

# 2024 SCHEMA VIAGGIO

## Inghilterra – VALLO DI ADRIANO E NORTHUMBERLAND

Castelli, spiagge e villaggi ai confini dell'Impero Romano

**Dal 7 al 15 agosto 2024**



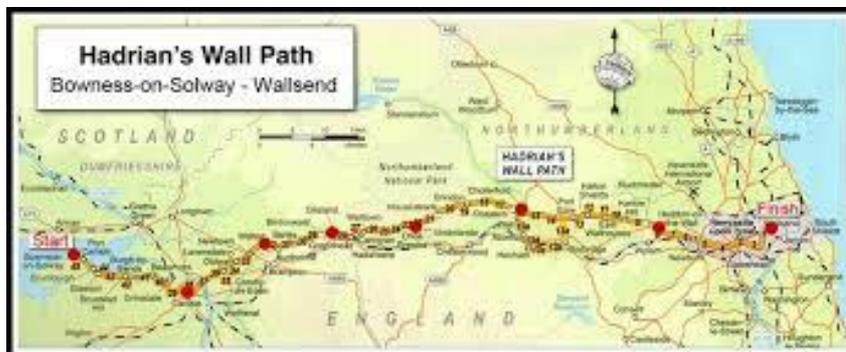
### SPECIALE PERCHÈ

- Il Vallo di Adriano, la mitica frontiera Nord dell'Impero Romano, a tratti ottimamente conservato
- Il Parco Nazionale del Northumberland, ricco di flora, fauna e monumenti
- La costa, i castelli, i villaggi, le case storiche e i luoghi di una delle province inglesi storicamente più tumultuose

### AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Parco Nazionale del Northumberland
- AONB Costa del Northumberland
- Riserva Naturale Statale di Lindisfarne

Per secoli, il Northumberland ha incantato la gente con la sua anima spirituale, dal "lascito" di St. Cuthbert presso l'Isola Sacra di Lindisfarne, al mitico e impressionante Vallo di Adriano, alla serenità e la bellezza delle sue coste. In aggiunta, il Northumberland ha una grande varietà di paesaggi: sulla costa si trovano villaggi di pescatori e spettacolari ampie baie sabbiose, mentre verso l'interno storici luoghi di battaglia e castelli si aprono nella brughiera. Il nostro viaggio attraverso i secoli inizierà proprio lungo il Vallo di Adriano, la frontiera più a nord durante l'Impero Romano. Seguiremo il Vallo, a tratti molto ben conservato, visitando torri, fortini, cittadine; ci spingeremo lungo la costa, per camminare lungo le scogliere e visitare castelli inquietanti, scopriremo piccoli villaggi dove la vita sembra essersi fermata, attraverseremo la "strada rialzata" di Holy Island, ripercorreremo le orme del "genio di Cragside", per un viaggio vario ed entusiasmante in una parte di mondo che solo pochi hanno assaporato.





Castello di Bamburgh



Lindisfarne



Il Vallo di Adriano



Alnwick Castle



Vallo di Adriano



Cheviot Hills

“IL VALLUM HADRIANI”

Questo nome viene talvolta usato per indicare il confine tra Scozia e Inghilterra, anche se il muro non seguiva il confine attuale.

Venne costruito dall'impero romano, esattamente per volere dell'imperatore Adriano, come limes della Britannia Romana, che inizia a Wallsend, sul fiume Tyne, e finisce alla foce del fiume Solway Firth.

Esso doveva “separare i Romani dai Barbari” intendendo come Barbari i popoli che non accettavano l'integrazione con la civiltà romana.

Cammineremo lungo il Vallo di Adriano, fra pascoli verdi e silenziose brughiere della Regione di Northumberland, fra le fortezze ancora conservate nei secoli, e sarà come ripercorrere un tratto di storia.

