



LADAKH  
**India - Ladakh con stile**

Sul tetto del Mondo

**Quote a partire da**

€ 6.500,00

**Date di partenza**

tutto l'anno

**Giorni di viaggio**

10

## Caratteristiche di viaggio

Il Ladakh è una regione dell'Himalaya indiano conosciuta come "Piccolo Tibet" per il suo ambiente selvaggio di altissima montagna reso unico dalla secolare cultura buddista che impregna i suoi monumenti, i suoi monasteri e le sue forme d'arte religiosa.

Qui si susseguono paesaggi incredibilmente variegati: accecanti deserti bianchi accanto a laghi blu cobalto, passi situati ad oltre 5000 metri di altitudine circondati da cime innevate, vallate ed oasi verdeggianti punteggiate di alberi d'albicocche e alti pioppi.

In questo ambiente estremo e spettacolare, letteralmente sul tetto del mondo, è possibile trascorrere alcune giornate nel comfort dei campi tendati di lusso di "The Ultimate Travelling Camp", vivendo il Ladakh a passo lento, immergendosi nella spiritualità dei suoi pittoreschi gompa ed esplorando i suoi affascinanti monumenti ricchi di antiche forme d'arte.

Chi lo desidera, potrà anche partecipare ai rituali unici della regione, circondati da paesaggi mozzafiato: per esempio, praticando l'antico sport del polo, portato qui fin dal XVII secolo, oppure il tiro con l'arco o il rafting lungo il fiume Indo, prima di gustarsi un delizioso pranzo al sacco in qualche borgo suggestivo.

Questo itinerario si svolge in altissima montagna: richiede una buona condizione fisica per l'altitudine elevata e per i trasferimenti su strade spesso tortuose e dal fondo irregolare.

---

## Programma di viaggio

### GIORNO 01

#### Partenza dall'Italia per Delhi

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 Delhi.

Partenza con volo di linea per l'India.

Arrivo in nottata presso l'aeroporto internazionale Indira Gandhi di Delhi, disbrigo individuale delle formalità doganali, ritiro del bagaglio e incontro con la nostra organizzazione locale (**riconoscibile dal cartello EARTH**) per il trasferimento in Hotel.

Sistemazione nella camera riservata e tempo per riposo.

## GIORNO 02

### **Delhi - Leh - Thiksey**

Di primo mattino partenza con volo domestico per Leh, il capoluogo del Ladakh situato a 3505 metri di altitudine (i biglietti aerei verranno consegnati dal nostro personale locale). Arrivo, incontro con la guida locale fuori dagli arrivi nazionali (riconoscibile dall'apposito cartello identificativo EARTH) e trasferimento al **Chamba Camp di Thiksey**, situato a circa 20 km dall'aeroporto.

Sistemazione nella tenda assegnata e tempo a disposizione per riposarsi e acclimatarsi all'altitudine.

Non sono previste attività nella giornata odierna per consentire un tranquillo adattamento del proprio fisico ai livelli rarefatti di ossigeno presenti oltre i 3000 metri sul livello del mare. Chi se lo sentirà, potrà comunque effettuare una passeggiata nel villaggio di Thiksey per immergersi nella pace e serenità che contraddistinguono la vita rurale della sua comunità. Pensione completa e pernottamento al Chamba Camp di Thiksey.

## GIORNO 03

### **Thiksey - escursione a Leh**

Prima colazione in campo tendato.

Al mattino, **tempo a disposizione** per completare in relax il processo di acclimatamento all'altitudine.

Si potrà passeggiare nei prati intorno al campo, passando accanto ai salici e ai pioppi: il vento, sfiorandone i rami e le foglie, provoca un leggero fruscio che crea un'aura di impareggiabile bellezza e serenità, favorendo il relax degli ospiti.

Se ce la si sente, si potrà proseguire la passeggiata anche nelle vicinanze del campo, attraverso i rigogliosi terreni agricoli di Nyerma, per gettare uno sguardo sulla coltura delle erbe medicinali, sulle pratiche agricole locali e sulla vita religiosa nel monastero.

Pranzo al campo tendato.

Pomeriggio dedicato alla **visita di Leh**, con una passeggiata nel labirinto di vicoli del capoluogo del Ladakh che si snoda sotto i nove piani dell'imponente City Palace, risalente al XVII secolo.

Il viale principale della città presenta un calderone di negozi che vendono letteralmente di tutto: cibo, indumenti di lana filati localmente, tappeti, pellicce di yak, oggetti rituali, scialli di Pashmina, stole, oggetti di artigianato tibetano, gioielli tradizionali Ladakhi con turchesi, giada e smeraldi.

Conclusione della passeggiata vicino al villaggio di Chubi, poi trasferimento via strada fino allo **stupa di Shanti**, arroccato presso un punto panoramico da cui si gode una vista spettacolare

Infine, se disponibile, **incontro con un oracolo** presso il villaggio di Choglamsar: gli oracoli del buddismo fungono da mediatori tra gli spiriti e il mondo fisico in cui viviamo e tuttora in Ladakh sono molto considerati; vengono spesso interpellati nei casi in cui si debba celebrare riti per scacciare il male o compiacere gli dei, curare disturbi alla salute o infine farsi consigliare da una guida spirituale.

