



LAOS

# Laos: cultura, armonia e tradizioni - Partenza 31 gennaio 2025

Tour naturalistico e culturale da Nord a Sud con accompagnatore EARTH dall'Italia

**Quote a partire da**

€ 4.500,00

**Date di partenza**

31/01/2025

**Giorni di viaggio**

16

## Caratteristiche di viaggio

Dice il proverbio che, quando sei a Roma, devi fare come fanno i romani. E in Laos? La regola non vale anche ai Tropici. Ma saremo davvero pronti a una brusca frenata? **Sapremo rallentare i nostri metronomi, per adeguarci ai ritmi millenari di uno degli ultimi popoli che resistono alla globalizzazione?**

Noi lo abbiamo fatto ed è per questo che possiamo offrirvi un programma senza paragoni, un'immersione totale nella dolce vita di questo remoto Stato dell'Asia, racchiuso tra le montagne della Catena Annamita e l'abbraccio sinuoso del Mekong. Abbiamo imparato molto dalle genti di questi villaggi rurali, che sembrano vivere con i ritmi remoti degli antichi coltivatori. Come loro praticano l'animismo, che ha sacralizzato giungla, acque, montagne. Giorno dopo giorno, scoprivamo che nasceva qualcosa di nuovo dentro di noi. E anche a voi, aggirandovi per questo miracoloso Paese dove la serenità si impossesserà del vostro cuore, sembrerà di tornare in una patria lontana e dimenticata, ma che da qualche parte vi portavate dentro in attesa di un risveglio.

Adeguarsi felicemente al Laos significa in primo luogo **muoversi con rispetto**, in un viaggio all'insegna di un'intransigente sostenibilità. **Nulla dovrà cambiare dopo il nostro passaggio. Un viaggio a passo lento, dove risiederemo in deliziosi hotel boutique e in accurati ecolodge, tutti a quattro stelle.** Naturalmente non rinunceremo alla «capitale del Buddha dorato», Luang Prabang e ai templi buddisti patrimonio dell'Unesco, e neppure a Pakse, né alla deliziosa Ventiane, capitale coloniale d'altri tempi, per concludere l'itinerario tra le quattromila isole e le cascate del Mekong. Ma, accanto a queste mete imperdibili, **vi prenderemo per mano per guidarvi alla scoperta del Laos più inedito, feriale e domestico:** il barbecue sin dat, la partita di pétanque, i giri in bicicletta fra i villaggi più remoti del Nord, l'altipiano di Boulevan, lo yoga all'aperto nella provincia di Oudomxay. Scoprirete con noi quello che Tiziano Terzani aveva già capito molti anni fa: «Il Laos non è un posto, è uno stato d'animo».

## In evidenza

- Il meglio di Laos racchiuso in un unico viaggio da Luang Prabang a Pakse, via Vientiane
- Prendere parte alla “cerimonia Basi”
- Partecipazione al tipico barbecue locale “sin dat” e ad una partita a “pétanque” con i laotiani
- Vista di località meno conosciute nel Nord etnico
- Attività ed incontro con la popolazione locale
- Possibilità di tour in bicicletta fra la natura e i villaggi meno accessibili del Nord
- Soste al tempio pre-angkoriano di Wat Phu
- Visita all’altipiano di Boulevan in fuoristrada “vintage”
- Possibilità di sessioni yoga open-air presso nella provincia di Oudomxay
- Scelta di strutture attente alla sostenibilità ambientale e progetti comunitari
- Pensione completa durante tutto il viaggio
- Accompagnatore EARTH da Milano

## Servizi

- Il tour viene effettuato in gruppo privato, di massimo 12 partecipanti, con l’assistenza di un accompagnatore/guida locale parlante italiano e un’accompagnatrice EARTH da Milano.
- I pernottamenti sono previsti in alberghi selezionati di categoria 4 stelle e “boutique”, con trattamento di pensione completa.
- Assistenza H24 per tutto il tour.
- **Sono esclusi dalla quotazione i collegamenti aerei intercontinentali**, per poter usufruire delle promozioni offerte dalle principali compagnie aeree. I voli per Luang Prabang, con rientro da Ubon Ratchatani saranno proposti alle migliori condizioni tariffarie disponibili all’atto della prenotazione.