VIAGGIA NEI LUOGHI E NELLA STORIA DELLE SERIE TELEVISIVE "VIKINGS" E "THE LAST KINGDOM"



## INFORMAZIONI GENERALI

<b>QUANDO</b>	Dal 7 al 15 agosto 2024 (9 giorni /8 notti)
<b>COME</b>	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons Natura e Cultura (min. 8 max. 15 partecipanti)
<b>GUIDA</b>	Stefano Spinetti (iscritta nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche – LA012) <a href="#">Vuoi saperne di più sulla guida? Clicca QUI</a>
<b>COSA FACCIAMO</b>	Escursioni a piedi di difficoltà  ; camminate lungo il Vallo di Adriano, visita di castelli e luoghi caratteristici. Viaggi senza difficoltà particolari che non richiedono esperienza specifica ma soltanto un minimo di impegno e una buona forma fisica. <a href="#">Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</a>
<b>DOVE DORMIAMO</b>	Hotels in due località: <a href="#">Centre of Britain</a> ad Haltwhistle e <a href="#">Tankerville</a> a Wooler
<b>PASTI INCLUSI</b>	Colazione in hotel; 8 cene in hotel
<b>PASTI NON INCLUSI</b>	Pranzi al sacco non compresi da organizzare giornalmente; tutte le bevande ai pasti. Considerare al giorno per i pranzi non compresi: circa GBP10,00/15,00  <i>NB: In alcuni giorni potrebbe essere necessario fare la spesa per il pranzo al sacco il giorno precedente la partenza per l'escursione.</i>
<b>DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE</b>	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**

**Volo A/R dall'Italia per Newcastle Upon-Tyne**

### **PARTENZA SPECIALE**

**VOLO DI LINEA KLM AIRWAYS DA ROMA E MILANO (non incluso nella quota)**  
**CONFERMA IMMEDIATA A TARIFFA GARANTITA (fino ad esaurimento posti)**

#### DA MILANO - € 410,00

07.08.2024	Milano Linate	Amsterdam	KL1614	10.50	14.25
07.08.2024	Amsterdam	Newcastle	KL959	16.20	16.40
15.08.2024	Newcastle	Amsterdam	KL960	17.30	19.55
15.08.2024	Amsterdam	Milano Linate	KL1619	21.00	22.40

#### DA ROMA - €480,00

07.08.2024	Roma Fiumicino	Amsterdam	KL1604	12.40	15.10
07.08.2024	Amsterdam	Newcastle	KL959	16.20	16.40
15.08.2024	Newcastle	Amsterdam	KL960	17.30	19.55
15.08.2024	Amsterdam	Roma Fiumicino	KL1609	20.35	22.45

*Le tariffe includono le tasse aeroportuali, un bagaglio a mano ed un bagaglio in stiva*

## DOCUMENTI

- **Passaporto** valido per tutta la durata del viaggio.
- Tessera sanitaria TEAM in corso di validità
- Stampa cartacea della ricevuta del biglietto di andata e ritorno

**NB: dal 1 Gennaio 2021 non è più possibile recarsi in UK con la Carta d'Identità!**

Normative specifiche per i minori. Maggiori info su [www.viaggiareassicuri.it](http://www.viaggiareassicuri.it)



<b>TRASPORTI LOCALI</b>	• Pulmino a noleggio condotto dalla nostra guida.
<b>FONDO CASSA TRASPORTI:</b>	E' previsto un fondo cassa trasporti di <b>eur 50,00</b> , da versare al momento della prenotazione, a copertura delle spese carburante, pedaggi, parcheggi
<b>INIZIO E FINE VIAGGIO</b>	07.08.2024 ore 17.00 Aeroporto Newcastle 15.08.2024 ore 15.00 Aeroporto Newcastle

