.

Dislivello da Arzua (388m s.l.m.) a Lavacolla (300m s.l.m.): +450m/-540m

Difficoltà: 

6° GIORNO

DA LAVACOLLA A SANTIAGO DE COMPOSTELA (12 km)

Dopo la prima colazione in hotel, iniziamo il nostro trekking giornaliero di buon mattino. Arrivo in hotel a metà mattinata, in tempo per partecipare alla "tipica" messa di mezzogiorno nella cattedrale. Pranzo a Santiago in ristorante tipico locale. Nel pomeriggio, visita guidata della città con una guida locale. Cena a Santiago e pernottamento.

DESCRIZIONE DELLA TAPPA: pur essendo più antropizzata delle tappe precedenti, racchiude però in sé l'emozione dell'arrivo a Santiago de Compostela all'interno delle mura della città antica, prima di recarci alla cattedrale di Santiago, punto centrale della Cristianità insieme a Gerusalemme e Roma, per assistere alla messa del pellegrino, proprio in onore dei camminatori che finalmente sono giunti all'agognata, e meritata, meta finale del proprio cammino. Dopo la messa andremo tutti insieme a ritirare la Compostela, agognato riconoscimento al nostro cammino e certificazione da esibire con orgoglio!

Dislivello da Lavacolla (300m s.l.m.) a Santiago de Compostela (260m s.l.m.): +130m/-170m

Difficoltà: 

L'intero pomeriggio sarà riservato alla visita di Santiago, con guida locale. Capitale della Comunità Autonoma della Galizia, dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO grazie alla sua bellezza urbana, alla sua integrità monumentale e per essere meta di una millenaria rotta di pellegrinaggio, Santiago rappresenta il punto di incontro della fede e del pensiero del mondo occidentale.

7° GIORNO

SANTIAGO DE COMPOSTELA, MUXIA E FINISTERRE – Giornata libera a Santiago oppure escursione facoltativa di un'intera giornata a Muxia e Finisterre

Nel nostro ultimo giorno avremo la possibilità di scegliere fra due differenti tipologie di giornate. Chi lo vorrà potrà sfruttare una giornata libera a Santiago, e approfondire tutte le attrazioni viste durante la visita del giorno precedente, o dedicarsi alle attività individuali.

In alternativa, facoltativamente chi lo desidera avrà la possibilità di partire la mattina per un tour in direzione delle leggendarie cittadine di Muxia e Finisterre. Divisi da uno dei tratti di costa atlantica più affascinanti di Galizia, sono entrambi luoghi simbolo della storia del Cammino. Il fortemente evocativo Santuario di Muxia e l'imponente Faro di Finisterre sono un momento davvero toccante per ogni pellegrino che abbia raggiunto Santiago de Compostela.

Ritorno in hotel in serata, poi la cena e pernottamento.

8° GIORNO

SANTIAGO DE COMPOSTELA/ROMA

Dopo colazione, trasferimento libero in aeroporto a seconda degli orari di partenza dei voli 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, pile o felpa, giacca a vento antipioggia o mantellina, coprizaino, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da escursione, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva.

Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

... e consigliati

Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi o corti per le escursioni. Scarpe comode per le visite ai monumenti e alle cittadine. Macchina fotografica. Può essere utile un porta pranzo in plastica per contenere il pranzo.

Bastoncini da trekking o 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, dovrete lasciarli in aeroporto alla partenza!

BAGAGLI

Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando un trolley o un borsone facilmente trasportabile. Per il trasporto bagagli tra una tappa e l'altra è previsto 1 solo bagaglio a persona.

SALVIAMO L'ORSO



ASSOCIAZIONE PER LA CONSERVAZIONE DELL'ORSO BRUNO MARSICANO
Devolviamo annualmente una parte dei ricavi all'Associazione "Salviamo l'Orso"

Biologi, naturalisti, dirigenti, studenti, operai, professionisti, insegnanti, veterinari, guardiaparco, impiegati...tutti, ma proprio tutti volontari appassionati di natura, che tengono fortemente al futuro dell'orso marsicano. e che hanno bisogno dell'aiuto di tutti per garantire un futuro a questo magnifico animale.

Viaggiando con FSNC contribuisce anche tu, ma se vuoi partecipare in modo più diretto e attivo, fai una donazione personale su www.salviamolorso.it

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione:

€ 940,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 250,00

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

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in piccoli hotel e pensioni lungo il cammino, in camere doppie con servizi privati; la prima colazione; le credenziali del Pellegrino all'arrivo per l'apposizione dei timbri durante il cammino; trasferimento da Santiago a Sarria; guida parlante italiano per la visita a Santiago de Compostela (mezza giornata); assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per tutta la durata del viaggio; le tasse di soggiorno; il servizio di trasporto valigie da una città dall'altra; il biglietto ingresso alla Cattedrale di Santiago.

