



LAOS  
**Laos con stile**

Lungo il Mekong

**Quote a partire da**

€ 3.800,00

**Date di partenza**

Dal 1 Ottobre al 30 Aprile

**Giorni di viaggio**

13

## Caratteristiche di viaggio

In un periodo storico di grandi cambiamenti sullo scenario internazionale, anche il mondo dei viaggi è chiamato a rivisitare le modalità con cui si vivono ed esplorano i Paesi stranieri, specialmente in Asia.

Il Laos, per sua natura, è una destinazione ideale per chi desideri effettuare un viaggio in totale sicurezza e serenità, grazie ad un ampio territorio in gran parte ricoperto di fitta vegetazione tropicale, allo scarso affollamento demografico e al numero ancora esiguo di visitatori che lo sceglie come meta dei propri viaggi.

A questi fattori, abbiamo unito le conoscenze di Earth per elaborare un itinerario in grado di far fronte alle nuove esigenze di viaggio: un ritmo di visite a passo lento; una selezionata scelta di alberghi "boutique" e di resort immersi nella natura; un itinerario che si sviluppa dalla imperdibile Luang Prabang, raggiunge le località meno conosciute del Nord etnico e naturalistico e si conclude nelle pianure e negli altipiani del Sud, seguendo paesaggi e civiltà plasmati dal Mekong.

### In evidenza

- Itinerario alternativo focalizzato su esperienze insolite nel Nord e nel Sud del Paese
- Ritmo di viaggio a passo lento, con momenti dedicati a riposo e visite individuali, in linea con l'atmosfera rilassata che si respira in Laos
- Partecipazione ad una tradizionale cerimonia "basi" e ad un tipico barbecue laotiano dopo una partita a "pétanque" presso Luang Prabang
- Escursione al parco di cura e protezione degli elefanti, simbolo del Laos, presso Pakbeng
- Soste ad una fattoria biologica e al sorprendente "parco delle farfalle" presso Luang Prabang
- Escursione con veicoli 4x4 alla scoperta dei paesaggi e delle comunità etniche dell'area di Muang La e del Bolaven Plateau

## Caratteristiche di viaggio

- L'itinerario si svolge su base privata prevalentemente via strada (un solo volo interno) a bordo di confortevoli veicoli privati
- Guide locali parlanti inglese oppure, con supplemento, di un accompagnatore locale di nazionalità italiana.
- Assistenza EARTH H24 per tutto il viaggio

È possibile personalizzare il tour concordando con i nostri esperti una differente durata, selezione alberghiera, scelta dei servizi o definendo specifiche visite ed esperienze in base agli interessi personali dei viaggiatori.

---

## Programma di viaggio

### GIORNO 01

#### **Partenza dall'Italia per Luang Prabang**

Ritrovo dei Signori Partecipanti ai banchi di accettazione della compagnia aerea prescelta, presso l'aeroporto di Milano Malpensa o di Roma Fiumicino (altri aeroporti possibili su richiesta).

Disbrigo delle formalità di check-in con **assistenza di qualificato personale aeroportuale** e spedizione dei bagagli direttamente fino a Luang Prabang.

Partenza con volo di linea, pasti e pernottamento a bordo.

### GIORNO 02

#### **Arrivo a Luang Prabang**

Arrivo all'aeroporto internazionale di Luang Prabang, disbrigo individuale delle formalità doganali, ritiro del bagaglio e incontro con la nostra organizzazione fuori dagli arrivi internazionali per il trasferimento in Hotel (*le camere saranno disponibili a partire dalle ore 14, possibilità di early check-in con supplemento in base all'orario del volo*).

Sistemazione e tempo per riposo.

Luang Prabang fu l'antica capitale del "Regno del Milione di Elefanti", per secoli uno dei più grandi centri di cultura buddista della regione; oggi mantiene ancora intatta la sua atmosfera fuori dal tempo grazie ai suoi spettacolari templi e ai suoi bellissimi edifici in stile coloniale francese.

Nel tardo pomeriggio, ci si recherà in una casa di gente del posto per prendere parte alla "**cerimonia Basi**", un rito antichissimo che deriva dall'animismo e che viene celebrato per cacciare gli spiriti malvagi e per propiziare la fortuna.

Il rito, officiato dai capi villaggio o da veri e propri sciamani, viene celebrato in maniera autentica e tradizionale e termina con l'usanza di legarsi dei braccialetti di cotone bianco ai polsi come simbolo di protezione. I laotiani credono che un essere umano sia un'unione di trentadue organi, ognuno ha uno spirito o "Khuan" (la parola lao per spirito) per proteggerli. Questi spiriti spesso vagano fuori dal corpo causando uno squilibrio dell'anima che potrebbe portare a una malattia. La legatura del braccialetto di cotone bianco al polso rappresenta la legatura dei 32 spiriti al corpo, rimettendoli in armonia e portando fortuna e prosperità. Terminata la cerimonia, passeggiata orientativa nella penisola di Luang Prabang passando attraverso il **mercato notturno**: nella via centrale ogni sera si svolge un mercatino in cui è possibile trovare piccoli oggetti artigianali, tessuti, pietanze locali, bevande e souvenir di ogni tipo.

Pasti liberi e rientro in Hotel per il pernottamento.

## GIORNO 03

### Luang Prabang

Prima colazione in Hotel.

Inizio della visita guidata della cittadina, conosciuta come la "Capitale del Buddha dorato" e dal 1995 inserita nella lista dei luoghi protetti dall'Unesco.