Rientro al campo tendato.

Pensione completa e pernottamento al Chamba Camp di Thiksey.

## GIORNO 04

### **Thiksey - monastero di Thiksey - monastero di Hemis - Thiksey**

Sveglia presto al mattino con tè e caffè.

Breve trasferimento per raggiungere il **monastero di Thiksey** dove si assisterà alla "puja" (preghiera) del mattino, al termine della quale si potrà visitare il monastero, uno dei più antichi e affascinanti del "Piccolo Tibet".

Grazie alla sua posizione scenografica a vari livelli su un'intera collina e ad una vaga somiglianza con il Potala di Lhasa, il gompa di Thiksey è uno dei più riconoscibili e fotografati complessi monastici del Ladakh.

Ospita una statua a due piani del Buddha Maitreya seduto su un loto e vanta una vista spettacolare sulla valle di Leh.

La visita comprende la bellissima sala di preghiera, che conserva molti libri scritti a mano e dipinti ed il tempio dedicato alla dea Tara, con le sue 21 immagini collocate in scaffali di legno.

Si potranno vedere anche dei piccoli santuari dedicati alle divinità guardiane tra cui Cham-Sing, protettrice di Thiksey.

Rientro al campo per la prima colazione.

Proseguimento per il **monastero di Hemis**, la più grande istituzione monastica del Ladakh, situata a circa 23 chilometri (45 minuti) da Thiksey.

Costruito in una valle isolata, il monastero appartiene alla Scuola Drukpa o all'Ordine dei Draghi del Buddismo tibetano e fu fondato sotto il patrocinio del re Senge Namgyal nel XVII secolo: qui ai giovani lama vengono insegnate letteratura, storia, filosofia, yoga e tantra.

Le sale del monastero sono adornate con bellissime statue e dipinti murali.

Rientro al campo tendato e resto della giornata a disposizione.

Pensione completa e pernottamento al Chamba Camp di Thiksey.

## GIORNO 05

### **Leh - Kardung La - Valle di Nubra - Diskit**

Prima colazione in campo tendato.

Partenza in direzione della Valle di Nubra attraverso il panoramico passo **Kardung La** (5.602 metri), il culmine di una delle più alte strade carrozzabili al mondo.

Scendendo dal passo è possibile ammirare la Valle della Nubra (3100 metri) con i suoi ricchi terreni agricoli intervallati da pioppi e salici che conferiscono al paesaggio un sorprendente aspetto verde lussureggiante.

Dopo il pranzo al sacco presso il villaggio di Kardung, proseguimento fino alle famose dune di sabbia di Nubra: per la sua conformazione geologica e posizione geografica, la valle presenta infatti delle sorprendenti dune sabbiose che assomigliano a quelle dei deserti sahariani; qui vive inoltre una particolare specie di cammelli, la cui stirpe risale ai tempi delle carovane della via della seta che attraversavano le vallate himalayane

Arrivo al villaggio di Diskit e sistemazione presso l'oasi del Chamba Camp di Diskit.

Il campo tendato qui si ispira all'estetica del safari camping, dotato di ogni moderno comfort per coccolare i sensi degli ospiti.

Resto del pomeriggio a disposizione per riposo in questa oasi lungo la Via della Seta, tra alte montagne e cielo azzurro che si rispecchiano nel laghetto.

Pensione completa e pernottamento al Chamba Camp di Diskit.

## GIORNO 06

### **Diskit - escursione nella Valle di Nubra**

Prima colazione in campo tendato.

Trasferimento verso il pittoresco **villaggio di Sumur**, attraversando i fiumi Shyok e Nubra, ed escursione a piedi fino al **lago Yarab Tso**, uno degli specchi d'acqua sacri d'alta quota nella Valle di Nubra. Il lago presenta un'acqua cristallina, racchiusa tra le rocce.

In alternativa alla passeggiata, i più avventurosi potranno cimentarsi in attività di rafting tra le rapide del fiume Shyok (con supplemento).

Al termine, sosta presso la **Women's Alliance of Nubra**, un'iniziativa di donne locali (di origine soprattutto contadina) che si sono riunite per creare prodotti di artigianato, per tramandare la storia e le tradizioni del luogo e per praticare forme d'arte tipiche.

Pranzo presso la **Kalon Farm House**, una fattoria circondata da alberi di albicocche: dopo il pasto, breve passeggiata attraverso l'azienda agricola per scoprire i segreti dei metodi di coltivazione e di irrigazione di una terra così aspra ed estrema come quella del Ladakh.