## PROGRAMMA DI VIAGGIO

- 1° GIORNO** **ITALIA/NEWCASTLE/HALTWHISTLE**  
Arrivo a Newcastle-Upon-Tyne, trasferimento in pulmino verso Haltwhistle, dove staremo per le prossime quattro notti.  
*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** **HADRIAN'S WALL: ROMAN ARMY MUSEUM**  
Oggi ci aspetta la nostra prima, grandiosa escursione lungo il Vallo di Adriano, la frontiera più a nord dell'Impero Romano, voluta dall'Imperatore Adriano che visitò personalmente il Vallo, completato nel 128 d.C.. Per circa tre secoli, il Vallo di Adriano è stato una viva e vibrante frontiera multi-culturale, lunga 117km, pari a 80 miglia romane, che divide l'isola da costa a costa. Costruito da una forza di 15.000 uomini in meno di sei anni, è sorprendente ammirare oggi i tratti meglio conservati con Milecastles, caserme, bastioni e fortezze che punteggiano un paesaggio variegato in uno scenario drammatico. Situato nella splendida campagna accanto a una sezione ampia del Vallo di Adriano, il Roman Army Museum è un autentico tributo alla straordinaria eredità militare di Roma che rende omaggio alla indimenticabile serie di successi militari in Gran Bretagna e nel mondo di allora. I display riportano in vita l'organizzazione e la disciplina dell'esercito romano, i molti ruoli e i doveri dei soldati, le loro attrezzature, la formazione e la vita quotidiana. Vi è anche una sezione dove si racconta il ruolo dell'esercito nella costruzione del Vallo di Adriano.  
**Dislivello:** 430 m – **Lunghezza:** 11 km – **Durata:** 4:30 ore – **Difficoltà:** 
- 3° GIORNO** **HADRIAN'S WALL: HOUSESTEADS E VINDOLANDA**  
Un'altra grandiosa escursione lungo il Vallo di Adriano fino ad arrivare alla zona archeologica di Vindolanda. Costeggeremo il Vallo passando per il Sycamore Gap, reso famoso dal film "Robin Hood" di Kevin Costner, oggi purtroppo senza più il maestoso acero che lo dominava; mentre lambendo la fortezza di Housestead potremo sbirciare caserme e l'ospedale romano. Un breve tratto su asfalto ci porta a Vindolanda, uno dei più importanti siti archeologici romani in Europa, che comprende almeno 8 forti che si sono succeduti, molti dei quali erano occupati prima della costruzione del Vallo di Adriano. Nel museo sono conservati oggetti in pelle e legno, scarpe, abbigliamento, attrezzi, attrezzature militari, finimenti per cavalli. Ma i reperti più sorprendenti sono le migliaia di tavolette scritte che ci raccontano la vita quotidiana: lettere di soldati che chiedono calze e biancheria intima, un invito a una festa di compleanno per la moglie del comandante, richieste di pagamento, elenchi di beni forniti e dispiegamento di truppe. Un record davvero unico e straordinario della vita di tutti i giorni durante l'Impero Romano che ci consentirà di immedesimarci idealmente negli abitanti di Vindolanda di 2000 anni fa!  
**Dislivello:** 450 m – **Lunghezza:** 14 km – **Durata:** 5 ore – **Difficoltà:** 
- 4° GIORNO** **LANERCOST PRIORY, BIRDOSWALD**  
Oggi andremo verso est per camminare nella storia di questi luoghi, fino ad arrivare alla Lanercost Priory ubicata nei pressi del vallo di Adriano. La splendida abbazia del Priorato agostiniano di Lanercost nasconde una storia spesso travagliata. In passato subì frequenti attacchi durante le lunghe guerre anglo-scozzesi, una volta da parte di Robert Bruce in persona. Il re Edoardo I, malato

a morte, riposò qui per cinque mesi nel 1306-7, poco prima della sua morte durante la sua ultima campagna. C'è ancora molto da vedere in questo monastero della Cumbria: l'estremità orientale della nobile chiesa del XIII secolo sopravvive in tutta la sua altezza, ospitando all'interno del suo drammatico triplice ordine di archi alcuni bei monumenti.

**Dislivello:** 130 m – **Lunghezza:** 9 km – **Durata:** 3 ore – **Difficoltà:** 

#### 5° GIORNO

##### **TRANSFER - HALTWHISTLE WOOLER LINDISFARNE, HOLY ISLAND**

Lasciamo la zona del Vallo di Adriano per dirigerci verso nord-est, per raggiungere la zona costiera. Dopo aver preso possesso delle nostre camere, andremo alla scoperta della Holy Island, Lindisfarne, isola due volte al giorno e penisola per altre due volte, collegata alla terraferma da una strada che l'alta marea cancella temporaneamente. Sia un'isola che un pittoresco villaggio, Holy Island porta una ricchezza di storia tra le sue mura di marea. Epicentro del cristianesimo in epoca anglosassone, Lindisfarne Priory era una volta la casa di St Oswald. Questo ambiente sereno è stato il luogo di nascita dei Vangeli di Lindisfarne, uno dei libri più preziosi del mondo. Saccheggiata da predatori razziatori vichinghi nel 8° secolo, le suggestive rovine del Lindisfarne Priory includono il famoso 'ponte arcobaleno' che sale a spirale verso il cielo, fantasma-relitto di una torre da tempo scomparsa. Poco distante, Lindisfarne Castle, costruito per difendere le navi inglesi durante gli scontri con la Scozia, poi trasformato in sfarzosa residenza.