Sosta al **Royal Palace Museum**, con la sua collezione di interessanti oggetti artigianali e reperti reali: il complesso fu la residenza del re Sisavang Vatthana che salì al trono 1959 e ancor prima di suo padre Sisavang Vong.

Proseguimento con la **Huan Chuan Heritage House**, una tradizionale abitazione risalente a più di 100 anni fa.

Tappa al magnifico **Wat Xiengthong**, uno dei templi più raffinati del Paese e celebre per il

suo particolare tetto in tipico stile laotiano, risalente al XVI secolo.

Il giro tocca anche il bellissimo santuario di **Wat Mai**, edificato nel XVIII secolo come monastero buddista con funzioni di cappella reale ed il **Wat Visoun**, risalente al periodo tra il 1512 ed il 1513 e considerato il più antico della città.

Presso l'**Arts and Ethnology Centre** è possibile poi farsi un'idea precisa della varietà di minoranze etniche che vive nel territorio laotiano, ciascuna con le proprie tradizioni ed usanze.

Nel pomeriggio, visita al villaggio di **Ban Xienglek**: dopo aver ammirato gli artigiani al lavoro, sarà possibile per chi lo desidera acquistare qualche manufatto o qualche eccellente lavoro tessile.

Conclusione della giornata con un'esperienza che consentirà di entrare in contatto con la popolazione locale in modo unico, spontaneo e divertente: da noi è conosciuto come il "gioco delle bocce", in Laos si chiama "**pétanque**", alla francese e rappresenta una pratica molto popolare tra i laotiani. Nel tardo pomeriggio si potrà giocare qualche partita e consumare qualche birra insieme agli abitanti del posto, prima del trasferimento in ristorante locale per gustare a cena un tipico barbecue laotiano, in una zona al di fuori del classico circuito turistico.

Rientro in Hotel per il pernottamento.

## GIORNO 04

### **Luang Prabang - crociera per Pak Ou e Pakbeng**

Chi desidera alzarsi al mattino molto presto potrà assistere (senza guida) al "**Tak Bat**", la questua dei monaci, cioè una lunga processione silenziosa di monaci in abito arancione che attraversa le strade per ricevere manciate di riso caldo e profumato, che la popolazione locale offre in cestini di vimini, mentre il sole sorge.

La raccolta di elemosine mattutina è una tradizione buddista molto affascinante, ancora viva a Luang Prabang e tuttora tramandata di generazione in generazione.

Prima colazione in Hotel.

Partenza a bordo di imbarcazione privata per l'inizio di una navigazione lungo il fiume Mekong, in direzione di Pak Ou.

Sbarco e visita alle **grotte di Pak Ou**, delle spaccature nella roccia famose per custodire

migliaia di statuette votive di Buddha, di ogni forma, età e dimensione: le più antiche risalgono al XIV secolo.

Proseguimento poi della crociera fluviale, con pranzo al sacco a bordo della barca.

Sosta a **Ban Thone**, un villaggio Khamu dove, a seconda della stagione, si può vedere la gente del posto impegnata a cercare oro, a produrre cesti in legno o a lavorare il ferro.

Conclusione infine della navigazione con arrivo in serata a Pakbeng.

Cena in Hotel e pernottamento.

## GIORNO 05

### **Pakbeng - Muang La (provincia di Oudomxay)**

Prima colazione in Hotel.

Di buon mattino, trasferimento al **Parco degli Elefanti** attraversando il fiume Mekong per trascorrere un po' di tempo in compagnia di questi animali, docili e tenaci, dai ritmi lenti e cadenzati, che rappresenta tuttora il simbolo del Paese e del carattere dei suoi abitanti.

Il nome "Laos" deriva infatti da "Lan Xang", cioè "il regno dei milioni di elefanti": in passato infatti, il suo territorio era disseminato di queste creature imponenti che dominavano le fitte foreste tropicali.

Oltre a conoscere meglio le caratteristiche e la storia del pachiderma asiatico, si avrà la possibilità di accompagnare qualche esemplare insieme ai loro mahout durante una passeggiata nella foresta, di nutrirli e di fare loro il bagno. Non è consentito salirci sopra.

Al termine, partenza via strada per Muang La, lungo un percorso di circa 170 km nella provincia di Oudomxay che verrà interrotto da diverse **soste fotografiche** e ad **alcuni villaggi locali**.

Arrivo nel pomeriggio a Muang La e resto della giornata a disposizione per godersi la bellezza del luogo in totale relax.

Cena in Hotel e pernottamento.

## GIORNO 06

### **Muang La e dintorni**

Prima colazione in Hotel.

Giornata dedicata all'esplorazione della regione a bordo di un veicolo 4x4 (e parzialmente a piedi), per scoprire i villaggi di due tipiche minoranze etniche laotiane, gli Ikhon e i Hmong. Il percorso odierno comincia da Muang La e attraversa uno stupendo paesaggio naturale inerpicandosi fino a circa 1.000 di altezza, da dove si gode di una vista memorabile su tutta l'area circostante.

Sosta presso un bellissimo **villaggio Ikhon** completamente isolato dalla "civiltà". Questa etnia affonda le proprie radici in Yunnan e Tibet ed è uno degli ultimi gruppi etnici a non essere stato influenzato dalla modernità.

Pranzo pic-nic in corso di escursione.

Proseguimento verso il **villaggio Hmong di Ban Tauser** che si trova a 45 minuti circa di cammino dal precedente villaggio: il percorso è unico ed offre innumerevoli scorci panoramici.

Anche questa etnia è originaria del Tibet e all'arrivo sarà possibile scoprirne con discrezione usi, costumi e stile di vita.