Nel pomeriggio, **escursione a dorso di cammello a doppia gobba** sulle dune di sabbia del freddo deserto di Hunder: si potranno rivivere i sogni e le aspettative dei mercanti, dei mercenari e dei monaci nei tempi antichi, quando arrancavano in queste stesse sabbie alla ricerca di "Gold, Glory and God".

Pensione completa e pernottamento al Chamba Camp di Diskit.

## GIORNO 07

### **Diskit - escursione a Turtuk**

Prima colazione in campo tendato.

Percorrendo la strada che affianca il fiume Shyok, in direzione del confine col Pakistan, si

raggiunge dopo circa 90 km (circa 2 ore e 20 minuti) il pittoresco **villaggio di Turtuk**.

Questo borgo di frontiera apparteneva al regno della dinastia Balti e presenta tuttora evidenti tratti culturali delle sue origini: la religione musulmana, la lingua urdu, l'architettura delle case, chiamate "nangchung", gli abiti e gli strumenti da cucina tradizionali, davvero unici

Dopo aver degustato le deliziose albicocche coltivate nella regione e consumato il pranzo al sacco, rientro al campo.

Chi non fosse interessato all'escursione a Turtuk può trascorrere la giornata in relax al campo tendato, magari assistendo ad una partita di polo locale se disponibile.

Pensione completa e pernottamento al Chamba Camp di Diskit.

## GIORNO 08

### **Diskit - monastero di Diskit - Wari La - Thiksey**

Di buon mattino, trasferimento al **monastero di Diskit**, il più antico ed importante della valle, appartenente all'ordine Gelupa, dei berretti gialli, lo stesso del Dalai Lama.

La giornata ha inizio quindi con una speciale **preghiera del mattino** nei pressi dell'imponente statua del **Buddha Maitreya**, alta 32 metri e risalente al 2010 quando fu inaugurata dal Dalai Lama in persona.

Visita poi del monastero, con la sua statua del Cho Rinpoche "il Buddha incoronato" collocato nella sala della preghiera, il suo enorme tamburo e le sue tipiche immagini di feroci divinità guardiane.

In una cupola sopraelevata si trova poi un affresco che raffigura il monastero di Tashilhunpo in Tibet. Ritorno al campo per la prima colazione.

Inizio poi del trasferimento di rientro verso la valle di Leh. Se le condizioni meteo e stradali lo consentiranno, si percorrerà una via alternativa per lasciare la valle di Nubra, seguendo parzialmente il corso del fiume Shyok, incredibile per i suoi paesaggi e scorci panoramici sempre mutevoli e spettacolari, prima di attraversare il passo **Wari La**, situato a 5312 metri sul livello del mare e considerato il quarto passo motorizzato più alto del Ladakh.

Lungo il percorso si potranno fotografare i pastori che pascolano le loro capre, i villaggi sparsi nelle valli ed i famosi yak al pascolo nei prati lungo i torrenti.

Sistemazione nel campo tendato a Thiksey e resto della serata a disposizione per relax.

Pensione completa e pernottamento al Chamba Camp di Thiksey.

## GIORNO 09

### **Thiksey - Leh - Delhi - partenza per l'Italia**

Prima colazione in Resort.

Al mattino trasferimento in aeroporto e partenza con volo domestico diretto a Delhi (i biglietti aerei verranno consegnati dal nostro personale locale).

*Attenzione! Sui voli originanti dalla regione del Jammu & Kashmir non è consentito portare il bagaglio a mano per ragioni di sicurezza, tutti i colli vanno imbarcati in stiva (ad eccezione di una piccola borsa personale, marsupio o borsa per macchina fotografica).*

Arrivo a Delhi, incontro con la nostra organizzazione fuori dagli arrivi nazionali (riconoscibile dall'apposito cartello identificativo EARTH) e trasferimento in città.

Sistemazione in Hotel e visita (facoltativa) guidata in italiano delle principali attrazioni della capitale indiana, metropoli di oltre 15 milioni di abitanti che diventano quasi 20 milioni se si considerano anche i quartieri satellite delle sue periferie. Nonostante il traffico intenso e l'infinita umanità che a tutte le ore sciama tra le sue arterie a più corsie e percorre le sue tipiche sopraelevate, Delhi è una città vivibile, disseminata di parchi verdi, ricca di fascino, storia e spiritualità. Qui convivono i monumenti austeri dell'amministrazione statale, in stile britannico ed i palazzi iper-moderni della finanza e della tecnologia, emblemi di una nuova India dinamica proiettata nel futuro e nel benessere economico. Qui convivono i simboli delle diverse religiosità su cui si fonda la società indiana, da quella islamica a quella sikh passando per la dominante componente induista.

Si comincia con il tempio sikh **Gurudwara Bangla Sahib**, al quale si accede a piedi nudi e con il capo coperto da un fazzoletto arancione in segno di rispetto: qui le cerimonie religiose e le preghiere si svolgono di continuo in una suggestiva armonia di canti, barbe lunghe e turbanti colorati.

