



LAOS
**Speciale Agosto - Laos - Partenza 10
Agosto 2023**

Tour esclusivo Earth con accompagnatore locale parlante italiano

Quote a partire da

€ 3.150,00

Date di partenza

10/08/2023

Giorni di viaggio

10

Caratteristiche di viaggio

In estate il Laos è un tripudio di colorati fiori tropicali, di profumi intensi, di fitta vegetazione attraversata da corsi d'acqua che, saltellando da una cascata all'altra, vanno a gonfiare il grande fiume Mekong.

Le risaie ed i campi, alimentati dall'acqua piovana grazie ai millenari ritmi del monsone, tornano a vivere e a regalare alla gente del posto i preziosi frutti della terra.

Viaggiare in Laos ad agosto consentirà di apprezzare appieno un Paese che, per gran parte avvolto nella natura incontaminata, proprio in estate offre il suo massimo a livello paesaggistico.

L'esperienza di viaggio comincia da **Vientiane**, la più atipica capitale asiatica per via delle sue dimensioni ridotte e per la sua atmosfera tranquilla, prosegue con la **regione meridionale delle "quattromila isole"**, dominata dal fiume Mekong nella sua versione più placida e ampia, nonché dall'imponente **altipiano di Boulevan**, per poi concludersi con la visita di un vero e proprio gioiello culturale e naturale, la cittadina di **Luang Prabang** con i suoi dintorni.

Viaggiare in Laos significa scoprire un Paese insensibile alla frenesia della globalizzazione e indifferente nei confronti della rincorsa forzata alla modernità: il Laos oggi è uno "stato mentale" che si nutre di spiritualità buddista, che si fonda sulla serenità, sui ritmi di vita pacifici e sull'equilibrio con la sua avvolgente natura tropicale.

In evidenza

- Tutte le località imperdibili del Laos racchiuse in un unico viaggio
- Visita al sito archeologico di Wat Phu, uno dei più affascinanti templi pre-angkoriani del Sud Est Asiatico
- Escursione in jeep vintage alle piantagioni di caffè del Boulevan Plateau
- Incontro con i locali: partecipazione alla cerimonia "basi", partita a "pétanque" (bocce) e barbecue laotiano
- Camere in Hotel a disposizione fino all'ora della partenza l'ultimo giorno a Luang Prabang con late check-out

Servizi

- Il tour viene effettuato in un gruppo esclusivo di Earth (massimo 16 partecipanti) con l'assistenza di un accompagnatore locale di nazionalità italiana per tutto il percorso in Laos
 - Pernottamenti in alberghi di categoria "superior" (3/4 stelle locali) e trattamento di mezza pensione.
 - I voli di linea internazionali (operati con ITA Airways e Vietnam Airlines da/per Milano Linate) ed interni (Lao Airlines) sono inclusi nel pacchetto di viaggio.
 - Assistenza EARTH H24 per tutto il tour.
-

Programma di viaggio

GIORNO 01

10 agosto 2023

Partenza da Milano Linate

Al mattino presto, incontro dei sigg. Partecipanti presso l'aeroporto di Milano Linate. Disbrigo delle formalità di check-in con l'assistenza di qualificato personale aeroportuale. Partenza con voli di linea ITA Airways e Vietnam Airlines per Vientiane, via Parigi e Hanoi. Pasti e pernottamento a bordo.

GIORNO 02

11 agosto 2023

Arrivo a Vientiane

Arrivo all'aeroporto internazionale di Vientiane, disbrigo individuale delle formalità doganali, ritiro del bagaglio e incontro con la nostra organizzazione fuori dagli arrivi internazionali per il trasferimento in città.

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.

Resto della giornata dedicato alla visita della città, bagnata dal fiume Mekong che la divide dalla vicina Thailandia: le prime soste sono previste presso il più antico tempio cittadino, il Wat Sisaket con le sue migliaia di statuette in miniatura di Buddha e al Wat Prakeo, cioè la ricostruzione dell’antico tempio reale che in passato custodiva la famosa immagine del “Buddha di Smeraldo”, ora conservata a Bangkok in Thailandia.

Proseguimento con il sacro stupa di That Luang, risalente al 1566 e voluto, secondo un’iscrizione, dal re Setthatirath per conservare una misteriosa reliquia del Buddha.

Conclusione del giro con tappa 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”.

Cena in ristorante locale e pernottamento in Hotel.

