



SRI LANKA  
**Sri Lanka e mare - Summer tour**

Archeologia, natura e mare

**Quote a partire da**

€ 1.770,00

**Date di partenza**

tutto l'anno

**Giorni di viaggio**

12

## Caratteristiche di viaggio

Visitare l'isola verde di Ceylon significa **immergersi in una natura tropicale rigogliosa** e scoprire l'antica **cultura buddista**: Polonnaruwa e Anuradhapura, ricche di **monumenti, stupa e palazzi**; Sigiriya e Dambulla con le famose grotte dalle pitture murali; la città coloniale e spirituale di Kandy; i giardini di spezie e le piantagioni di tè di Nuwara Eliya. L'Isola offre anche un'accattivante realtà marina di **spiagge incontaminate** dove concedersi un piacevole relax in hotel e resort di grande classe.

Un affascinante viaggio che unisce la scoperta dei **siti archeologici buddisti** dell'Isola di Ceylon all'esperienza della natura tropicale e delle piantagioni di tè. Da Colombo alla scoperta dei siti archeologici di Anuradhapura, Polonnaruwa e Sigiriya, fino a Kandy e alla coloniale Nuwara Elya.

E' previsto un soggiorno mare sulle spiagge della costa orientale, a Passikudah.

## Servizi

I trasferimenti sono previsti con mezzo privato, ad uso esclusivo dei nostri clienti, secondo il numero di partecipanti. Gli Hotel sono di buona categoria con trattamento di prima colazione.

**E' garantita la presenza di guide locali parlanti italiano da un minimo di 2 partecipanti.**

**E' prevista l'assistenza di personale parlante italiano H24.**

Per godere appieno del viaggio è consigliabile effettuarlo durante la stagione secca, da Maggio a Settembre.

## Programma di viaggio

## GIORNO 01

### **Partenza dall'Italia**

Partenza dall'Italia con volo di linea per Colombo.

Pasti e pernottamento a bordo.

## GIORNO 02

### **Arrivo a Colombo**

Arrivo all'aeroporto di Colombo/Negombo, disbrigo delle formalità doganali e incontro con la nostra organizzazione locale (nella hall degli arrivi con cartello identificativo EARTH).

In base all'orario di arrivo del volo internazionale, breve visita di **Colombo**, città già conosciuta dai mercanti romani, cinesi e arabi oltre 2000 anni fa. Nel XVI secolo, con i portoghesi la città visse un periodo di grande splendore e ricchezza, in quanto dal suo porto partivano i grandi bastioni carichi di spezie diretti in Europa. Gli olandesi, nel XVII secolo, ne fecero la loro capitale delle Province della Compagnia Olandese delle Indie Orientali; infine gli inglesi ne modificarono sostanzialmente l'architettura fino a farla diventare il famoso "giardino d'Oriente".

Trasferimento in Hotel e sistemazione nelle camere riservate.

Pernottamento.

## GIORNO 03

### **Colombo - Dambulla**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento via strada a Dambulla (185 km: 4 1/2 ore circa).

Lungo il percorso sosta al sito archeologico di **Dambulla** e visita del complesso rupestre. Il sito, abitato da eremiti fin da tempi immemorabili, venne ampliato dal re Valagamba di Anuradhapura che nel II sec. a.C. vi trascorse 14 anni di esilio. Raccordate da un'unica facciata, nel fianco della montagna si aprono cinque grotte affollate d'innomerevoli statue del Buddha in diverse posizioni. Le pareti e i soffitti presentano una ricchissima e raffinata decorazione dovuta soprattutto al XVIII e XIX sec, che riproduce le tappezzerie dell'epoca.

Arrivo e sistemazione in Hotel.

Pernottamento.

## GIORNO 04

### **Dambulla (Escursione ad Anuradhapura e Mihintale)**

Prima colazione in Hotel.