Al termine, rientro via strada alla propria sistemazione, con arrivo nel pomeriggio.

Cena in Hotel e pernottamento.

## GIORNO 07

### **Muang La - Muang Khua - Nong Khiaw**

Prima colazione in Hotel.

Al mattino, partenza con veicolo privato via strada fino alla cittadina di **Muang Khua**.

Da qui partenza a bordo di una imbarcazione locale e navigazione lungo lo scenografico fiume Nam Ou, per raggiungere il pittoresco villaggio di pescatori chiamato **Nong Khiaw**.

Lungo la discesa fluviale verranno effettuate alcune soste in diversi villaggi rurali tra cui quello di Ban Sob Jaem appartenente all'etnia Khmu e accessibile solo in barca.

Arrivo a Nong Khiaw nel pomeriggio e, dopo la sistemazione in Hotel, possibilità di effettuare un giro in bicicletta per ammirare lo scenario offerto da questa piacevole cittadina.

Cena in Hotel e pernottamento.

## GIORNO 08

## **Nong Khiaw - Luang Prabang**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento via strada direttamente fino a Luang Prabang.

Arrivo in tarda mattinata a Luang Prabang e sistemazione in albergo.

Proseguimento poi fino alle iconiche cascate di **Kuang Si** dove è possibile rinfrescarsi con una piacevole nuotata in una delle piscine naturali (portarsi costume e salviettone, ci sono cabine per cambiarsi in loco) e/o effettuare una passeggiata lungo i sentieri della foresta.

Nei pressi della cascata è anche possibile visitare il **Bear Rescue Centre** cioè un'organizzazione che protegge un particolare esemplare di orso Asiatico.

Passeggiata poi nel vicino **Butterfly Park**, un affascinante giardino dedicato alle farfalle dove si potranno ammirare decine di specie di questi coloratissimi e delicati insetti.

Rientro infine a Luang Prabang, una delle più affascinanti località di tutto il Laos grazie alle sue dimensioni a misura d'uomo, alla posizione felice tra due fiumi, e in generale alla sua atmosfera rilassata e serena che si respira passeggiando tra pagode ed edifici storici di gran pregio.

Pasti liberi e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 09

### **Luang Prabang - volo per Pakse - Champasak**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento in aeroporto e partenza con **volo domestico** Lao Airlines per Pakse, nel Sud del Laos.

La parte meridionale del Paese presenta caratteristiche geografiche peculiari rispetto al Nord: il paesaggio è più pianeggiante e si trasforma in altipiani e colline solo avvicinandosi al confine orientale con il Vietnam; il fiume Mekong qui domina l'ambiente tropicale con il suo incedere lento e con la sue dimensioni molto ampie, che consentono ad un'infinità di isole e scogli di emergere dall'acqua formando un ecosistema davvero unico; il particolare microclima degli altipiani favorisce infine la coltivazione di piantine di tè e soprattutto caffè, rappresentando un'importante fonte di sostentamento della popolazione locale, che annovera anche alcune piccole comunità appartenenti al ricco mosaico etnico laotiano.

Arrivo e trasferimento via strada a Champasak, costeggiando per circa 40 km il fiume Mekong.

Sistemazione in Hotel in magnifica posizione sul fiume e pomeriggio a disposizione per relax nella piscina dell'albergo.

Nel tardo pomeriggio, partenza in barca dal molo per una suggestiva **escursione fluviale al tramonto** gustando un buon aperitivo.

Rientro in Hotel in tempo per la cena libera ed il pernottamento.

## GIORNO 10

### **Champasak - escursione alle Quattromila Isole**

Prima colazione in Hotel.

Giornata dedicata all'esplorazione dell'area naturale delle cosiddette Quattromila Isole, comodamente distesi a bordo di un'imbarcazione locale: quest'area disseminata di isolotti, scogli e rocce impediva il fluire delle merci che i coloni francesi trasportavano via fiume verso i porti dell'Indocina meridionale e pertanto cercarono di superare l'impedimento naturale con una piccola ferrovia che girava intorno alle cascate e rimetteva in comunicazione i due tratti del fiume.

Sosta all'isola di Khone, con le sue semplici, ma interessanti vestigia del passato coloniale: alcune case, la prima stazione ferroviaria laotiana e una locomotiva.

Proseguimento con la visita alla cascata di Liphi, conosciuta anche come Samphamith, che forma una linea di frontiera naturale tra Laos e Cambogia.

Da Khone Island si riprende la barca fino alla terraferma per poi proseguire via strada fino alle cascate di Khone Phapeng, le cosiddette "cascate del Niagara dell'Oriente" per le sue notevoli dimensioni.

Al termine delle visite, rientro via terra a Ban Muang e poi in traghetto a Champasak.

Pasti liberi e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 11

### **Champasak - escursione al Bolaven Plateau**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento via strada verso il **Bolaven Plateau**, un fresco altopiano affacciato sulla valle del Mekong, ricco di villaggi etnici, cascate e paesaggi naturali.

Sosta alle spettacolari cascate gemelle di **Tad Fan** che, con i suoi 120 metri di balzo, è considerata la più alta della zona.

Presso il villaggio di Ban Beng, incontro con una guida locale esperta di coltivazioni di caffè e partenza a bordo di una **jeep 4x4** per esplorare l'entroterra del Bolaven.

Arrivo alla cascata di **Tad Moan** dove, volendo, è possibile rilassarsi con un bel bagno nelle acque fresche.

Proseguimento per circa 1 ora e mezza nella natura fino ad una **piantagione di caffè** dove la guida spiegherà i passaggi che occorrono per far giungere la bevanda dai chicchi sulle piantine alle nostre tazzine.