GIORNO 03

12 agosto 2023

Vientiane - volo per Pakse - Wat Phu - Champasak

Al mattino presto, trasferimento in aeroporto e partenza con il volo di linea Lao Airlines mattutino per Pakse (l'albergo fornirà una box con la colazione da portare con sé, i biglietti aerei verranno consegnati dalla guida in loco).

Arrivo dopo circa un’ora e un quarto di volo e proseguimento via strada in direzione della cittadina di Champasak, per dedicare il resto della mattinata alla visita della città storica e dei piccoli villaggi circostanti, situati sulla riva occidentale del Mekong.

Inizio con una passeggiata lungo la strada principale, durante la quale la guida illustrerà la ricca storia di questa città dichiarata Patrimonio dell’Umanità. Si potranno ammirare l’architettura tradizionale della Casa Reale, le strutture tradizionali in legno e gli edifici coloniali di ispirazione francese.

Lungo la strada, sosta al laboratorio di un vasaio per osservare le abilità tradizionali applicate in modo contemporaneo.

Successivamente, tappa al Sisumang Buddha, un’enorme immagine seduta del Buddha

situata sui resti di un tempio pre-angkoriano.

Dopo una breve visita al tempio di Vat Pa Non, proseguimento lungo il tranquillo sentiero ombreggiato che costeggia il fiume da cui si ammirano alcuni templi antichi e moderni e una vecchia chiesa cattolica di epoca franco-coloniale.

Si potranno incontrare anche gli amichevoli abitanti dei villaggi locali e osservare come realizzano i tradizionali cesti di riso e le trappole per pesci in bambù.

Conclusione della passeggiata all'altezza del tempio di Vat Kuang Kang.

Nel pomeriggio trasferimento al 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, ma il sito era considerato sacro già a partire dal V secolo anche per la sua collocazione alle pendici del monte Phou Khao, venerato per la sua forma simile ad un "lingam".

Al termine, rientro a Champasak e sistemazione in Hotel.

Cena in Hotel e pernottamento.

GIORNO 04

13 agosto 2023

Champasak - escursione nel 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.

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

Cena in Hotel e pernottamento.

GIORNO 05

14 agosto 2023

Champasak - escursione alle Quattromila Isole

Prima colazione in Hotel.

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

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

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

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

Al termine delle visite, rientro in Hotel a Champasak.

Cena in Hotel e pernottamento.

GIORNO 06

15 agosto 2023

Champasak - Pakse - volo per Luang Prabang

Prima colazione in Hotel.

Mattinata a disposizione per relax in Hotel.

Trasferimento poi in aeroporto e partenza con il volo di linea Lao Airlines pomeridiano per Luang Prabang.

Arrivo dopo circa un'ora e quaranta minuti di volo e trasferimento in Hotel.

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

Il rito, officiato dai capi villaggio o da veri e propri sciamani, viene celebrato in maniera autentica e tradizionale e termina con l'usanza di legarsi dei braccialetti di cotone bianco ai polsi come simbolo di protezione. I laotiani credono che un essere umano sia un'unione di trentadue organi, ognuno ha uno spirito o "Khuan" (la parola lao per spirito) per proteggerli. Questi spiriti spesso vagano fuori dal corpo causando uno squilibrio dell'anima che potrebbe portare a una malattia. La legatura del braccialetto di cotone bianco al polso rappresenta la legatura dei 32 spiriti al corpo, rimettendoli in armonia e portando fortuna e prosperità.

Terminata la cerimonia, passeggiata orientativa nella penisola di Luang Prabang passando attraverso il mercato notturno: nella via centrale ogni sera si svolge un mercatino in cui è possibile trovare piccoli oggetti artigianali, tessuti, pietanze locali, bevande e souvenir di ogni tipo.

Cena in ristorante locale e pernottamento in Hotel.

GIORNO 07

16 agosto 2023

Luang Prabang

Prima colazione in Hotel.

Giornata interamente dedicata alla visita di Luang Prabang, cittadina da secoli considerata il cuore culturale del Laos. Dal 1995 gode della protezione dell'Unesco come patrimonio mondiale dell'umanità: nella penisola che la accoglie, circondata dai fiumi Mekong e Nam Khan, il tempo pare essersi fermato conservando intatta quell'atmosfera suggestiva sprigionata dai suoi spettacolari templi e dai bellissimi edifici in stile coloniale francese. 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.

Visita all'Heuan Chan, una tradizionale casa in legno risalente al XIX secolo. In lingua laotiana, Heuan significa casa e la proprietaria di questa casa era la signora Chan, da cui deriva il nome. Rappresenta un rarissimo esempio di dimora aristocratica in stile laotiano precoloniale.