**Dislivello:** 50 m – **Lunghezza:** 7 km – **Durata:** 3 ore – **Difficoltà:** 

#### 6° GIORNO

##### **BAMBURGH CASTLE**

Splendida escursione lungo la costa frastagliata del Northumberland, con una sosta per visitare il castello di Bamburgh, sede dell'antico re del regno di Northumbria. Nel 1464 Enrico VI regnò sull'Inghilterra da Bamburgh durante la Guerra delle Due Rose. Il castello venne distrutto dall'artiglieria rivale. Thomas Malory identificò Bamburgh con il castello di Lancillotto, il mitico cavaliere della Tavola Rotonda. Da qui continueremo fino a tornare al punto di partenza.

**Dislivello:** 180 m – **Lunghezza:** 12 km – **Durata:** 4 ore – **Difficoltà:** 

#### 7° GIORNO

##### **CHEVIOT HILLS: GAINS LAW, ST. CUTHBERT'S WAY, SCALDHILL**

Un cambio completo di ambiente dopo due giorni di costa: ci inoltreremo nel cuore montuoso del Northumberland National Park, toccando diverse cime brulle e sferzate dai venti, allietati da superbi panorami vastissimi che abbracciano la Scozia e il confine inglese, attraversando a tratti vaste praterie di erica. Una fantastica escursione in un ambiente che sembra a tratti lunare e surreale, e che qualcuno definì "il mondo alla fine del mondo"!

**Dislivello:** 550 m – **Lunghezza:** 18 km – **Durata:** 6 ore – **Difficoltà:** 

#### 8° GIORNO

##### **DA CRASTER A DUNSTANBURGH – ALNWICK CASTLE**

Una breve e piacevole escursione lungo la costa, questa volta in direzione Nord, passando per scenari da fiaba, promontori dagli aspetti più strani, fino alle romantiche rovine di Dunstanburgh Castle. Il castello fu costruito in un momento in cui i rapporti tra re Edoardo II e il suo più potente barone, Earl Thomas di Lancaster, erano diventati apertamente ostili. Lancaster iniziò a costruire la fortezza nel 1313, in grande scala più come simbolo della sua opposizione al re che come roccaforte militare. Durante gli aspri combattimenti della Guerra delle Due Rose, è stato due volte assediato e catturato dalle forze Yorkiste, ed in seguito cadde in rovina. Da qui torneremo verso il delizioso borgo di Craster tramite una bella passeggiata più interna, prima di trasferirci ad Alnwick per la visita del secondo più grande castello abitato dell'Inghilterra, costruito nel 1096 da Yves de Vescy, barone di Alnwick.

**Dislivello:** 100 m – **Lunghezza:** 7,5 km – **Durata:** 2:30 ore – **Difficoltà:** 

#### 9° GIORNO

##### **NEWCASTLE/ITALIA**

Termina qui la nostra avventura nel magico Northumberland. Trasferimento in aeroporto in tempo utile per il primo volo e rientro in Italia verso i luoghi di provenienza.

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 (possibilmente in Gore-Tex ) o mantellina, coprizaio, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 30/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva.

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

**AVVISO IMPORTANTE:** Le escursioni sono accessibili a tutti coloro dotati di un minimo di allenamento. Le escursioni non hanno dislivelli particolarmente elevati, ma sono a volte lunghe e su sentieri a volte sconnessi e con fondo bagnato o molto fangoso.

**Per questo motivo è assolutamente necessario che i partecipanti siano dotati di scarponcini con collo alto, impermeabili e con buona aderenza (controllare la suola non sia troppo consumata). Le ghette sono consigliate.**

**INDISPENSABILE anche una buona giacca impermeabile e sopra pantalone impermeabile. Se si opta per la mantella, scegliere una di buona qualità, con poche chiusure laterali. per la mantella, bisogna avere con sé una cinta o laccio per poterla stringere in vita per evitare il pericoloso "effetto mongolfiera"!**

#### E' ASSOLUTAMENTE VIETATO L'USO DEGLI OMBRELLI DURANTE LE ESCURSIONI

#### ... e consigliati

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

**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 molto limitata.

#### 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 contribuisci anche tu, ma se vuoi partecipare in modo più diretto e attivo, fai una donazione personale su [www.salviamolorso.it](http://www.salviamolorso.it)

## QUOTE DI PARTECIPAZIONE

### Quota individuale di partecipazione:

€ 1.750,00

(In camera doppia condivisa)

### Supplemento camera singola: € 220,00

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

#### LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati; la prima colazione; noleggio di pulmino per tutta la durata del viaggio; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica; 7 cene in hotel; ingresso ai castelli di Bamburgh e Alnwick, al Roman Army Museum, agli scavi di Vindolanda, alla Lanercost Priory.

#### LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica; volo A/R dall'Italia per Newcastle Upon-Tyne; la cena del primo giorno; i pranzi al sacco; tutte le bevande; spese per carburante, pedaggi e parcheggi (vedi "Forfait trasporti"); le entrate ai musei, ai parchi e ai monumenti, salvo quanto dettagliato ne "la quota comprende"; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

#### FORFAIT TRASPORTI: € 50,00 a persona

Da versare al momento della prenotazione, a copertura delle spese di trasporto non incluse (carburante, parcheggi, pedaggi).

#### ALTRE SPESE NON INCLUSE (prezzi al 01/11/2023)

- LINDISFARNE PRIORY: 6,50GBP
- LINDISFARNE CASTLE: 8,10GBP

**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 CO<sub>2</sub> derivanti dalla partecipazione ai viaggi e la partecipazione al progetto "Treedom - adotta un albero".

**NOTE:** la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento). Per coloro che viaggiando da soli, richiedano 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 (singola forzata).

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

**Richiedici l'opuscolo informativo completo o clicca [qui](#).**

**IMPORTANTE! ANNULLAMENTO VIAGGIO.** In caso di annullamento, fare riferimento alle "Condizioni Generali" del pacchetto di viaggio

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

## 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

## IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da pacchetto di viaggio  
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

12°/26°C – le giornate estive possono essere interrotte da brevi piogge; forti differenze di temperatura tra il giorno e la notte.

### FUSO ORARIO

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

### LINGUA

Inglese

### MONETA e BANCHE

Lira Sterlina britannica (GBP) – British Pound

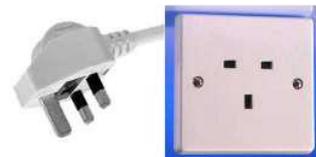
1 euro = 0,88 GBP - 1 GBP = 1,15 Euro (al 18/01/2023)

Si consiglia di arrivare in UK con sterline già cambiate dall'Italia (chiedere alla propria banca).

Carte Visa, Master, Maestro e Cirrus accettate ovunque. Macchine ATM (Bancomat) diffuse.

Il pagamento elettronico è molto usato anche per piccoli importi.

### 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.

### TELEFONO

Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +44. Prefisso per chiamare l'Italia +39.

Roaming UK alle stesse condizioni del proprio piano tariffario nazionale.

**WI-FI** Presente in entrambi gli alberghi

**SANITÀ** I cittadini italiani che si recano temporaneamente per turismo in UK, per effetto dell'Accordo di recesso potranno mantenere il godimento dei diritti sanitari pre-brexite e quindi ricevere le cure mediche necessarie previste dall'assistenza sanitaria pubblica locale se dispongono della Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM), la cosiddetta Tessera Sanitaria.

*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).*

**INDIRIZZI  
E NUMERI UTILI** Numero unico d'emergenza: 999

**SPORTELLO CONSOLARE ITALIANO A MANCHESTER**  
INDIRIZZO: 20 Dale Street - Manchester, M1 1EZ  
tel: +44 (0)161 236 9024 - fax: +44 (0)161 236 5574  
email: sportello.manchester@esteri.it - web: Sportello Consolare a Manchester  
Apertura al pubblico: dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 12.30

**PER SAPERNE DI PIÙ** **Guide:**  
Lonely Planet - Inghilterra  
**Internet:** <http://www.visitnorthumberland.com/>  
Informazioni sulla sicurezza, scheda del paese e notizie utili: [www.viaggiareassicuri.it](http://www.viaggiareassicuri.it).

**METTI UN LIBRO  
NELLO ZAINO** **"SUL CONFINE DELL'IMPERO. Imprese militari e vita quotidiana dei soldati di Roma."** di Sandro Matteoni. Editore: Giunti Editori.