Proseguimento con la visita al memoriale **Raj Ghat dedicato al Mahatma Gandhi** e situato in un tranquillo giardino presso il fiume Yamuna, una sorta di oasi pacifica nel caos della metropoli: non è possibile comprendere l'India contemporanea senza riconoscere il ruolo fondamentale del suo padre fondatore.

Poi, tappa ad un altro celebre monumento funerario, il **Mausoleo di Humayun**, primo

esempio di architettura Moghul in India risalente al XVI secolo, modello sul quale fu costruito quasi un secolo dopo il Taj Mahal di Agra.

Dopo un giro panoramico all'arco di trionfo **India Gate**, simbolo della città e omaggio della Gran Bretagna al contributo indiano durante la grande guerra mondiale, rientro in Hotel per rinfrescarsi e cambiarsi d'abito prima del volo intercontinentale di ritorno.

Cena libera nel ristorante dell'albergo e in serata trasferimento in aeroporto in tempo utile per la partenza dopo mezzanotte del volo di linea di rientro in Italia.

Pasti e pernottamento a bordo.

## GIORNO 10

### 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

€ 6.500,00

### INCLUSO NELLA QUOTA

Assistenza di qualificato personale aeroportuale alla partenza da Milano Malpensa o Roma Fiumicino - Voli di linea internazionali da Milano Malpensa o Roma Fiumicino a Delhi e ritorno, in classe economica (con scalo - altri aeroporti possibili su richiesta) - Voli domestici da Delhi a Leh e ritorno, in classe economica - Tutti i trasferimenti in Ladakh con veicolo

privato (tipo Toyota Innova, 2/3 ospiti per veicolo oltre ad autista e guida) senza aria condizionata e con autista di lingua locale - Tutti i trasferimenti a Delhi con veicolo privato climatizzato (tipo Toyota Innova, 2/3 ospiti per veicolo oltre ad autista e guida) con autista di lingua locale - 8 pernottamenti in tenda doppia "luxury suite" presso i campi tendati di lusso di Thiksey e Diskit in Ladakh e in camera doppia presso alberghi di categoria 5 stelle a Delhi - Camera disponibile fino all'orario di partenza l'11° giorno a Delhi - Trattamento di pensione completa in Ladakh (con pasti presso i campi tendati o come indicato in programma durante le escursioni), nessun pasto è previsto a Delhi - Guide locali parlanti inglese per le visite in Ladakh - Guida locale parlante italiano per le visite di Delhi, se richieste - Trasferimenti e visite guidate compresi gli ingressi ai monumenti e alle aree archeologiche indicate in programma - Permessi di ingresso in Ladakh - Guida dell'India del Nord (una per camera) e kit da viaggio firmato Earth/Eastpak

## **ESCLUSO DALLA QUOTA**

Tasse aeree, assicurazioni annullamento/bagaglio/medica, quota di gestione pratica - Escursioni e visite facoltative, non previste in programma - Early check-in (prima delle ore 14) e late check-out (dopo le ore 12) negli alberghi, eccetto dove specificato - Pasti non indicati, menù à la carte, bevande, mance, facchinaggi, extra personali e tutto quanto non specificato - Visto turistico obbligatorio d'ingresso in India ([da richiedere e acquistare on line a questo link](#))

## **NOTE**

**Earth Viaggi protegge i propri Viaggiatori con Unipol Assicurazioni, una copertura completa dal momento della prenotazione, durante il viaggio e anche dopo il rientro Italia! ([verifica nel dettaglio cliccando qui](#))**

- **Assistenza alla persona:** tramite Centrale Operativa H24 (costituita da medici, tecnici e operatori)
  - **Rimborso Spese Mediche in viaggio:** fino a € 50.000,00 per persona
  - **Bagaglio:** furto, rapina, scippo, incendio mancata riconsegna, fino a € 750,00. Spese di prima necessità per ritardata (12 H) o mancata riconsegna da parte del vettore, fino a € 250,00
  - **Annullamento Viaggio:** indennizzo della penale fino a € 10.000 per persona e € 50.000,00 per evento
  - **Interruzione Viaggio:** rimborso dei giorni non usufruiti, fino a € 5.000,00 per evento
  - **Polizza "Viaggi Rischio Zero":** per la copertura delle maggiori spese e dei giorni non usufruiti a seguito di eventi fortuiti e casi di forza maggiore in corso di viaggio, fino a € 2.700,00 per persona
  - **Polizza Infortuni in viaggio:** € 150.000,00 per invalidità permanente o decesso, compreso il rischio volo (esclusi voli privati)
  - **Polizza "Cancellazioni voli":** per la copertura del maggior costo ragionevolmente sostenuto per l'organizzazione di servizi di trasporto alternativi a quelli previsti da contratto, nei limiti di € 500,00 a persona (Italia/Europa) e € 1.000,00 a persona (Mondo)
- 