---

## Programma di viaggio

## GIORNO 01

31 gennaio 2025

### **Partenza dall'Italia**

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

Disbrigo delle formalità di check-in e spedizione dei bagagli direttamente fino a Luang Prabang.

Partenza con volo di linea, con cambio a Bangkok. Pasti e pernottamento a bordo.

NB: (volo non incluso nella quota di partecipazione, quotazione su richiesta).

## GIORNO 02

1 febbraio 2025

### **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. Pranzo in ristorante locale e sistemazione nelle camere riservate.

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. Cena in ristorante e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 03

2 febbraio 2025

### **Luang Prabang**

Prima colazione in Hotel.

Inizio della visita guidata a piedi 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 tappa alla Huan Chuan Heritage House, una tradizionale abitazione locale risalente a più di 100 anni fa.

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 Chomkhong, dalle raffinate decorazioni.

Pranzo in ristorante locale. Sosta al Fine Arts School, dove sono esposti i lavori di giovani artisti locali e presso l’Arts and Ethnology Centre dove è possibile farsi un’idea della varietà di minoranze etniche che vive nel territorio laotiano, ciascuna con le proprie tradizioni ed usanze.

Si conclude la giornata con la salita al Mount Phousi, la collina che domina la città e che offre una bella vista panoramica sul Mekong, particolarmente suggestiva al tramonto.

Cena in ristorante locale e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 04

3 febbraio 2025

### **Luang Prabang - Cascate di Khuang Si**

Chi desidera alzarsi al mattino molto presto potrà assistere 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.

Trasferimento di circa 30 km per raggiungere le spettacolari cascate di Khuang Si, che si snodano su tre dislivelli, il più grande dei quali ha un dislivello di 60 metri. Sono inoltre presenti cascate più piccole, con altezze variabili dai tre ai cinque metri. La conformazione geologica delle cascate ha dato vita nel corso dei millenni a decine di grandi piscine naturali, alcune delle quali perfette per fare il bagno (ricordarsi di portare il costume). La strada per raggiungere le cascate di Khuang si si snoda attraverso paesaggi mozzafiato, dove dolci colline si alternano a spettacolari terrazzamenti di risaie. Un percorso sterrato conduce alla cima, un itinerario impegnativo ma alla portata di tutti. Ne vale la pena: qui si trova una grande piscina, con una vista impagabile su tutta la cascata principale.

Nei pressi della cascata è possibile visitare il Bear Rescue Center: un'organizzazione che protegge un particolare esemplare di orso asiatico contro il grave problema di bracconaggio. Prima di rientrare in città sosta al Butterfly Park nato nel 2014, dall'idea di due simpatici Olandesi trapiantati in Laos, Olaf e Ineke, che hanno dato vita ad un parco destinato ad accogliere e proteggere svariate specie di farfalle colorate, libere di volare tra piante e fiori e dove i visitatori possono osservarle da vicino. Il Laos è un Paese ancora poco sensibile alle tematiche ambientali, alla protezione della natura e alla preservazione di specie animali e floreali in pericolo di estinzione. Progetti come questi contribuiscono a sensibilizzare i visitatori e anche gli abitanti del posto sulla necessità di studiare e salvaguardare il fragile ecosistema locale.

Si prosegue poi al villaggio di Ban Muangkhai, sulla riva del Mekong per imbarcarsi a bordo di una barca tradizionale ed iniziare una dolce crociera lungo un passaggio fluviale alle luci del tramonto per rientrare a Luang Prabang.

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, detto "Sin Dat", in una zona al di fuori del classico circuito turistico.

Pernottamento in Hotel.

## GIORNO 05

4 febbraio 2025

### **Luang Prabang - grotte di Pak Ou - Pakbeng**

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.

Sistemazione nelle camere riservate nel Lodge.

Cena e pernottamento.

## GIORNO 06

5 febbraio 2025

### **Pakbeng**

Prima colazione in Hotel.

Mattinata a libera disposizione per relax.

Per chi lo desidera è possibile (con un contributo da regolare in loco di circa 35 Usd)) approfittare di un tour di circa 3/4 ore in bicicletta attraverso le zone rurali del Laos raramente viste dai turisti, passando attraverso molti villaggi delle tribù collinari.