Pranzo casalingo presso la fattoria.

Proseguimento sempre in fuoristrada per un'altra oretta circa attraverso la natura lungo sentieri poco battuti fino a Pakson, dove si riprende il veicolo per raggiungere Champasak. Cena libera e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 12

### **Champasak - Wat Phu - Ubon Ratchathani - partenza per l'Italia**

Prima colazione in Hotel.

A circa mezz'ora di strada dal proprio Hotel sorge il bellissimo **tempio pre-angkoriano di Wat Phu**, uno dei più interessanti complessi archeologici del Sud Est Asiatico.

Un'immaginaria linea retta unisce la scalinata di Wat Phu con la cittadella archeologica di Angkor Wat, in Cambogia: sorto infatti come antico avamposto Khmer, il complesso nel corso dei secoli è diventato un importante luogo di culto buddista; le strutture risalgono all'XI secolo, anche se il luogo era considerato sacro già a partire dal V secolo.

L'escursione può essere effettuata anche nella suggestiva atmosfera dell'alba, con rientro in Hotel per la prima colazione.

Al termine della visita, partenza in direzione di Pakse e poi del confine con la Thailandia (circa 170 km). Trasferimento quindi in aeroporto a Ubon Ratchathani, in tempo utile per il decollo del volo di rientro a Milano Malpensa o Roma Fiumicino (via Bangkok).

Pasti e pernottamento a bordo.

## GIORNO 13

### Arrivo in Italia

Arrivo in giornata all'aeroporto di Milano Malpensa o Roma Fiumicino (altri aeroporti su richiesta).

## Quote di partecipazione

### Quote individuali di partecipazione in camera doppia

#### Quote

2 partecipanti	€ 4.900,00
Da 3 a 4 partecipanti	€ 3.950,00
Da 5 a 9 partecipanti	€ 3.800,00

#### Supplementi

Suppl. camera singola	€ 1.390,00
Accompagnatore locale di nazionalità italiana (da dividere per il nr dei partecipanti)	€ 2.000,00
Early check-in in albergo a Luang Prabang (a camera)	€ 280,00
Late check-out in albergo a Champasak a camera (fino alle ore 18)	€ 180,00
Voli dall'Italia a Luang Prabang e ritorno da Ubon R. (tariffa soggetta a disponibilità) a partire da	€ 1.200,00
Quota gestione pratica	€ 90,00

## NOTE

### Quote di partecipazione

Il presente programma è basato su orari, tasse aeroportuali, tariffe dei trasporti e costi dei servizi a terra in vigore nel mese di **Settembre 2022**.

Le quote di partecipazione indicate sono espresse in Euro, sono intese per persona e sono state calcolate in base al cambio valutario: **1 Euro = 1 USD**.

Le tariffe aeree indicate a parte sono state calcolate in base ad una specifica classe di prenotazione (economy) e compagnia aerea di linea, in partenza da Milano Malpensa o Roma Fiumicino. Le quotazioni alberghiere sono riferite agli hotel indicati, o similari.

Qualora i servizi indicati non fossero disponibili ed essendo le tariffe aeree e alberghiere in continua evoluzione, al momento della prenotazione Earth si riserva il diritto di modificare le quote qui riportate sulla base dei costi dei nuovi servizi confermabili e delle eventuali modifiche di tariffe subentrate.

Una variazione delle tariffe dei trasporti, dei costi dei servizi o del tasso di cambio indicati che dovesse verificarsi entro 20 giorni dalla data di partenza, determinerà una revisione delle quote.

Sono escluse dalla "quota base di partecipazione" le tasse aeroportuali e l'eventuale sovrapprezzo carburante (fuel surcharge). Essendo tali costi estremamente variabili, sono indicati all'atto della prenotazione e verranno riconfermati all'emissione del biglietto aereo.

**NOTA IMPORTANTE:** le quote pubblicate sono indicative e possono subire variazioni a causa dei continui aggiornamenti delle tariffe aeree e dei servizi a terra determinati da diversi fattori (art.39 D.Lgs 62/2018, Codice del turismo). Vi preghiamo pertanto di fare riferimento al nostro sito [www.earthviaggi.it](http://www.earthviaggi.it) o direttamente ai nostri uffici per eventuali aggiornamenti e promozioni.

### Minimo partecipanti

Per l'effettuazione di questo viaggio è previsto un numero minimo di 2 partecipanti.

## **Escursioni**

Nel caso in cui il viaggiatore usufruisse di escursioni programmate e svolte da altre agenzie/organizzazioni locali o direttamente dalle strutture alberghiere, Earth by Enterprise S.r.l. non potrà fornire alcuna garanzia.

## **Recesso del consumatore (Penalità)**

In deroga alle Condizioni Generali di Contratto pubblicate sul sito internet di Earth Cultura e Natura ([www.earthviaggi.it](http://www.earthviaggi.it)), al consumatore che receda dal contratto prima della partenza in caso di annullamento saranno addebitate le penalità nella seguente misura:

- penalità del 40% fino a 60 giorni prima della partenza del viaggio
- penalità del 60% da 59 a 30 giorni prima della partenza del viaggio
- penalità dell'85% da 29 a 15 giorni prima della partenza del viaggio

Nessun rimborso spetterà a chi rinuncerà dopo tale termine.

Alla stampa dei biglietti aerei il relativo importo è da considerare non rimborsabile.

Le quote di gestione pratica, delle polizze assicurative e degli eventuali visti (se previsti e già ottenuti) non sono rimborsabili.