## E' importante sapere che

### Informazioni importanti

#### Pasti

Il viaggio in Ladakh viene effettuato in pensione completa in quanto nel capoluogo del Ladakh, Leh, non esistono ristoranti di standard occidentale aperti al pubblico e gli unici luoghi di ristoro di standard occidentale si trovano negli alberghi. Inoltre alle nove della sera la città himalayana si "addormenta" per svegliarsi alle prime luci dell'alba. Di conseguenza le cene sono sempre previste in albergo o presso i campi tendati fissi. Durante le escursioni sarà previsto un pranzo con "box lunch" che potrà risultare ripetitivo nonostante gli sforzi del

personale locale per renderlo ogni giorno diverso. Informiamo che, se necessario, a Leh esistono ottimi bazar dove è possibile comprare formaggi, pane, dolci, bevande e prodotti in scatola, per integrare le vivande fornite dall'organizzazione. Per le partenze di gruppo con accompagnatore dall'Italia è prevista una piccola fornitura di "viveri di supporto" al seguito del gruppo.

## **Clima**

Il mese di agosto è un buon periodo per effettuare un viaggio sull'Himalaya e in Ladakh in quanto il monzone indiano si ferma ai piedi dell'Himalaya e generalmente non sale nelle valli himalayane sopra i 3000 metri; le temperature diurne nella Valle dell'Indo si aggirano attorno al 20/24 °C (con sole e cielo terso), mentre nella notte scendono attorno ai 10/12 °C. Durante i passi in altitudine (oltre i 4000 metri) le temperature possono scendere attorno allo zero, si consiglia per tanto di munirsi di equipaggiamento da alta montagna. In Ladakh normalmente non si verificano piogge (comunque di lieve intensità, sporadicamente e durante la notte) mentre durante l'attraversata da Sarchu a Dharamsala possono verificarsi piogge di forte intensità che possono danneggiare le strade e causare ritardi lungo il percorso.

## **Campi tendati**

I campi tendati sono confortevoli e rappresentano il massimo standard che si può reperire sull'Himalaya: è richiesto comunque un buono spirito di adattamento. I campi sono muniti di tende grandi per due persone, letti con materassi, piumoni (o coperte) e lenzuola, asciugamano. Sarà assegnata una tenda singola se la prenotazione è stata richiesta in camera singola. Tende comuni per la colazione, il pranzo e la cena, con menu a buffet. Le toilette sono in comune con docce con acqua calda e fredda. È preferibile munirsi di un asciugamano e di un sacco lenzuolo.

## **Categoria dei campi tendati**

Ulay Tokpo Camp: categoria Standard, con servizi buoni Tirit Camp: categoria Standard, con servizi buoni Tso Moriri Camp: categoria Basic, con servizi minimi e spartani Sarchu Camp: categoria Basic, con servizi minimi e spartani

## **Itinerari himalayani**

In India i trasferimenti sono previsti su strade asfaltate e su piste non sempre nelle condizioni migliori e sono effettuati con mezzi di trasporto di standard indiano che non sempre sono in grado di offrire un comfort adeguato alle aspettative occidentali. Per questo anche le distanze più modeste possono comportare numerose ore di viaggio. Comunque sempre una media di percorrenza di 40 km all'ora. Sulle strade himalayane i percorsi sono spesso difficoltosi e impongono tempi non quantificabili con esattezza. La partenza è spesso prevista molto presto al mattino per iniziare le visite o per affrontare i trasferimenti da una località all'altra. La nostra organizzazione prevede 3 passeggeri + autista per ogni vettura (a rotazione la guida locale viaggerà su una delle vetture).

## **Spirito del viaggio**

Affrontare questo straordinario viaggio significa vivere esperienze non abituali e sopportare alcuni disagi logistici, in cambio di realtà e paesaggi altrimenti non raggiungibili. Basta avere una buona condizione fisica e un sentito spirito di adattamento e collaborazione, il resto viene da sé: il piacere di scoprire e conoscere, l'umiltà di imparare, di capire, di crescere.

## **Standard dei servizi**

Gli standard dei servizi in India non sempre rispecchiano i normali standard occidentali; per tanto, affrontare questo viaggio significa dotarsi di un buono spirito di adattamento alle condizioni di un paese profondamente affascinante e allo stesso tempo complesso come l'India.

## **Informazioni utili**

### **Ordinamento dello stato**

L'India è una Repubblica Costituzionale composta da 28 Stati sovrani, 6 Territori dell'Unione più il distretto di Delhi. La sua Costituzione è entrata in vigore il 26 gennaio del 1950. La più alta carica dell'Unione è il Presidente della Repubblica. L'Unione di Stati indipendenti fa capo al Parlamento, al Governo e alla Costituzione centrale di Delhi. Il Parlamento fa capo a due

camere: la camera bassa Lok Sabha, camera del popolo, e la camera alta, Rajya Sabha, consiglio degli stati. La Lok Sabha è formata da 545 membri e le elezioni si svolgono ogni 5 anni. La Rajya Sabha è composta da 245 membri eletti ogni 2 anni, e 125 membri eletti ogni 6. Ogni singolo Stato ha un suo governo indipendente, un Presidente e un primo ministro, ed elegge i suoi rappresentanti al Parlamento di Delhi. Gli Stati indiani sono divisi in distretti e nei villaggi il sistema amministrativo è ancora orientato verso il tradizionale metodo del panchayat retto dai cinque capi della comunità.