Escursione ad **Anuradhapura** (80 km: 2 ora circa) cuore dell'arte e della cultura singalese per più di un millennio. Visita dell'antica capitale buddista, primo centro di diffusione della dottrina del Buddha a partire dal III secolo a.C. La città, fondata tra il V e il IV sec. a.C., fu capitale di un grande regno fino al X sec, quando venne invasa dai Tamil provenienti dall'India meridionale. Successivamente abbandonata, fu sommersa dalla foresta. La zona archeologica racchiude splendide rovine raggruppate in complessi monastici segnati dai dagoba, immense strutture-reliquiario, le cui cupole di mattoni svettano sugli altri edifici. Visita del tempio della **Maha Bodhi** e del sacro **Bo Tree**, albero cresciuto da un ramo del ficus di Bodhgaya (India) dove il Buddha raggiunse l'illuminazione. Proseguimento con la visita del **Brazen Palace** con lo spettacolare tetto di ottone e le 160 colonne e dello **stupa di Thuparama**, considerato il più antico di tutta l'isola nei pressi del quale sorge la statua del Samadhi Buddha. Nel pomeriggio visita del sito archeologico di **Mihintale** culla del buddhismo singalese, situato nella foresta nei pressi della città, dove svetta uno *stupa* buddista che risale al I secolo. Secondo la tradizione, nel III sec. a.C. su una di queste colline apparve Mahindra, figlio dell'imperatore indiano Ashoka, che diffuse il messaggio del Buddha sull'isola. Mihintale divenne in breve tempo un grande centro religioso affollato di monasteri e *dagoba*. Rientro in Hotel.

Pernottamento.

## GIORNO 05

### **Dambulla - Sigirya - Polonnaruwa - Passikudah**

Prima colazione in Hotel.

Mattinata dedicata a un'escursione alla rocca di Sigiriya (circa 30 minuti), spettacolare fortezza scavata nel granito rosso denominata "la rocca del leone", che si innalza per 200

metri con pareti a strapiombo sulla vegetazione sottostante e che deve il nome alla porta d'accesso della cittadella stretta fra le zampe dell'animale. Scavata nel granito rosso nel V sec. d.C. dal re Kasyapa, è preceduta da una serie di giardini, padiglioni e grotte che conducono ai piedi del grande sperone roccioso.

A metà della salita la "piattaforma del leone" vanta bellissimi affreschi di dee e fanciulle decorate con gioielli: una serie di splendide immagini femminili dipinte sulle pareti rivela la raffinata maestria dei pittori dell'epoca. Inerpicandosi su una lunga ed erta scalinata di ferro, si raggiunge la sommità segnata da rovine e bacini, dalla quale si gode una magnifica vista sul paesaggio circostante.

Proseguimento per la visita di Polonnaruwa (65 km - circa 1 ora), capitale storica di Sri Lanka dall'XI al XIV secolo, che conserva grandiosi capolavori di architettura civile e religiosa singalese.

Quando, all'inizio dell'XI, Anuradhapura subì l'invasione indiana, il centro del potere fu spostato a Polonnaruwa, vastissimo complesso fortificato che racchiude un imponente palazzo reale, numerosi padiglioni, enormi monasteri, templi buddhisti e hindu, inframmezzati da parchi e giardini costellati di bacini. L'approvvigionamento d'acqua era fornito da un complesso sistema d'irrigazione alimentato da un gigantesco bacino che copre una superficie di più di 15 km quadrati, il Parakrama Samudra, il "Mare di Parakrama", dal nome del sovrano che l'aveva fatto edificare. Il sito archeologico si sviluppa attorno al Palazzo Reale del re Parakramabahuma: il vero gioiello è rappresentato dal Quadrangolo che comprende i palazzi, la sala delle reliquie del Buddha e alcuni templi indu.

Al termine delle visite, proseguimento per la costa orientale, Passikudah (80 km: 1 ora e mezza circa).

Sistemazione in Hotel. Pernottamento.

## GIORNO 06

### **Passikudah**

Prima colazione in Hotel.

Tempo a disposizione per relax e soggiorno mare sulle bianche spiagge di Ceylon.

Pernottamento.

## GIORNO 07

### **Passikudah**

Prima colazione in Hotel.

Tempo a disposizione per relax e soggiorno mare sulle bianche spiagge di Ceylon.

Pernottamento.

## GIORNO 08

### **Passikudah - Kandy**

Prima colazione in Hotel.

Partenza in direzione sud per Kandy (210 km: 4 ore circa).

Lungo il percorso sosta a Matale e visita di un giardino di spezie nel cuore della foresta tropicale. Arrivo a Kandy e sistemazione in Hotel.

Pernottamento.

## GIORNO 09

### **Kandy**

Prima colazione in Hotel.

In mattinata, visita del giardino botanico di Peradeniya che conserva una ricchissima collezione di orchidee e piante tropicali. Rientro a Kandy.