Si precisa che:

- il riferimento è sempre ai giorni "di calendario";
- per determinate destinazioni, per particolari servizi, per i gruppi precostituiti e per determinate combinazioni di viaggio, le penali sopra riportate potranno subire variazioni anche rilevanti;
- per determinati servizi turistici e non turistici le penali possono essere del 100% già al momento della proposta irrevocabile o della prenotazione/conferma da parte del tour operator; tali variazioni saranno indicate nei documenti relativi ai programmi fuori catalogo o ai viaggi su misura o a viaggi e servizi in genere non rientranti pienamente o parzialmente nel presente catalogo;
- in ogni caso, nessun rimborso spetta al consumatore che decida di interrompere il viaggio o il soggiorno per volontà unilaterale.

Ai sensi dell'art ex art. 47 1° comma lett. g. del Codice del Consumo si comunica che nei contratti conclusi a distanza è escluso il diritto di recesso. Ai sensi dell'art. 41 comma 7 del Codice del Turismo si comunica che nei contratti negoziati fuori dai locali commerciali nei

casi di offerte con tariffe sensibilmente diminuite rispetto alle offerte concorrenti è escluso il diritto di recesso. Si rendono perciò applicabili al viaggiatore/consumatore che recedono dal contratto sottoscritto a distanza o fuori dai locali commerciali con tariffe sensibilmente diminuite rispetto alle offerte concorrenti le penali d'annullamento previste nella scheda tecnica.

Ai sensi dell'articolo 59 del Codice del Consumo, Decreto Legislativo 6 settembre 2005, n. 206 modificato in seguito al D.lgs 21 febbraio 2014 n.21, il diritto di recesso è escluso relativamente ai contratti per la fornitura di alloggi, trasporti, servizi di noleggio di autovetture, catering o servizi relativi alle attività di tempo libero, se il contratto prevede una data o un periodo specifico per la prestazione. Si rendono perciò applicabili al consumatore che recede dal contratto sottoscritto a distanza o negoziato fuori dei locali commerciali le penali d'annullamento previste e indicate in ogni singolo servizio.

## **INCLUSO NELLA QUOTA**

- Volo di linea Lao Airlines da Luang Prabang a Pakse, in classe economica
- Tutti i trasferimenti in Laos con veicolo privato climatizzato (auto, minivan o minibus, a seconda del numero dei partecipanti) e autista di lingua locale
- Tutte le navigazioni indicate in programma con imbarcazioni turistiche locali ad uso privato
- 10 pernottamenti in camera doppia presso gli alberghi ed i resort di categoria "boutique" sotto indicati (o similari, in base alla disponibilità)
- Trattamento indicato in programma, con pasti in Hotel o selezionati ristoranti locali (menù fisso), inclusi due pranzi al sacco in corso di escursione ed una cena barbecue
- Guide locali parlanti inglese (guida/accompagnatore di nazionalità italiana per tutto il tour in Laos possibile con supplemento)
- Escursioni con veicolo 4x4 nella provincia di Oudomxay e sul Bolaven Plateau
- Trasferimenti e visite guidate compresi gli ingressi ai monumenti e alle aree archeologiche indicate in programma
- Guida dell'Indocina, edizioni Polaris (una per camera)
- Zainetto da viaggio, Eastpak

## **ESCLUSO DALLA QUOTA**

- Voli internazionali per Luang Prabang e da Ubon Ratchathani e relative tasse aeroportuali (indicativamente: da Euro 1000 con vettori di linea – quote su richiesta)
  - Quota gestione pratica (Euro 70,00)
  - Visto turistico laotiano (obbligatorio, vedere istruzioni sotto indicate)
  - Early check-in (prima delle ore 14) e late check-out (dopo le ore 12) negli Hotel, eccetto dove specificato
  - Escursioni e visite facoltative, non previste in programma
  - Pasti non previsti in programma, menù à la carte, bevande, mance, facchinaggi, extra di carattere personale e tutto quanto non espressamente indicato.
- 

## **E' importante sapere che**

### **Informazioni importanti**

#### **Viaggi personalizzati**

Il nostro staff mette a disposizione dei viaggiatori un'esperienza ventennale nell'organizzazione di viaggi in Asia, con una programmazione attenta al rispetto delle culture e delle popolazioni locali, studiata con la massima flessibilità e personalizzazione per chi desidera immergersi nella natura, nella storia e nella spiritualità d'Oriente.

#### **Collegamenti aerei**

I collegamenti con il Sud Est Asiatico sono operati prevalentemente con voli Lufthansa, Thai Airways, Qatar Airways e Singapore Airlines, da tutti gli aeroporti italiani collegati. E' possibile raggiungere questi aeroporti con voli nazionali Alitalia. La Mongolia si raggiunge principalmente con voli Lufthansa via Francoforte, ma è possibile prevedere anche partenze con i voli di linea di altre compagnie aeree IATA.

#### **Gli hotel**

In Oriente la categoria ufficiale degli Hotel non rispetta gli standard internazionali di attribuzione delle “stelle”, ma si suddivide più genericamente in alberghi Deluxe, Superior, Prima Categoria ed Economici. In base alla nostra esperienza e al budget dei viaggiatori, siamo in grado di selezionare le strutture più adatte alle esigenze dei clienti indipendentemente dalla categoria ufficiale. Dove possibile privilegiamo piccole strutture alberghiere di charme, in stile tradizionale e con un servizio accurato. Dove l’offerta ricettiva è scarsa, proponiamo le migliori soluzioni disponibili.