Tappa al magnifico Wat Xiengthong, uno dei templi più raffinati del Paese e celebre per il suo particolare tetto in tipico stile laotiano, risalente al XVI secolo.

Il giro tocca anche il bellissimo il santuario di Wat Mai, edificato nel XVIII secolo come monastero buddista con funzioni di cappella reale ed il Wat Sisoun, suggestivo luogo di meditazione e raccoglimento, adorno solo di un portale in legno finemente cesellato che da solo merita la visita.

Visita al Traditional Arts and Ethnology Centre, un museo interattivo dedicato ai numerosi gruppi etnici che vivono in Laos.

Conclusione della 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 08

17 agosto 2023

Luang Prabang

Chi desidera alzarsi al mattino presto potrà assistere al "Tak Bat", la questua dei monaci, cioè una lunga processione silenziosa di monaci in abito arancione che alle prime luci dell'alba attraversa le strade per ricevere manciate di riso caldo e profumato, che la popolazione locale offre in cestini di vimini. 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 al molo e inizio di una piacevole crociera sul Mekong, con soste durante la navigazione per visitare alcuni tradizionali villaggi, tra cui Ban Chan, famoso per il suo artigianato in creta e Ban Xieng Men: qui sbarco e passeggiata fino al Wat Chom Phet un tempio costruito dall'esercito Siamese nel 1880 e al tempio di Wat Long Khoum dove i reali erano soliti dirigersi per meditare.

Nel pomeriggio, 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.

Rientro a Luang Prabang con sosta lungo il percorso al villaggio di Ban Muangkeo, famoso per la produzione "casalinga" del whisky di riso.

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.

Si potrà giocare qualche partita e consumare qualche birra insieme agli abitanti del posto, prima del trasferimento in ristorante locale per gustare a cena un tipico barbecue laotiano, in una zona al di fuori del classico circuito turistico.

Rientro in Hotel e pernottamento.

GIORNO 09

18 agosto 2023

Luang Prabang - partenza per l'Italia

Prima colazione in Hotel.

Trasferimento via strada ad una fattoria biologica dove sarà possibile scoprire e comprendere in modo interattivo ciascun passaggio della raccolta del riso e l'uso degli strumenti appositamente creati per le varie fasi.

La visita, condotta da una guida agricola locale, si conclude con un assaggio di pietanze tradizionali ottenute con il riso: l'interazione con i contadini del posto accrescerà l'ammirazione per il popolo laotiano che tuttora coltiva la terra senza l'uso di macchinari moderni.

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

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

Tempo permettendo, passeggiata poi nel vicino Butterfly Park, un affascinante giardino

dedicato alle farfalle dove si potranno ammirare decine di specie di questi coloratissimi e delicati insetti.

Rientro infine in Hotel a Luang Prabang con camera a disposizione (late check-out) per cambiarsi e rinfrescarsi prima del viaggio di rientro in Italia.

Trasferimento in aeroporto in tempo utile per la partenza del volo internazionale Vietnam Airlines di rientro in Italia, via Hanoi e Parigi.

GIORNO 10

19 agosto 2023

Arrivo in Italia

Arrivo in Italia previsto in giornata.

Quote di partecipazione

Quote individuali di partecipazione in camera doppia

Quote

Da 10 a 13 partecipanti € 3.250,00

Da 14 a 16 partecipanti € 3.150,00

Supplementi

Suppl. camera singola € 450,00

Tasse aeroportuali e fuel surcharge (da riconfermare all'emissione) € 420,00

Partenze da altri aeroporti in aggiornamento

Quota gestione pratica

€ 90,00

NOTE

Quote di partecipazione

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

Le quote di partecipazione indicate sono espresse in Euro, sono intese per persona e sono state calcolate in base al cambio valutario: **1 Euro = 1,04 USD**.

Le tariffe aeree sono state calcolate in base ad una specifica classe di prenotazione (economy) e compagnie aeree di linea (ITA Airways e Vietnam Airlines), in partenza da Milano Linate. Le quotazioni alberghiere sono riferite agli hotel indicati, o similari.

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), al consumatore che receda dal contratto prima della partenza in caso di annullamento saranno addebitate le penalità nella seguente misura:

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

Nessun rimborso spetterà a chi rinuncerà dopo tale termine.