### **Bandiera dell'India**

La bandiera nazionale indiana è composta da tre strisce orizzontali: arancione in alto, bianco al centro e verde in basso. Nella striscia centrale è inserita la ruota del carro di Ashoka, il più grande imperatore indiano vissuto nel III secolo a.C.

### **Popolazione**

La popolazione dell'India ammonta a circa 1 miliardo e 100 milioni di persone. Densità della popolazione: 300 abitanti per Km<sup>2</sup>.

### **Lingua dell'India**

L'India conta 23 lingue ufficiali. L'hindi è parlato prevalentemente nelle regioni del nord. Negli stati del sud si parlano le lingue locali. In tutte le metropoli e le grandi città si parla l'inglese.

### **Religione**

L'India è la culla delle religioni orientali. Le religioni maggiormente diffuse sono l'Induismo (80%), l'Islamismo (12%), il buddismo, il sikhismo, il jainismo e il cattolicesimo.

### **Documenti per l'espatrio**

Passaporto: necessario, con validità residua di almeno sei (6) mesi al momento dell'arrivo.  
Visto di ingresso: necessario. Dallo scorso Aprile 2017, il Governo indiano ha esteso la possibilità ai cittadini italiani di ottenere il visto online (E-Visa) per viaggi inferiori ai 60 giorni. L'E-Visa deve essere richiesto online direttamente dal cliente e pagato con carta di credito. Il

costo è di circa 50 Dollari, il pagamento è da effettuarsi online con carta di credito. Prima di procedere alla richiesta online dell'E-Visa è necessario verificare di essere in possesso di: - PASSAPORTO con validità minimo sei (6) mesi dalla data di arrivo in India, con almeno 2 pagine bianche. - SCANSIONE A COLORI DI UNA FOTOTESSERA del formato 5cm x 5cm, frontale e con sfondo bianco (formato jpeg, minimo 10 KB massimo 1 MB). - SCANSIONE A COLORI DELLA PAGINA DEL PASSAPORTO contenente i dati personali (formato pdf, minimo 10 KB massimo 300 KB). Per richiedere l'E-Visa è necessario connettersi al sito <https://indianvisaonline.gov.in/evisa/registration>, cliccare il riquadro "E-Visa Application" e procedere con la compilazione del modulo online in ogni sua parte. Al termine della compilazione verrà richiesto il pagamento di 50 USD ed il caricamento delle due scansioni (fototessera e passaporto). Il visto in formato elettronico verrà inviato entro 72 ore all'indirizzo di posta elettronica da Voi indicato in fase di compilazione del modulo, dovrà essere stampato, portato con sé in aeroporto insieme al passaporto e conservato per tutta la durata del viaggio. L'E-Visa è richiedibile: - a partire da 30 giorni dalla data di partenza del viaggio ed è valido per un periodo di permanenza di massimo 60 giorni dalla data di arrivo in India. - solamente due volte l'anno. - solo se l'ingresso in India avviene da uno dei seguenti aeroporti: Ahmedabad, Amritsar, Bagdogra, Bangalore, Calicut, Chennai, Chandigarh, Cochin, Coimbatore, Delhi, Gaya, Goa, Guwahati, Hyderabad, Jaipur, Kolkata, Lucknow, Mangalore, Mumbai, Nagpur, Pune, Tiruchirapalli, Trivandrum, Varanasi, Cochin, Goa e Mangalore.

### **Disposizioni sanitarie**

In India non è richiesta alcuna vaccinazione. Consigliamo di consultare comunque il proprio medico e l'Ufficio di Igiene del vostro Comune. Occorre sempre attenersi ad alcune indicazioni preventive nonché mantenere una corretta igiene personale. Il primo consiglio è quello di non bere acqua se non imbottigliata, meglio ancora se addizionata di anidride carbonica (accertandosi sempre della effettiva chiusura del tappo) ed evitare di consumare verdure crude e frutta non sbucciata.

### **Trasporti aerei e aeroporti**

I voli intercontinentali dall'Europa sono operati con numerosi vettori IATA. L'aeroporto internazionale a New Delhi, lo scalo Indira Gandhi International, dista circa 20 Km (45 minuti) dal centro della città ed è collegato tramite un servizio di taxi e autobus. L'aeroporto internazionale di Mumbai dista 15 km dalla città ed è raggiungibile con un percorso di circa 1

ora, che si allunga durante le ore di punta. I voli nazionali in India possono subire ritardi o variazioni determinati da condizioni atmosferiche avverse o da altre cause. I collegamenti sono effettuati da compagnie di bandiera e private che coprono tutto il territorio nazionale. I biglietti aerei degli eventuali voli interni previsti per il vostro tour saranno consegnati dal nostro corrispondente all'arrivo in India.