### **Mezzi di trasporto**

Le strade che collegano le principali città dell’Indocina sono generalmente asfaltate. I mezzi di trasporto sono privati e di standard locale, con aria condizionata ed autisti esperti. Gli autisti parlano generalmente l’idioma locale, raramente il francese o l’inglese. Sono molto disponibili, ma rispettano rigorosamente le pause per mangiare e i riposi notturni. Il traffico caotico delle metropoli rallenta notevolmente i tempi di trasferimento, mentre in campagna la velocità è leggermente più sostenuta.

### **Guide**

Le guide locali in Myanmar effettuano anche il servizio di accompagnatori e parlano un buon italiano. In Cambogia, soprattutto a Siem Reap, operano alcune guide locali che parlano un italiano sufficiente. In Laos le guide locali parlano solo inglese e francese. In Vietnam solo pochissime guide parlano italiano. In Mongolia parlano un inglese piuttosto elementare.

### **Visti**

Il visto birmano e mongolo si ottiene in anticipo, presso le rappresentanze consolari dei rispettivi Paesi in Italia. Gli altri visti si ottengono direttamente alla frontiera aeroportuale, terrestre o fluviale di ingresso, con pagamento in loco dei relativi diritti. Il viaggio in Mongolia può richiedere l’ottenimento del visto cinese (ottenibile in Italia) se i voli sono operati via Pechino.

### **Informazioni utili**

## **Documenti per l'espatrio**

Per entrare in Laos è necessario il passaporto, valido almeno 6 mesi dalla data di entrata nel Paese, munito di visto di ingresso. Il visto si ottiene all'arrivo negli aeroporti di Vientiane e Luang Prabang o in altri punti di confine (al costo di circa 35 Usd per persona: munirsi di 2 foto-tessere 2,5 cm x 3 cm; spesso viene chiesto 1 usd extra di servizio). L'application form viene fornito sul volo ed è disponibile anche in aeroporto o al punto di confine. Tenere la "departure card" fino all'uscita dal Paese.

## **Disposizioni sanitarie**

I cittadini europei non devono sottoporsi a vaccinazioni obbligatorie per recarsi in Laos. Sugeriamo di consultare l'Ufficio di Igiene per avere informazioni aggiornate sulla destinazione, soprattutto se si effettuano trekking nel Nord remoto del Paese. Da parte nostra consigliamo l'osservanza delle elementari regole di igiene. Siate particolarmente cauti con l'acqua (e anche con il ghiaccio); controllate che venga prima bollita o che provenga da contenitori chiusi ermeticamente. Si può incorrere in colpi di sole o di caldo dovuti alla disidratazione; bevete molti fluidi, evitate di esporvi troppo al sole e di fare sforzi nei momenti più caldi.

## **Valuta**

La moneta ufficiale è il Kip. Per comprare Kip rivolgetevi alle banche o agli uffici di cambio esibendo il vostro visto d'ingresso (è sconsigliato il cambio in Hotel, non molto favorevole). I Traveller's Cheques in dollari americani o in altre valute europee possono essere facilmente cambiati in tutte le banche e negli uffici di cambio autorizzati. I bancomat (ATM) sono presenti nei principali centri urbani. Le carte di credito sono accettate solo in qualche Hotel, ristorante o negozio a Vientiane e Luang Prabang, dove è uso aggiungere il 5% per il servizio. Cambi indicativi: 1 Euro = 11009 Kip 100000 Kip = 9,08 Euro 1 Dollaro USA = 8002,5 Kip 100000 Kip = 12,50 Dollari USA

## **Bagaglio**

Per motivi di franchigia aerea, il peso del bagaglio (escluso il bagaglio a mano) non deve superare i 20 Kg a persona. Ideali le robuste sacche in cordura, possibilmente da chiudere con un lucchetto. E' consigliabile avvolgere gli indumenti contenuti nella sacca in sacchetti di plastica per salvaguardarli dalla polvere e dall'acqua. E' importante che sul bagaglio venga messa un'etichetta con nome, cognome e indirizzo del proprietario in modo che sia di facile identificazione. Bagaglio, passaporti e denaro vanno custoditi con la massima attenzione, soprattutto negli aeroporti, negli alberghi e durante visite ed escursioni in luoghi particolarmente affollati.

### **Dogana**

E' vietato importare droga, riviste pornografiche e armi. E' severamente vietato esportare immagini del Buddha vecchie o antiche. Per esportare oggetti di antiquariato o oggetti d'arte (copie o originali) è necessario richiedere il permesso al Ministero delle Belle Arti.

### **Tasse aeroportuali**

Attualmente tutte le tasse aeroportuali sono inserite nel biglietto aereo e non vengono più richieste all'imbarco dei voli nazionali o internazionali. La normativa è soggetta a modifiche senza preavviso.

### **Telefono**

Per raggiungere telefonicamente il Laos occorre comporre lo 00856 seguito dall'indicativo interurbano e dal numero dell'abbonato richiesto. Per telefonare in Italia dal Laos si possono usare i telefoni cellulari dotati di servizio di roaming internazionale (la copertura della rete è buona, seppure non totale), oppure i telefoni degli alberghi oppure rivolgersi ai frequenti ed economici internet point, presenti soprattutto nelle città più turistiche. E' possibile infine acquistare "sim" locali dal valore di 20.000 Kip (schede prepagate). Per chiamate interurbane nel paese comporre 0 prima del numero, per la chiamate internazionali 00 prima del prefisso del paese (Italia: 0039).

### **Ora locale**

In estate, quando in Italia vige l'ora legale, in Laos sono 5 ore in avanti, mentre durante l'inverno, con l'ora solare, le ore di differenza diventano 6.