*"i libri sono ali che aiutano a volare"*

Nel nord della Britannia Roma fonda la sua sicurezza su uomini e donne che difendono il confine lungo il quale sarà eretto il Vallo di Adriano. Le loro voci ci arrivano, incredibilmente vivide, dall'archivio del Forte di Vindolanda, teatro di una delle più affascinanti avventure archeologiche di sempre. Attraverso le tracce lasciate dai membri di quella comunità fino alle soglie del II secolo d.C., prende corpo l'avvincente racconto della conquista dell'isola, delle attività militari e della vita quotidiana delle coorti a guardia delle regioni estreme dell'Impero.

**"L'ULTIMO SOLDATO DELL'IMPERO"** di Rosemary Sutcliffe. Editore: Mondadori.  
455 d.C., Aquila ha solo diciotto anni quando, già comandante di un reparto di cavalleria romana stanziato nel Sud della Britannia, si trova in licenza presso la fattoria di famiglia. Richiamato d'urgenza in servizio, apprende che Roma vuole ritirare le truppe dalla Britannia. Aquila deve partire ma, lacerato tra il dovere e l'amore per quella che ormai è la sua terra, decide di disertare. Di nuovo a casa, però, troverà soltanto morte e distruzione. I crudeli Sassoni, con cui il governatore britannico Vortigern ha stretto alleanza, hanno annientato la sua famiglia e, ben presto, impongono ad Aquila il collare della schiavitù. Ma altre catene imprigionano il giovane cavaliere: quelle invisibili del dolore e dell'odio contro il nemico. Nessuna chiave può aprirne il lucchetto, se non l'amore per Ness.

**"IL MISTERO DELLA LEGIONE PERDUTA"** di Andrea Fraschetti. Editore: Il Cilegio.  
La scoperta archeologica di un'antica città romana costruita fra il confine dell'impero unno e quello cinese porta a intercettare un pericoloso traffico d'armi sul quale la CIA sta indagando. Storia e azione, misteri e colpi di scena, tra il passato dell'impero romano e gli imprevedibili sviluppi nel presente. Personaggi e situazioni sorprendenti attraverso i confini del tempo e dei luoghi.

**"LA FRECCIA NERA. Una storia delle due rose"** di Robert Louis Stevenson. Editore: Salani.  
Nella "Freccia Nera", classico del romanzo d'avventura che narra di viaggi, di battaglie, d'amore e di guerra, Robert Louis Stevenson crea forse il suo eroe adolescente più autentico e umano. Le

vicende che segnano l'evoluzione di Dick - da giovane stupido e brutale a coraggioso e nobile condottiero - permangono tenacemente nella memoria, al punto che, anche a distanza di tempo, basta rileggere una parola perché le stesse emozioni di una volta tornino, intatte.

**"I RE DEL NORD"** di Bernard Cornwell. Editore: Longanesi.

Corre l'anno 878 e Re Alfredo ha appena liberato il Wessex dagli invasori vichinghi. Alla sua vittoria ha contribuito Uhtred, che ora, disgustato dalla grettezza del sovrano e dal suo atteggiamento estremamente bigotto, decide di lasciare il paese e di dirigersi a nord per vendicare il padre adottivo, barbaramente ucciso, e liberare la figlia, prigioniera dell'assassino del padre, Kjartan. Arrivato a nord, il giovane trova la regione in rivolta, immersa nel caos e nel terrore. Lui può contare solo su Hild, una monaca sassone che ha rinunciato alla vocazione, e sulla propria spada. Finché il caso non gli fa incontrare un manipolo di uomini comandati da un giovane schiavo autoproclamatosi re di Northumbria. In un mondo dai confini mutevoli dove regnano il caos e bizzose divinità, in una terra contesa tra i signori della guerra in cui il più prezioso alleato può trasformarsi in un nemico più gelido del vento del nord, la follia può rivelarsi l'unica arma vincente.

**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 CO<sub>2</sub> prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



### Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO<sub>2</sub>”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO<sub>2</sub> 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<sub>2</sub>.

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](http://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](http://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](http://www.ecotourism-network.eu)
- Siamo soci del network italiano **Ecoturismo Italia**: [www.ecoturismo-italia.it](http://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.

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

CURIOSI DI NATURA  
VIAGGIATORI PER CULTURA



Rete Europea di Ecoturismo ECOLNET



EcoTurismo Italia



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



Utilizziamo 100% energia  
rinnovabile a Impatto Zero®



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