Kandy, situata in posizione collinare a 500 metri sul livello del mare, ex residenza estiva degli inglesi, permette di vivere le atmosfere rilassanti della natura tropicale e il fascino dell'antica storia singalese. Visita al vasto complesso del tempio di Dalada Maligawa, risalente al XVII secolo, luogo sacro venerato dai buddisti di tutto il mondo, in quanto, secondo la tradizione, ospita in un prezioso tabernacolo un dente del Buddha.

Rientro in Hotel. Pernottamento.

## GIORNO 10

### **Kandy (Escursione a Nuwara Eliya)**

Prima colazione in Hotel.

Partenza con treno locale per per la regione collinare di Nuwara Eliya (70 km: 3 ore circa), attraversando villaggi, giardini di spezie e piantagioni di tè, in uno scenario suggestivo e autentico.

Arrivo a Nuwara Eliya, importante località montana situata a 1900 metri di altitudine e immersa tra piantagioni di tè, orti e giardini di spezie. Il percorso si snoda su strada di montagna dove è possibile visitare villaggi, sostare presso le raccogliatrici del tè, immergersi nelle piantagioni e visitare una fabbrica per osservare le varie fasi di lavorazione della preziosa foglia del tè.

Rientro in Hotel a Kandy via strada.

Pernottamento.

## GIORNO 11

### **Kandy - Negombo**

Prima colazione in Hotel.

Partenza verso Negombo (km 100 - circa 3 ore), villaggio di pescatori a nord di Colombo, costruito su un canale olandese. Lungo il percorso, sosta per la visita dell'orfanotrofio degli elefanti di Pinnawela, dove vengono curati e ospitati gli elefanti abbandonati.

Arrivo a Negombo e sistemazione in Hotel.

Pernottamento.

## GIORNO 12

### **Negombo - Rientro in Italia**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento all'aeroporto di Colombo/Negombo in tempo utile (almeno 3 ore prima) per la partenza con volo di linea di rientro in Italia.

---

## **Quote di partecipazione**

## Quote individuali di partecipazione in camera doppia

### Quote

Da 2 a 3 partecipanti	€ 2.340,00	€ 1.980,00
Da 4 a 9 partecipanti	€ 2.150,00	€ 1.790,00
Da 10 a 13 partecipanti	€ 2.130,00	€ 1.770,00

### Supplementi

Suppl. camera singola	€ 500,00	€ 840,00
Tasse aeroportuali e fuel surcharge (da riconfermare all'emissione)	€ 390,00	€ 390,00
Assicurazione bagaglio-sanitaria-annullamento	€ 98,00	€ 98,00
Partenze da altri aeroporti	in aggiornamento	in aggiornamento
Quota gestione pratica	€ 90,00	

### Supplementi volo

Dal 18/08/2018	Al 21/07/2018	€ 278,69
Dal 06/01/2019	Al 15/12/2018	€ 393,44

## NOTE

### Quote di partecipazione

Il presente programma è basato su orari, tasse aeroportuali, tariffe dei trasporti e costi dei servizi a terra in vigore il mese di Maggio 2018.

Le quote sono valide fino al: **10/12/2018**.

Le quote di partecipazione sono espresse in Euro e intese per persona e sono state calcolate in base al cambio valutario: **1 Euro = 1,18 USD**.

Le tariffe aeree sono state calcolate in base ad una specifica classe di prenotazione (**classe Q**) e compagnia aerea (**Emirates**), in partenza da Milano. E' possibile richiedere (con eventuale supplemento) la partenza da tutti gli altri aeroporti italiani.

Le quotazioni alberghiere sono riferite agli hotel indicati, o similari.

Qualora i servizi indicati non fossero disponibili al momento della prenotazione Earth si riserva il diritto di modificare le quote qui riportate, sulla base dei costi dei nuovi servizi confermabili.

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 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.