### **Mance**

Generalmente i conti dei ristoranti sono comprensivi del servizio e quindi sarà facoltativo lasciare una mancia. E' usanza darla al personale degli hotel che prestano un buon servizio. Indicativamente: 4 usd per persona/al giorno per le guide, 2 usd per persona/al giorno per gli autisti, 1 usd per camerieri e facchini. Per i gruppi si consiglia di raccogliere un cassa mance di 40/50 euro per persona da affidare all'accompagnatore, che provvederà a distribuirle al personale locale.

### **Lingua**

Il Lao è la lingua ufficiale del Paese. Come molte altre lingue asiatiche anche il Lao è una lingua "tonale" e quindi risulta molto difficile al viaggiatore occasionale distinguere le quasi impercettibili differenze di tonalità che hanno un ruolo molto importante nel senso delle frasi. I caratteri scritti di questa lingua sono molto simili ma non uguali a quelli thailandesi. La seconda lingua ufficiale è il francese che viene in gran parte usato per l'insegnamento superiore. Fra tutti gli operatori collegati al settore turistico, sono molto diffuse le lingue francese ed inglese.

### **Popolazione**

Il Laos prende nome dal suo principale gruppo etnico, i Lao. Anteriormente il Paese aveva conosciuto le invasioni di diverse culture come i Mon e i Khmer ed in seguito di altri popoli originari della Cina meridionale, sui quali si affermò il gruppo etnico dei Lao, strettamente legato alla popolazione Thai. Il 50% della popolazione laotiana è formato dai Lao Lum che vivono lungo tutto il bacino del Mekong. Altre minoranze (circa 68 diversi gruppi etnici) vivono sparse sul territorio occupando principalmente aree di montagna. Fra queste vi sono i Lao Thai nella regione centro-orientale, i Theung o Kha nella regione settentrionale, e i Sung anch'essi presenti nella regione centro-orientale. Molto importante è anche la presenza di una minoranza cinese che si concentra prevalentemente a Vientiane, Paksane e Savannakhet. In minor numero sono presenti in Laos comunità vietnamite, thailandesi, cambogiane e indiane. La popolazione oggi in Laos ha una densità di soli 20 abitanti per

Kmq, una delle più basse dell'Asia.

## **Religione**

Il Laos si professa nella quasi totalità il buddismo (circa 2/3 della popolazione) theravada o hinayana, una dottrina religiosa che vide la sua prima diffusione dell'India meridionale. E' tradizione tra tutti i buddisti maschi, almeno una volta nella vita, trascorrere un periodo più o meno lungo in monastero. Molti di loro completano nei monasteri i loro studi, vestendo il tradizionale abito arancione. Molto diffusa è la cultura animista e la credenza legata al culto degli spiriti.

## **Clima**

Il Laos rientra totalmente nella fascia tropicale monsonica ed è caratterizzato da tre principali stagioni climatiche. Un periodo fresco e secco va da novembre a metà febbraio, che coincide con l'inverno, durante il quale si registrano le temperature più basse dell'anno, con medie tra i 14° e i 20° C. Da metà febbraio fino alla fine di aprile subentra la stagione calda e secca, con temperature massime che si aggirano attorno ai 35°C. Il periodo tra maggio ed ottobre è invece caratterizzato dalla stagione delle piogge, che si concentrano maggiormente nei mesi di maggio, giugno, luglio e che sono particolarmente intense nella regione centro-meridionale (temporali brevi e intensi). Durante questo periodo si registrano temperature massime di circa 29°C. Le informazioni sul clima e le temperature sono indicative.

## **Abbigliamento**

Indumenti di cotone, leggeri e comodi, come T-shirt, camicie e pantaloni di seta, sono l'abbigliamento ideale per visitare il paese durante tutto l'arco dell'anno. Da non scordare sono sicuramente un cappellino per il sole, un K-way per qualche improvviso acquazzone ed un maglioncino che si renderà necessario per l'immane aria condizionata degli hotel e dei ristoranti. Indispensabili un paio di scarpe comode per camminare in città e scarponcini da trekking per le escursioni fuori città. Nei templi di Vientiane e Luang Prabang bisogna camminare a piedi nudi. Le donne non dovrebbero indossare abiti che tengano scoperte spalle, braccia e petto; pantaloni e bermuda sono accettati, un po' meno pantaloncini corti e top.

## **Materiale fotografico**

Si consiglia un atteggiamento rispettoso se si vuole riprendere la popolazione locale e in molti casi è più opportuno chiedere il permesso agli interessati, che generalmente si dimostrano molto disponibili. Evitate sempre di fotografare la gente che prega o i monaci e state molto attenti a non fotografare mai nulla che abbia a che fare con impianti militari. In Laos si possono trovare alcuni tipi di pellicole, sia per fotografia che per video, ma è più opportuno acquistare il materiale (comprese le schede di memoria) in Italia oppure a Bangkok se si proviene da questo scalo.

## **Mezzi di trasporto**

I mezzi di trasporto locali non sempre sono in grado di offrire un comfort adeguato alle aspettative occidentali anche per la difficoltà di comunicazione via terra, soprattutto durante il periodo monsonico. Buoni i collegamenti aerei effettuati con mezzi moderni (ATR 47) per il resto la via di comunicazione tra il Nord e il Sud rimane da sempre il fiume Mekong. Battelli di ogni dimensione percorrono il fiume in tratte più o meno lunghe.