### **Tasse aeroportuali**

Al momento non sono previste tasse aeroportuali da pagare in uscita dall'India ad eccezione dell'aeroporto di Bangalore (1100 rupie). La normativa in India è soggetta a improvvisi cambiamenti.

### **Norme doganali**

L'ingresso di valuta straniera è illimitato. Tutti gli oggetti di valore e di alta tecnologia devono essere dichiarati all'ingresso, trattenendo la ricevuta. E' consentita l'importazione di 200 sigarette, 25 sigari, 2 litri di bevande alcoliche, 4 bottigliette di profumo per uso personale. Esistono alcune limitazioni per l'esportazione di pezzi d'antiquariato.

### **Bagaglio**

Vedere norme internazionali standard.

### **Valuta**

L'unità monetaria ufficiale in India é la Rupia indiana (INR), divisa in 100 Paisa. Vi sono banconote da 5, 10, 20, 50, 100, 500, 1000 Rupie e monete da 1, 2 e 5 Rupie. La valuta più facilmente convertibile è l'Euro ma viene normalmente accettato anche il Dollaro americano. È consigliabile cambiare il denaro presso gli alberghi dove viene applicata una commissione o presso le banche e gli uffici di exchange presso le principali città indiane. Le carte di credito sono accettate nei negozi, negli alberghi e nei centri di maggior interesse turistico. Cambi indicativi (Febbraio 2015): 1 Euro = 70,75 Rupie indiane 1 Dollaro americano = 62,06 Rupie indiane

### **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**

Data la vastità del territorio l'India presenta tutti i tipi di clima. Periodo dei monsoni (da luglio ad agosto): clima caldo-umido con abbondanti piogge, in più momenti della giornata, e umidità attorno al 90%. Le temperature variano dai 30-32 gradi del giorno ai 20-22 gradi della notte. Periodo autunno-inverno (da settembre ad aprile): clima caldo-secco generalmente soleggiato, senza piogge di particolare intensità, con temperature che variano tra i 22-26 gradi del giorno e i 14-16 gradi della notte. È questo il periodo migliore per visitare l'India. Periodo caldo tropicale (da maggio a giugno): clima secco-torrido con temperature che si aggirano attorno ai 40 gradi durante il giorno. Per visitare le regioni himalayane del Ladakh, del Kashmir e del Sikkim, il periodo ideale va da aprile a settembre, con clima secco e sporadiche precipitazioni notturne. Durante questi mesi le temperature sull'Himalaya, anche in altitudine sopra i 3000 metri, sono piacevoli: 18-22 gradi di giorno e 8-12 gradi di notte. Sopra i 4000 metri si registrano temperature notturne attorno allo zero.

## **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. Un principio fondamentale da tenere presente quando si scelgono i capi di vestiario è quello dell'abbigliamento "a strati": è più conveniente avere a disposizione tanti capi leggeri o di medio peso da indossare, se necessario sovrapposti, piuttosto che uno solo pesante. Tale tecnica consente di adeguare il grado di copertura corporea alle variazioni climatiche e di ottenere un'efficace protezione contro gli sbalzi di temperatura ed il vento. Nel periodo invernale nel nord dell'India è consigliabile avere una giacca a vento leggera e una felpa per la sera.

## **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.

### **Uffici**

Le banche sono aperte dalle 10,00 alle 14,00 da lunedì a sabato. I negozi sono aperti dalle 10,30 alle 20,00 da lunedì a sabato.

### **Elettricità**

È preferibile munirsi di un adattatore di tipo universale. La corrente elettrica funziona a 220 volts ed ha prese standard in quasi tutti gli hotel. Non funzionano le spine con la presa terra (spinotto centrale).

### **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. In tutte le città indiane esistono telefoni pubblici (chiamati STD e ISD) con operatore, conta scatti e pagamento in contanti. Le schede telefoniche per i telefoni pubblici non sono utilizzate. Un minuto di conversazione

dall'India all'Italia costa circa 40 rupie (meno di 1 euro). Telefonare dagli alberghi può costare invece fino a 4 o 5 volte di più. Per telefonare dall'Italia in India bisogna selezionare lo 0091 seguito dal prefisso della città (New Delhi 11, Mumbai 22, Kolkata 33) e comporre il numero dell'abbonato. Cellulari: su tutto il territorio nazionale i cellulari funzionano regolarmente. La copertura non è totale nelle regioni desertiche e nelle valli himalayane più remote.

### **Sistemazioni alberghiere**

In India la categoria ufficiale degli Hotel non garantisce gli standard internazionali e non sempre assicura le aspettative del cliente. Tutte le strutture, dagli Hotel di lusso alle residenze Heritage (ex dimore dei Maharaja), sono periodicamente supervisionate dal nostro staff. Gli alberghi Heritage (3/4/5 stelle) garantiscono uno standard confortevole e una atmosfera tradizionale in grado di immergere i visitatori nel tempo dei Maharaja. Nelle città principali, dove la proposta ricettiva è più ampia, sono stati selezionati Hotel che garantiscono un accurato servizio, un ambiente accogliente e una ubicazione privilegiata.