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

In base alle Condizioni Generali di Contratto sul sito [www.earthviaggi.it](http://www.earthviaggi.it), al consumatore che receda dal contratto prima della partenza, fatta eccezione per i casi elencati al primo comma dell'articolo 9 (delle Condizioni Generali di Contratto di vendita di Pacchetti Turistici) e indipendentemente dal pagamento dell'acconto previsto dall'articolo 7, 1° comma (delle Condizioni Generali di Contratto di vendita di Pacchetti Turistici) e tranne ove diversamente specificato in seguito e/o in fase di conferma dei servizi, saranno addebitati a titolo di penale:

- Il premio della copertura assicurativa;
- La quota gestione pratica;
- Le seguenti percentuali sulla quota viaggio:
  - fino a 30 giorni prima della partenza: 25% della quota di partecipazione
  - da 29 a 20 giorni prima della partenza: 35% della quota di partecipazione

- da 19 a 14 giorni prima della partenza: 50% della quota di partecipazione
- da 13 a 5 giorni prima della partenza 75% della quota di partecipazione
- oltre tale termine: 100% della quota di partecipazione

Oltre alle penalità relative alla biglietteria aerea (tariffe speciali, instant purchase, low cost e voli di linea).

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.

## **INCLUSO NELLA QUOTA**

Assistenza in partenza all'aeroporto di Milano Linate, Milano Malpensa, Roma Fiumicino -  
Voli di linea Emirates dall'Italia a Colombo e ritorno, via Dubai, in classe economica -  
Trasferimenti con mezzo privato, con aria condizionata (tranne durante il soggiorno mare) -  
Sistemazione in camera doppia standard negli Hotel indicati, o similari - Trattamento di pernottamento e prima colazione in Hotel - Trasferimento in treno locale da Kandy (Peradeniya) a Nuwara Eliya (Nanuoya) - Da 2 a 7 passeggeri assistenza di guida/autista locale parlante italiano per tutto il viaggio (tranne durante il soggiorno mare) - Con minimo 8 passeggeri, guida/accompagnatore parlante italiano per tutto il viaggio e autista professionale di lingua locale (tranne durante il soggiorno mare) - Tutte le visite ed escursioni indicate in programma compresi gli ingressi ai musei, siti archeologici e parchi - Polizza "Viaggi Rischio Zero", UnipolSai Assicurazioni - Guida di viaggio Sri Lanka, ed. Guida

Express (una per camera) - Kit da viaggio

## **ESCLUSO DALLA QUOTA**

Assicurazioni (bagaglio/sanitaria/annullamento, UnipolSai Assicurazioni, Euro 98,00) - Tasse aeroportuali e fuel surcharge (Euro 390,00, importo da riconfermare all'emissione del biglietto aereo) - Quota gestione pratica (Euro 70,00) - Guida/trasferimenti/visite durante il soggiorno mare - Eventuali tasse aeroportuali locali: attualmente sono tutte inserite nei biglietti aerei; potrebbero essere richieste o modificate senza preavviso dalle autorità locali - Eventuali tasse d'ingresso per macchine fotografiche e videocamere (da regolarsi in loco) - **Visto turistico obbligatorio d'ingresso in Sri Lanka (Usd 30 da acquistare online sul sito [www.eta.gov.lk](http://www.eta.gov.lk))** - Early check in o late check out negli Hotel (il check in è previsto alle ore 14:00, il check out entro le ore 12:00) - 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 utili**

#### **Ordinamento dello stato**

Lo Sri Lanka è una Repubblica Presidenziale.

#### **Nome completo**

Repubblica Democratica Socialista di Sri Lanka.

#### **Capitale**

La capitale dello Sri Lanka è Colombo, con 656.100 abitanti circa (oltre due milioni se consideriamo l'area metropolitana).

## **La bandiera dello Sri Lanka**

La bandiera dello Sri Lanka è stata adottata nel 1948. Da allora ha subito solo piccole modifiche. La bandiera è composta da due strisce verticali verde e arancio, bordate di giallo, sul lato del pennone, e da un pannello rettangolare amaranto, anch'esso bordato di giallo, sul lato al vento. Al centro del pannello amaranto è presente un leone giallo che regge una spada, e nei quattro angoli compaiono quattro foglie di Ficus religiosa.

## **Popolazione**

74% singalesi, 18% tamil, 7% «mori di Ceylon» (discendenti di mercanti arabi), 1% burgher (discendenti dei coloni olandesi e portoghesi), malesi, vedda (aborigeni)

## **Lingua**

74% singalese (lingua ufficiale e nazionale), 18% tamil (lingua nazionale), inglese

## **Religione**

70% buddhista, 15% induista, 8% cristiana, 7% musulmana

## **Documenti per l'espatrio**

Passaporto necessario, con una validità residua di almeno sei (6) mesi e con almeno due (2) pagine bianche consecutive per il visto e i timbri. Visto d'ingresso (ETA): obbligatorio. L'ETA (Electronic Travel Authorization) può essere richiesto solo con procedura online, tassativamente prima della partenza, collegandosi al sito [www.srilankaevisa.lk](http://www.srilankaevisa.lk) Il costo è di minimo 90 dollari americani, L'ETA va stampato, portato con sé in aeroporto e durante tutto il viaggio (una copia deve essere inviata a Earth Cultura e Natura tramite email prima della partenza).