## **Corrente elettrica**

La corrente elettrica è a 200 Volt, 50 Hz, in tutto il paese. Per utilizzare gli apparecchi con spine europee si devono usare degli adattatori (in vendita anche nei negozi di elettrodomestici di Vientiane).

## **Alimenti e bevande**

Gli alimenti e le bevande sono all'origine dei principali disturbi di chi viaggia nei paesi caldi. I migliori alberghi e ristoranti assicurano condizioni igieniche che mettono al riparo da questi rischi. Chi invece utilizza qualche struttura di livello inferiore dovrà osservare alcune precauzioni. Sarà prudente consumare solamente cibi cotti al momento, in modo particolare le verdure ed i legumi, che altrimenti dovranno essere lavati con cura (usare acqua in bottiglia) e conditi con aceto. Per quanto riguarda le bevande, sarà bene evitare l'acqua del rubinetto ed il ghiaccio nelle bibite. Bere solo acqua in bottiglia o bollita, bibite in bottiglia e bevande calde tipo il caffè ed il tè.

## **Gastronomia**

Il riso è la base dell'alimentazione in tutta l'Indocina e il Laos non fa eccezione. Questo riso cotto al vapore viene servito in piccoli panieri di vimini e usato scondito al posto del pane. Nei principali centri del Paese è comunque molto diffuso l'uso del pane, tradizione lasciata dalla lunga colonizzazione francese. La cucina tradizionale del Laos trova riferimento in quella cantonese che generalmente fa largo uso di vegetali, legumi, pesce di fiume, pollo, anatra e maiale. Tutti questi piatti sono generalmente accompagnati da alcune spezie che ne risaltano i forti sapori. Molto usate sono la salsa fermentata di pesce ed il peperoncino. Numerosi in tutto il Paese sono i ristoranti cinesi e vietnamiti, e nella capitale si può trovare anche qualche ristorante di cucina occidentale. La bevanda più popolare è la "BeerLao" (prodotta localmente), una birra leggera e rinfrescante in bottiglie di vetro o in lattina. Gli uomini amano bere il "lao-lao", una sorta di whiskey di riso.

## **Ambasciate**

Ambasciata del Laos in Francia: Av. Raymond Poincarè 74, 75016 Parigi, tel 45530298.

Ambasciata del Laos in Thailandia: South Sathorn Raod193, Bangkok, tel 02/2860010

Ambasciata d'Italia in Thailandia: Nang Linchee Road 399 Bangkok, tel 02/2864844 Questa sede diplomatica cura gli interessi degli italiani che si recano in Laos.

## **Assistenza medica**

Il servizio sanitario del Laos è ad un livello molto inferiore rispetto a quello thailandese od occidentale ed è appena sufficiente a coprire le prime necessità. I turisti bisognosi di cure potranno però far uso di alcune cliniche private, con sede a Vientiane e a gestione occidentale, che assicurano un'ottima assistenza medica. Clinica Diplomatica Mahosot, Fa Ngum Road; Clinica Australiana e Clinica Svedese, Phonxai Noi Road.

## **Letture consigliate**

Gente alla deriva di Susanna Agnelli e Giuliano Zincone (Rizzoli, Milano 1980) È una raccolta di articoli giornalistici sulla situazione delle minoranze etniche e dei profughi in Indocina dopo la guerra del Vietnam. Alcune pagine sono specificamente dedicate al Laos. Guerre

politiche di Goffredo Parise (Einaudi, Torino 1976) È un reportage su 'viaggi in zone di guerra o di rivoluzione' compiuti nei mesi di maggio e giugno del 1970. In particolare, l'autore racconta il suo incontro con i partigiani del Pathet Lao. Il Laos contemporaneo di Bernard Hours e Monique Selim (L'Harmattan Italia, Torino 1998) È un interessante saggio di antropologia politica. L'Indocina rimeditata di Emilio Sarzi Amadè (Angeli, Milano 1983) Ripercorre gli avvenimenti succedutisi in Indocina dopo la guerra contro gli Stati Uniti. Il libro, che analizza anche la situazione laotiana, si basa sulle esperienze dell'autore in Vietnam e negli altri paesi della regione. La guerra di popolo dell'Indocina, Laos e Cambogia di Wilfred Burchett (Jaca Book, Milano 1970) Analizza i problemi politici e sociali del Laos degli anni '70. Dal momento che non è più in commercio, potete cercarlo in biblioteca. Strade di bambù. Viaggio in Cina, Laos e Birmania del giornalista milanese Marco Del Corona (EDT, Torino 1999; collana 'Orme') Ripercorre l'itinerario del viaggio compiuto dall'autore nell'ottobre del '97, qui raccontato in una sorta di diario-reportage anomalo e divertente. Scritto con stile sintetico e incisivo, il libro procede per lo più non attraverso descrizioni generiche, ma tramite veloci flash, piccoli resoconti fulminei che focalizzano, di capitolo in capitolo, l'attenzione su un elemento, un incontro, una curiosità specifica. Un indovino mi disse di Tiziano Terzani (Tea, 2004) Nella primavera del 1976, a Hong Kong, un vecchio indovino cinese avverte l'autore di questo libro: «Attento! Nel 1993 corri un gran rischio di morire. In quell'anno non volare. Non volare mai». Dopo tanti anni Terzani non dimentica la profezia (che a suo modo si avvera...), ma anzi la trasforma in un'occasione per guardare al mondo con occhi nuovi: decide infatti di non prendere aerei per un anno, e nel 1993 spostandosi in treno, in nave, in auto e talvolta anche a piedi, Terzani si trova così a osservare paesi e persone della sua amata Asia da una prospettiva nuova, e spesso ignorata.