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

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

Si precisa che:

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

Ai sensi dell'art ex art. 47 1° comma lett. g. del Codice del Consumo si comunica che nei contratti conclusi a distanza è escluso il diritto di recesso. Ai sensi dell'art. 41 comma 7 del Codice del Turismo si comunica che nei contratti negoziati fuori dai locali commerciali nei casi di offerte con tariffe sensibilmente diminuite rispetto alle offerte concorrenti è escluso il diritto di recesso. Si rendono perciò applicabili al viaggiatore/consumatore che recedono dal contratto sottoscritto a distanza o fuori dai locali commerciali con tariffe sensibilmente diminuite rispetto alle offerte concorrenti le penali d'annullamento previste nella scheda tecnica.

Ai sensi dell'articolo 59 del Codice del Consumo, Decreto Legislativo 6 settembre 2005, n. 206 modificato in seguito al D.lgs 21 febbraio 2014 n.21, il diritto di recesso è escluso relativamente ai contratti per la fornitura di alloggi, trasporti, servizi di noleggio di autovetture, catering o servizi relativi alle attività di tempo libero, se il contratto prevede una data o un periodo

specifico per la prestazione. Si rendono perciò applicabili al consumatore che recede dal contratto sottoscritto a distanza o negoziato fuori dei locali commerciali le penali d'annullamento previste e indicate in ogni singolo servizio.

INCLUSO NELLA QUOTA

- Assistenza di qualificato personale aeroportuale alla partenza da Milano Linate
- Voli di linea internazionali Vietnam Airlines e ITA Airways da Luang Prabang a Milano Linate, via Hanoi e Parigi, in classe economica
- Voli di linea nazionali Lao Airlines da Vientiane a Pakse e da Pakse a Luang Prabang, in classe economica
- Tutti i trasferimenti in Laos con veicolo privato climatizzato (bus) e autista di lingua locale
- Tutte le navigazioni indicate in programma con imbarcazioni turistiche locali ad uso privato
- 7 pernottamenti in camera doppia standard presso gli alberghi di categoria "superior" sotto indicati
- Camere a disposizione fino alla partenza (late check-out alle ore 18) in Hotel a Luang Prabang il 9° giorno
- Trattamento di mezza pensione con pasti a menù fisso o buffet, in ristorante locale o albergo, come indicato in programma (dalla cena del 2° giorno alla prima colazione del 9° giorno)
- **Guida/accompagnatore di nazionalità italiana per tutto il tour in Laos**
- 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

- Tasse aeroportuali e fuel surcharge (Euro 420,00 da riconfermare)
- Visto turistico laotiano (obbligatorio, vedere istruzioni sotto indicate)
- 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
- Pasti non previsti in programma, menù à la carte, bevande, mance, facchinaggi, extra di carattere personale e tutto quanto non espressamente indicato.

E' importante sapere che

Informazioni importanti

Viaggi personalizzati

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

Collegamenti aerei

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

Gli hotel

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

Mezzi di trasporto

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

Guide

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

Visti

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

Informazioni utili

Documenti per l'espatrio

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

Disposizioni sanitarie

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

Valuta

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

Bagaglio

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

Dogana

E' vietato importare droga, riviste pornografiche e armi. E' severamente vietato esportare immagini del Buddha vecchie o antiche. Per esportare oggetti di antiquariato o oggetti

d'arte (copie o originali) è necessario richiedere il permesso al Ministero delle Belle Arti.

Tasse aeroportuali

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

Telefono

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

Ora locale

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

Mance

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

Lingua

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

Popolazione

Il Laos prende nome dal suo principale gruppo etnico, i Lao. Anteriormente il Paese aveva conosciuto le invasioni di diverse culture come i Mon e i Khmer ed in seguito di altri popoli originari della Cina meridionale, sui quali si affermò il gruppo etnico dei Lao, strettamente legato alla popolazione Thai. Il 50% della popolazione laotiana è formato dai Lao Lum che vivono lungo tutto il bacino del Mekong. Altre minoranze (circa 68 diversi gruppi etnici) vivono sparse sul territorio occupando principalmente aree di montagna. Fra queste vi sono i Lao Thai nella regione centro-orientale, i Theung o Kha nella regione settentrionale, e i Sung anch’essi presenti nella regione centro-orientale. Molto importante è anche la presenza di una minoranza cinese che si concentra prevalentemente a Vientiane, Paksane e Savannakhet. In minor numero sono presenti in Laos comunità vietnamite, thailandesi, cambogiane e indiane. La popolazione oggi in Laos ha una densità di soli 20 abitanti per Km², 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.

Lettere 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.