Pranzo in Lodge e nel pomeriggio 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, rientro in Lodge.

Cena e pernottamento.

## GIORNO 07

6 febbraio 2025

### **Pakbeng - Oudomxai**

Prima colazione in Hotel.

Partenza via strada per Oudomxai, lungo un percorso che verrà interrotto da diverse soste fotografiche e ad alcuni villaggi locali.

Arrivo, pranzo e sistemazione nelle camere riservate.

Nel pomeriggio escursione alla grotta di Chom Ong. Principale attrattiva turistica di Udomxai, il vasto complesso delle grotte di Chom Ong scende per oltre 15 km sotto una dorsale carsica ammantata di foreste situata nei pressi del villaggio khamu di Ban Chom Ong, a circa 45 km da Udomxai. Queste grotte, che in alcuni punti raggiungono un'altezza interna di 40 metri, sono imponenti come una cattedrale sotterranea e nei primi 450 metri vengono illuminate da lampade ad energia solare. Nel corso di milioni di anni, le stalattiti erose dal tempo si sono rivestite di insolite incrostazioni di minerali e in alcuni casi della ghiaia depositata dagli allagamenti. Al termine della visita si prosegue lungo una strada panoramica che torna a Oudomxay, con una sosta nel villaggio di Ban Nam Plaa, abitato dall'etnia Khmu, per comprendere come vivono le etnie minori arrivate nei secoli in questa regione montuosa vicina al confine con la regione cinese dello Yunnan e che grazie al loro parziale isolamento hanno mantenuto nel tempo inalterate le loro tradizioni.



Rientro in Resort e tempo per relax.

Cena e pernottamento.

## GIORNO 08

7 febbraio 2025

### **Oudomxai: visita villaggi minoranze etniche**

Prima colazione in Resort.

Partenza a bordo di un veicolo 4x4 con il quale si raggiungono alcuni villaggi di due tipiche minoranze etniche Laotiane ovvero gli Ikhon e i Hmong.

Il percorso attraversa uno stupendo paesaggio, salendo fino a circa 1.000 metri sul livello del mare, dove si può godere di una vista memorabile di tutta l'area circostante.

La prima visita è al bellissimo villaggio Ikhon, completamente isolato dalla "civiltà".

Questa etnia ha radici in Yunnan e Tibet ed è una delle poche etnie a non essere stata influenzata dalla modernità.

Subito dopo pranzo si prosegue attraverso una strada panoramica fino al villaggio Hmong di Ban Tauser, un'etnia è originaria del Tibet. Tempo per scoprire gli usi, costumi e stile di vita.

Rientro in Resort e tempo per relax.

Cena e pernottamento.

## GIORNO 09

8 febbraio 2025

### **Oudomxai - 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 10

9 febbraio 2025

### **Nong Khiaw**

Prima colazione in Hotel.

Si sale a bordo della barca privata per esplorare ulteriormente il bellissimo fiume Nam Ou. Navigando a valle circondati da imponenti scenari calcarei, si visita il villaggio di Ban Houy Koung dove i cordiali abitanti sono di etnia Khmu. Si prosegue con la crociera fino alla tappa successiva al villaggio di Ban Nongkham, dove la gente del posto è specializzata nella tessitura, raggiungeremo poi il villaggio di Ban Hat Khib, che è il primo villaggio a monte della diga idroelettrica di Nam Ou. Da qui, risaliamo il fiume fino a Nong Khiaw, arrivando nel primo pomeriggio con il resto della giornata a disposizione per relax.

Pensione completa con pranzo al sacco e cena in Hotel.

Pernottamento.

## GIORNO 11

10 febbraio 2025

### **Nong Khiaw - Luang Prabang - Vientiane**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento via strada direttamente fino a Luang Prabang.

Arrivo in tarda mattinata alla stazione del treno di Luang Prabang e partenza con il treno per Vientiane delle ore 14.45. Pranzo al sacco. Arrivo alle 16.34 e trasferimento in Hotel.

Originariamente chiamata Viang Chang ("la città della luna") Vientiane divenne la capitale del "regno del milione di elefanti" nel 1560 durante il regno di re Setthatirath.