### **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 dell'India sono generalmente asfaltate. I mezzi di trasporto sono privati e di standard indiano, con aria condizionata e autisti parlanti inglese (o italiano) di grande esperienza. Il traffico delle metropoli e il "singolare sistema di guida" rallentano notevolmente i tempi di trasferimento consentendo una media di circa 50 km all'ora. Per i viaggiatori che lo desiderano è possibile prevedere mezzi di categoria superior.

### **Cibo e bevande**

La cucina indiana è molto ricca e saporita. Ogni stato ha le sue tradizioni culinarie e si distingue per le sue elaborate preparazioni. Le spezie (Masala) vengono utilizzate con quasi tutti i cibi. In generale gli indiani amano molto le verdure, il riso, le lenticchie, lo yogurt, la

frutta tropicale, gli ortaggi ma anche il pollo, il montone e l'agnello. Sono escluse dalla tavola, per motivi religiosi, le carni bovina e suina. Ottimo il pane chapaty, rooti e paratha che viene preparato in modi diversi a seconda della regione. Il curry, il cumino, il coriandolo, il pepe nero, la noce moscata, il ginger, la cannella, i chiodi di garofano, l'anice, il cardamomo sono presenti in molti piatti vegetariani o a base di carne o pesce; spesso con i piatti si associa il "daal" (lenticchie) con lo yogurt bianco. In generale la cucina è piccante anche se gli hotel che ospitano viaggiatori occidentali cercano di "limitare" l'uso delle spezie. Da non perdere il Tandoori chicken (pollo tipicamente indiano), la frutta (noci di cocco, mango, papaia, banane) e naturalmente il "chai": tè con il latte e le spezie. Gli indiani producono un'ottima birra e diverse qualità di rum.

## **Shopping**

In India è possibile acquistare molti oggetti di artigianato ed ogni stato ha la sua particolare arte locale. Dai tappeti alle pietre preziose, dalle stoffe di seta agli oggetti d'argento, dalle spezie ai molteplici oggetti intarsiati nel legno o nel marmo, dagli scialli di pashmina ai copriletto ricamati con filo d'oro e specchi. Viaggiando con le guide locali o con gli accompagnatori indiani avrete molte opportunità di fare acquisti. Alla fine delle visite previste è consuetudine delle guide e degli accompagnatori consigliare alcuni negozi dove fare acquisti e dove gli oggetti proposti sono di valore autentico. A volte le guide locali possono risultare troppo insistenti nel portarvi nei negozi da loro conosciuti: in questi casi non sentitevi in obbligo di andare ma se seguite i loro consigli non dubitate della qualità della merce che vi viene proposta. Trattate i prezzi con tenacia: è l'usanza locale. In ogni caso recandovi nei negozi per conto vostro, a meno che non abbiate indicazioni molto precise, inciampereste molto probabilmente in "piccole fregature": non illudetevi del contrario!

## **Letture consigliate**

Storia dell'India Stanley Wolpert (Bompiani, Milano 1977) La storia dell'India raccontata da uno dei più noti storici, occidentali, della cultura indiana. Freedom at midnight Dominique Lapierre e Larry Collins (Vikas Publishing, Delhi, 1997). Una delle più affascinanti ricostruzioni della partizione e dell'indipendenza indiana. Passaggio in India E.M. Forster (Oscar Mondadori, Milano 2001) La storia del rapporto tra inglesi e indiani. Nel 1984 il regista David Lean ne ha tratto un magnifico film, vincitore di due Oscar. La speranza indiana Federico Rampini (Mondadori, Milano 2007) La storia dell'India antica e la speranza dell'India moderna,

raccontata da un grande giornalista che vive in prima persona l'esperienza indiana. Kim  
Rudyard Kipling (ne esistono numerose traduzioni in italiano) Il romanzo più amato di colui  
che è per antonomasia l'interprete vittoriano dell'India. L'odore dell'India Pier Paolo Pasolini  
(Guanda, Milano 2000) Le impressioni dell'autore sul viaggio compiuto in compagnia di  
Alberto Moravia ed Elsa Morante all'inizio degli anni sessanta del Novecento. Verso la cuna  
del mondo Guido Gozzano (Bompiani, Milano 2008) Lettere dall'India del grande poeta  
piemontese, durante il viaggio nel Subcontinente effettuato all'inizio del Novecento. Ritorno  
alla terra Vandana Shiva (Fazi Editore, Roma 2009) Lo sguardo dell'attivista indiana  
impegnata da sempre per la salvaguardia dell'ambiente e delle culture. Esperimento con  
l'India Giorgio Manganelli (Adelphi, Milano 1992) Impressioni, appunti, aneddoti, riflessioni di  
un viaggio compiuto nel 1975 dall'autore, viaggiatore e studioso di filosofie orientali.