## **Disposizioni sanitarie**

Vaccinazioni obbligatorie: nessuna. Le autorità locali richiedono la vaccinazione obbligatoria contro la febbre gialla solo ai viaggiatori provenienti da alcuni Paesi dove la malattia è

presente (esclusi i viaggiatori italiani provenienti direttamente dall'Italia). Si consiglia, pertanto, di informarsi presso l'Ambasciata dello Sri Lanka a Roma sui Paesi inclusi in detta lista, soggetta a variazioni.

### **Trasporti aerei e aeroporti**

Si può arrivare in Sri Lanka soltanto con l'aereo. Lo scalo internazionale per i voli diretti provenienti da Europa, Asia, Australia e Medio Oriente si trova a Colombo. I voli tra Colombo e Madras, Trichy, Trivandrum e Bombay sono piuttosto economici.

### **Tasse aeroportuali**

Al momento non sono previste tasse aeroportuali da pagare in uscita dallo Sri Lanka. La normativa è soggetta a improvvisi cambiamenti.

### **Formalità valutarie e doganali**

Le somme superiori ai 10.000 dollari Usa devono essere denunciate alle Autorità di frontiera. Si informa che l'Euro è generalmente accettato e reperibile nelle maggiori banche di Colombo. Sono accettati anche i dollari USA in contanti, travellers' cheques o carta di credito. Si consiglia di conservare le ricevute dei cambi, qualora si vogliano ricambiare le rupie in Euro o dollari al momento dell'uscita dal Paese in quanto sono richieste dalle autorità locali. E' proibita l'esportazione dal Paese di oggetti di antiquariato vecchi di oltre 50 anni. All'arrivo a Colombo viene solitamente chiesto di dichiarare macchine fotografiche e videocamere.

### **Bagaglio**

Vedere norme internazionali standard.

### **Valuta**

Rupia dello Sri Lanka (Rs). Le valute estere più facili da scambiare sono dollaro USA, euro e sterlina inglese. Gli sportelli bancomat iniziano ad essere diffusi; cercate quelli che mostrano il bollino MasterCard, Visa e Cirrus/Maestro. Le carte di credito più accettate sono MasterCard e Visa, ma anche American Express e DinersClub iniziano ad essere accettate. Vi

consigliamo comunque di avere sempre un po' di denaro contante per le vostre spese e di procurarvi banconote di piccolo taglio: spesso possono rifilarvi banconote usurate che accettano soltanto in banca. Cambi indicativi 1 Euro = 180,06 Rupie dello Sri Lanka 1 Dollaro americano = 130,72 Rupie dello Sri Lanka Le banche sono aperte dalle 09:00 alle 13:00 da lunedì a venerdì. Alcune banche sono aperte fino alle 15:00 e alcune anche il sabato mattina. Il bancomat è abbastanza diffuso in tutta l'isola.

### **Fuso orario**

La differenza oraria rispetto all'Italia è di + 4 ore e 30 minuti. Se invece in Italia è in vigore l'ora legale sincronizzata sul meridiano di Greenwich, la differenza è di + 3 ore e 30 minuti.

### **Clima**

Dal punto di vista climatico, le stagioni più secche e quindi le migliori vanno da dicembre a marzo sulla costa occidentale, su quella meridionale e nella regione collinare, da maggio a settembre sulla costa orientale. Tra dicembre e marzo c'è anche la maggior concentrazione di turisti stranieri in fuga dai rigori dell'inverno europeo. Lo Sri Lanka è un paese dal clima tipicamente tropicale, con una stagione arida e una umida, ma il quadro è in certo modo complicato dal fatto che è soggetto a due monsoni: la stagione Yala (da maggio ad agosto) in cui il monzone sud-occidentale porta pioggia alle regioni meridionali, occidentali e centrali; e la stagione Maha (da ottobre a gennaio) in cui il monzone nord-orientale porta pioggia al nord e all'est dell'isola. Le temperature nelle basse regioni costiere si mantengono alte tutto l'anno, ma scendono rapidamente nelle zone alte e collinari, dove pare sia sempre primavera. Il periodo più caldo va da marzo a giugno, mentre i mesi più freddi dell'anno vanno di solito da novembre a gennaio. Le precipitazioni più intense si hanno a sud, sud-ovest e sugli altipiani centrali; le regioni del nord e centro-settentrionali sono molto asciutte. Il periodo migliore per visitare l'ovest, la costa meridionale e la regione collinare va da dicembre a marzo; da marzo a settembre per la costa orientale.