Verso le 18,00 partenza per una visita panoramica della città in tuk tuk, mezzo di trasporto locale motorizzato). Si visiterà il mercato notturno nei pressi del That Luang per apprendere le pietanze laotiane e i propri ingredienti e i prodotti tipici. Al termine della visita si prosegue fino ad un tipico ristorante "Sin Dat" o più comunemente lao BBQ per assaggiare alcuni piatti locali.

Pernottamento in Hotel.

GIORNO 12

11 febbraio 2025

### **Vientiane - Pakse - Wat Phu - Don Daeng**

Prima colazione in Hotel.

Partenza in prima mattinata per la visita della capitale laotiana, tranquilla città bagnata dal fiume Mekong che la divide dalla vicina Thailandia e che ne conferisce un aspetto placido ed accogliente.

Visita alla COPE, cioè un centro di riabilitazione e sostegno per persone che hanno subito infortuni a causa delle bombe a grappolo scaricate in Laos dai bombardieri americani durante il conflitto con il Vietnam, rimaste per lunghi anni inesplose nelle campagne del Paese.

Proseguimento per il sacro stupa di That Luang, risalente al 1566 e voluto, secondo un'iscrizione, dal re Setthatirath per conservare una misteriosa reliquia del Buddha. Sosta per una foto all'imponente Patuxay, anche conosciuto come "l'arco di trionfo laotiano", un memoriale dedicato ai laotiani deceduti in qualsiasi guerra, lasciato parzialmente incompleto, ma divenuto l'inconfondibile simbolo della città. Patuxay significa "porta della vittoria".

Trasferimento in aeroporto in tempo utile per la partenza del volo di linea Lao Airlines per Pakse delle 11.55.

Arrivo alle 12.55, incontro con l'organizzazione locale e pranzo in ristorante locale.

Proseguimento poi via strada lungo il Mekong per andare a visitare 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.

Al termine della visita, proseguimento presso l'isola di Don Daeng e sistemazione nelle camere riservate. Tempo a disposizione per relax o per un giro in bicicletta facoltativo (biciclette ad uso gratuito fornite dall'Hotel).

Nel tardo pomeriggio, imbarco su una imbarcazione privata per effettuare una crociera al tramonto lungo il maestoso fiume Mekong con sosta a "Turtle Island", proprio al centro del corso fluviale, per godere della magica luce al crepuscolo sulla spiaggia sabbiosa. A bordo verranno serviti snack e bevande. Rientro, cena e pernottamento in Hotel.

## GIORNO 13

12 febbraio 2025

### **Don Daeng - escursione al Boulevan Plateau**

Prima colazione in Hotel.

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

Arrivo alla suggestiva cascata di Tad Lo e incontro con la guida locale, esperta del luogo, prima di proseguire l'esplorazione del Boulevan a bordo di jeep vintage, il mezzo ideale per scoprirne l'entroterra.

Durante l'escursione sono previste soste ad alcuni villaggi di minoranze etniche per poi raggiungere una piantagione di caffè da visitare a piedi: qui la produzione beneficia di un microclima particolarmente favorevole ed è interessante scoprire il processo tramite il quale il caffè giunge nelle nostre tazzine. Pranzo in ristorante locale presso la piantagione.

Rientro alla località di Paksong sempre in fuoristrada lungo le strade meno battute e poi con il pulmino fino all'Hotel a Don Daeng.

Cena in Hotel e pernottamento.

## GIORNO 14

13 febbraio 2025

### **Don Daeng - escursione nelle "Quattromila isole"**

Prima colazione in Hotel.

Giornata dedicata all'esplorazione dell'area naturale delle cosiddette Quattromila Isole (o in laotiano "Si Phan Don"), 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.

Navigando verso sud ci si ferma all'isola di Don Khong, dove visiteremo una famiglia locale a Ban Hang Khong per imparare a produrre tradizionali fogli di riso fatti in casa e noodles di riso. Proseguiremo verso l'isola di Don Som, con una sosta a Ban Thapho, dove la gente del posto ci insegnerà a realizzare a mano cappelli da contadino con foglie di palma, da portare a casa come souvenir.

Sosta all'antico tempio buddista Wat Keng Koum prima di proseguire lungo il Mekong. E' poi prevista una tappa a Don Thorlathee, dove gli abitanti del villaggio producono splendidi oggetti artigianali intrecciati a mano con il bambù.