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 (vedi sotto); voli A/R dall'Italia per Santiago; i pasti e le bevande; trasferimenti da/per aeroporto-hotel; eventuale trasporto in taxi per chi non svolge la tappa giornaliera; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

Extra e facoltativa: giornata finale a Finisterre e Muxia: circa 250,00€ a taxi per l'intera giornata, da dividere per il numero degli occupanti del mezzo (con 4 pax circa 62,50 euro a pax).

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 30,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO₂ 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

NOTE: la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento).

Per coloro che viaggiando da soli richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione. Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento.

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI. Facoltativa, non inclusa nella quota, ma è possibile stipularla con un **costo del 5% circa del totale dell'importo assicurato**. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio.

NELLE DUE PAGINE SEGUENTI POTRAI TROVARE UN COMPENDIO DELLA POLIZZA ANNULLAMENTO E DELLE COPERTURE IN CASO DI ANNULLAMENTO.

Richiedici l'opuscolo informativo completo.

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 VIAGGIARE IN TRANQUILLITA'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrai pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO N° 6001004547/F

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio.

Richiedi l'opuscolo informativo

POLIZZA ANNULLAMENTO "TRAVEL" N° 6003000688/W

Se desideri sentirti al sicuro contro eventuali imprevisti che potrebbero impedire la tua partenza, scegli la nostra **POLIZZA TRAVEL**, con un costo del 5% del totale assicurato. La polizza include anche la copertura in caso di positività al Covid-19

Richiedi l'opuscolo informativo

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

Clima Atlantico temperato-umido con estati fresche, inverni miti e con piogge frequenti e ben distribuite nell'arco dell'anno.

La temperatura medie che si registrano nella città di Santiago oscillano intorno agli 8°-9° durante l'inverno e superano di rado i 27° durante i periodi estivi.

FUSO ORARIO

Lo stesso dell'Italia

MONETA e BANCHE

Euro

ELETTRICITÀ

230 V. prese di tipo C e F:



TELEFONO

Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +34. Prefisso per chiamare l'Italia +39.

Ampia copertura della rete GSM (cellulari) con possibilità di roaming internazionale.

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) 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

La cucina che potrete gustare a Santiago è quella tipica galiziana, molto rinomata in tutta la Spagna. Si basa sui prodotti della pesca provenienti dal ricco Oceano Atlantico: i piatti a base di pesce, frutti di mare e crostacei sono molto pregiati. Citiamo fra tutti una deliziosa specialità, el pulpo a la gallega (Polpo alla Galiziana), ma non possono essere dimenticati l'astice e il vesugo; piatto tipico è la Marellada, così come i cannicchi e i pregiati Percebes. Tipica è la Tetilla, caratteristico formaggio dolce e delicato. Per quanto riguarda i dolci, è necessario annoverare la Torta di Santiago ("Tarta Compostelana"), a base di uova, zucchero, mandorle e cannella, spolverata con dello zucchero a velo. Tra i vini troviamo il Ribeiro, bianco fruttato che si accosta bene alle specialità di mare.

INDIRIZZI E NUMERI UTILI

Numero unico d'emergenza: 112 (valido in tutti i 27 paesi membri della UE)
Ambasciata d'Italia a Madrid:

Ambasciata d'Italia
Cancelleria Diplomatica:
Calle Lagasca, n. 98 - 28006 MADRID Tel. 0034-91-4233300 Fax.0034-91-5757776
Centralino automatizzato consolare (dalla Spagna): 902.050.141.
Web: www.ambmadrid.esteri.it; e-mail: archivio.ambmadrid@esteri.it

PER SAPERNE DI PIÙ **Internet:**

www.caminodesantiago.consumer.es
www.pellegrinando.it
www.santiago.forwalk.org
www.spain.info/it

Informazioni sulla sicurezza, scheda del paese e notizie utili: www.viaggiaresecuri.it

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

"Una strada per ricominciare" di Bernard Ollivier

Una nuova vita al di là del lavoro, oltre la famiglia, oltre le passioni che prima o poi finiscono. Una rinascita che passa attraverso la scoperta del Cammino di Santiago de Compostela che l'autore percorre a piedi partendo da Parigi. Ma poi l'avventura continua in un'impresa mai tentata prima lungo la Via della Seta: a piedi da Istanbul a Xi'an, in Cina, in quattro tappe annuali di tremila chilometri ciascuna. Il libro diventa così il racconto di come si passa dalla depressione alla gioia intima di un rapporto profondo con la natura e di nuove relazioni con gli altri. E l'esito è sorprendente.

LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITÀ: 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.



VIAGGIA NATURALE



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.



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 CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO₂”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ 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 CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contribuiti 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.



- 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
- 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.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA ADERISCE A:



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



AIAV, Associazione Italiana Agenti di Viaggio, aderendo al Codice di Autoregolamentazione delle Imprese Turistiche



Four Seasons Natura e Cultura è socia di Interpret Europe

ANCHE IL VIAGGIO PIÙ LUNGO COMINCIA CON UN PASSO. IL TUO.

CURIOSI DI NATURA VIAGGIATORI PER CULTURA