### **Abbigliamento**

La scelta del vestiario deve in generale rispondere a criteri di praticità, comodità, rispondenza al clima e all'ambiente. Si consiglia pertanto di optare per indumenti sportivi e calzature molto comode, escludere i capi in fibre sintetiche che impediscono la traspirazione

corporea, specialmente negli ambienti a clima caldo.

### **Equipaggiamento personale consigliato per il viaggio**

Forniamo qui di seguito un elenco orientativo di materiale per intraprendere il viaggio, che ognuno dovrà adeguare alle proprie abitudini ed esigenze. - cappello da sole, foulard - abiti e camicie in cotone a manica lunga - magliette tipo t-shirt - pantaloni lunghi in tela di cotone, jeans - pantaloncini corti (non sopra il ginocchio per le donne) - maglia di lana o felpa per la sera - mantella impermeabile o cerata leggera - biancheria intima in cotone - un paio di scarpe da ginnastica comode - un paio di sandali - giacca leggera antivento - fazzoletti e salviette rinfrescanti - crema idratante - crema solare a elevato fattore di protezione - burro di cacao per labbra - repellente per insetti - occhiali da sole - coltellino multiuso - presa elettrica con attacco universale - zainetto per le necessità giornaliere

### **Farmacia personale**

Oltre agli eventuali medicinali di uso personale, si consiglia di portare con sé i medicinali di prima necessità quali: antibiotici (a largo spettro e uno specifico per le vie polmonari), diuretici, antinevralgici, antidiarroici (Imodium), disinfettanti intestinali (Bimixin, Normix), integratori della flora intestinale (Enterogermina), aspirine, antipiretici, collirio, repellente per insetti, disinfettante per l'acqua (Amuchina), cerotti, garze e bende per piccole ferite, pomata a base di penicillina, pomata antistaminica. Si consiglia inoltre l'uso di reintegratori salini per evitare la disidratazione del fisico, velocissima in queste condizioni ambientali.

### **Elettricità**

È preferibile munirsi di un adattatore di tipo universale. La corrente elettrica funziona a 230-240 volts ed ha prese standard in quasi tutti gli hotel.

### **Telefono**

Per chiamare l'Italia in teleselezione bisogna comporre lo 0039, seguito da prefisso della città italiana con lo zero iniziale e infine il numero dell'abbonato. Per telefonare dall'Italia in Sri Lanka bisogna selezionare lo 0094 seguito dal prefisso della città e comporre il numero dell'abbonato.

### **Materiale fotografico**

È consigliato rifornirsi in Italia di tutto il materiale occorrente: pellicole, micropile, flash, schede di memoria non sempre facilmente reperibili oppure molto costosi. Sarà utile portare con sé un semplice sacchetto di plastica per proteggere gli oggetti da polvere o umidità.

### **Mezzi di trasporto**

Le strade che collegano le principali città sono generalmente asfaltate. I mezzi di trasporto sono privati e di standard cingalese, con aria condizionata ed autisti parlanti inglese (o italiano) di grande esperienza.

### **Cibo e bevande**

La cucina di Sri Lanka è molto speziata; negli alberghi della costa ed in quelli dei tour generalmente è internazionale, ma non manca la possibilità di poter gustare i tipici piatti della cucina singalese. I pasti sono generalmente serviti a buffet.

### **Shopping**

È il punto forte di Sri Lanka, ma anche il più dolente. Sono famose in tutto il mondo le sue pietre preziose, ma sono altresì famose le pietre false... (è sempre meglio rivolgersi a negozi convenzionati che garantiscono la possibilità della restituzione qualora la qualità della pietra fosse contestabile nel proprio paese). Pregevoli oggetti in legno di ebano, soprattutto elefanti di tutte le dimensioni, maschere rituali, batik di seta o cotone si possono trovare quasi ovunque.