Si conclude la crociera con la visita all'isola di Don Xang, per una breve passeggiata, per poi rientrare in Hotel all'isola di Don Khone.

Pensione completa con pranzo in ristorante locale e cena in Hotel.

Pernottamento.

## GIORNO 15

14 febbraio 2025

### **Don Daeng - Ubon Ratchatani - volo di rientro in Italia**

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento al confine con la Thailandia e proseguimento (con un altro mezzo) fino all'aeroporto di Ubon Ratchatani. Partenza con volo di rientro in Italia.

## GIORNO 16

15 febbraio 2025

### **Arrivo in Italia**

Arrivo in Italia previsto in giornata.

---

## **Quote di partecipazione**

## Quote individuali di partecipazione in camera doppia

### Quote

Da 10 a 12 partecipanti € 4.500,00

### Supplementi

Suppl. camera singola € 950,00

Quota volo Thai Airways International in classe economica  
Comprensiva di assicurazioni, tasse e fuel surcharge a  
partire da € 1.600,00

Quota gestione pratica € 90,00

## INCLUSO NELLA QUOTA

- Assistenza di qualificato personale aeroportuale alla partenza da Milano/Roma
- Volo di linea regionale Lao Airlines da Vientiane a Pakse, in classe economica
- Tutti i trasferimenti in Laos con veicolo privato climatizzato (pulmino) e autista di lingua locale
- Tutte le navigazioni indicate in programma con imbarcazioni turistiche locali ad uso privato
- Pernottamenti in camera doppia standard presso alberghi di categoria "boutique" e 4 stelle, come sopra indicati (o similari)
- Trattamento di pensione completa con pasti in ristoranti locali (menù fisso o buffet) o pic-nic, come indicato in programma
- Guida/accompagnatore locale di nazionalità italiana per tutto il tour in Laos (fino al confine thailandese)
- Accompagnatore EARTH da Milano
- Trasferimenti e visite guidate compresi gli ingressi ai monumenti e alle aree archeologiche indicate in programma

- Guida dell'Indocina (una per camera) e zainetto da viaggio

## ESCLUSO DALLA QUOTA

- Quota volo per Luang Prabang e da Ubon Ratchatani - indicato a parte
- Visto laotiano (vedere dettagli sotto indicati)
- Escursioni e visite facoltative, non previste in programma
- Early check-in (prima delle ore 14) e late check-out (dopo le ore 12) negli Hotel
- Pasti non previsti in programma, menù à la carte, bevande, facchinaggi, mance, extra di carattere personale e tutto quanto non espressamente indicato.

## NOTE

### Operativo volo da Milano Malpensa

31 gennaio	TG 941	Milano Malpensa - Bangkok	1305	0555+1 del 1° febbraio
1° febbraio	PG:TG7052	Bangkok - Luang Prabang	0925	1135
14 febbraio	TG 029	Ubon Ratchatani - Bangkok	1755	1900
15 febbraio	TG 940	Bangkok - Milano Malpensa	0035	0710

### 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 **maggio 2024**.

Le quote di partecipazione indicate sono espresse in Euro, sono intese per persona e sono state calcolate in base al cambio valutario: **1 Euro = 1,09 USD**.

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.

### **Minimo partecipanti**

Per l'effettuazione di questo viaggio è previsto un numero minimo di 10 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 35% fino a 92 giorni prima della partenza del viaggio
- penalità del 45% da 91 a 62 giorni prima della partenza del viaggio
- penalità del 80% da 61 a 31 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.

**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 € 30.000 per persona
- **Bagaglio:** furto, rapina, scippo, incendio mancata riconsegna, fino a € 750. Spese di prima necessità per ritardata (12 H) o mancata riconsegna da parte del vettore, fino a € 250
- **Annullamento Viaggio:** indennizzo della penale fino a € 10.000 per persona e € 50.000 per evento
- **Interruzione Viaggio:** rimborso dei giorni non usufruiti, fino a € 5.000 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 per persona

- **Polizza Infortuni in viaggio:** € 150.000 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

#### 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'applicazione 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 Km<sup>2</sup>, 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.