

VIETNAM etnie del nord



In qualunque periodo dall'anno, per un minimo di anche 2 sole persone.

Perché viaggiare responsabile?

Un viaggio di turismo responsabile si basa su principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza e incontro.

Porta a visitare le bellezze naturali, storiche e artistiche del paese visitato, dando però un "valore aggiunto" al viaggio: l'incontro con le popolazioni locali è visto come momento centrale dell'esperienza turistica, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza di un altro popolo, delle sue tradizioni, dei suoi usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile mira a sostenere le economie locali dei paesi di destinazione utilizzando, per quanto possibile, servizi locali e lasciando dunque la maggior parte dei proventi turistici alle popolazioni locali.

Le comunità visitate sono protagoniste nella gestione del viaggio o di una parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici che ne derivano.



PROGRAMMA DI VIAGGIO

27 luglio: Partenza dall'Italia

28 luglio: ARRIVO AD HANOI

Arrivo ad **Hanoi**, accoglienza da parte della nostra guida e trasferimento in città. Sistemazione in albergo.

Giro in cyclo per le strade della città vecchia, l'antico quartiere delle 36 strade e delle corporazioni (durata un'ora circa).

In serata, a teatro, spettacolo di marionette sull'acqua.

Cena in ristorante locale.

Pernottamento in hotel ad Hanoi. (cena inclusa)



Hanoi è la capitale del Vietnam. La città è una miscela di Oriente ed Occidente con influenze cinesi e francesi risalenti al periodo coloniale. Numerosi i palazzi dalla facciata severa e spoglia, tipici dell'era comunista ma non mancano gli edifici ultramoderni secondo la moda imperante nelle grandi metropoli del Sud-Est Asiatico.

29 luglio: HANOI – LAO CAI

Dopo colazione, giornata dedicata alla scoperta dell'antica Hanoi, città millenaria: **la Pagoda Tran Quoc** la più antica pagoda del paese, **il Mausoleo del Presidente Ho Chi Minh** (*parte esterna*) in cui sorge **l'antica casa di legno su palafitta ed il suo bucolico giardino** (*chiusi il lunedì pomeriggio*), **la Pagoda a Pilastro Unico**, datata XI secolo, legata alla leggenda della Dinastia Ly, fondatrice della capitale Hanoi.



Proseguimento della visita del **Tempio della letteratura** – la prima università del Vietnam e del **Museo etnografico** (*chiuso il lunedì*), un museo che rappresenta la vita e i costumi tradizionali delle 54 etnie presenti sul territorio vietnamita. Cena in ristorante locale.

Trasferimento alla stazione per prendere il treno notturno verso **Lao Cai**.

Pernottamento a bordo del treno, in cuccetta climatizzata da 4 posti condivisa con altri viaggiatori. (colazione e cena inclusi)

30 luglio: LAO CAI – BAC HA

Arrivo di buon'ora a **Lao Cai**, accoglienza da parte della guida e trasferimento in auto privata a **Bac Ha**.

Prima colazione in homestay.

Visita del **Palazzo del Re Meo Hoang a Tuong**, camminata a piedi ai **villaggi locali delle minoranze etniche**.

Ritorno e cena in una casa locale. Pernottamento a Bac Ha. (colazione e cena inclusi)



Il piccolo villaggio di Bac Ha, a 60 chilometri da Lao Cai e 80 km da Sapa, è uno dei luoghi più autentici per vedere i vari gruppi etnici vietnamiti, che si riuniscono nel suo popolare e colorato mercato.

31 luglio: BAC HA – SA PA

Dopo colazione, visita del **mercato di Sin Cheng** (*aperto solo il mercoledì*) è un piccolo mercato nel distretto di Si Ma Cai, a 37 km da Bac Ha, è un posto ideale per vedere i costumi tipici delle minoranze etniche degli H'mong bianchi, degli H'mong fiore, dei Dzao nero, dei Tay e degli Giay. Sin Cheng è il mercato più autentico della zona e si trova nei pressi del confine sino-vietnamita.

Poi partenza in auto per **Sa Pa**.

Dopo circa 3 ore, sistemazione in albergo.

Camminata di circa 2-2.5 ore al **villaggio di Sin Chai**.



Cena in ristorante locale. Pernottamento a Sa Pa. (colazione e cena inclusi)

Sa Pa è una città di frontiera e un centro della provincia di Lao Cai, nel nord-ovest del Vietnam, dove ha luogo il principale mercato locale della zona, dove si riuniscono diverse minoranze etniche come Hmong, Dzao, Dzay e Tay.

1 agosto: SA PA – LAO CAI – HANOI

Prima colazione in albergo.

Trasferimento in auto verso il **villaggio di Lao Chai** (villaggio dei H'mong neri), camminata di circa 2.5-3 ore al **villaggio di Ta Van** (etnia Dzay) attraversando la valle di Muong Hoa. Pranzo libero.

Trasferimento in automobile alla stazione di **Lao Cai**.

Pernottamento a bordo del treno, in cuccetta da 4 posti condivisa con altri viaggiatori. (colazione inclusa)



2 agosto: HA NOI – HA LONG

Arrivo in prima mattina ad **Hanoi**, trasferimento in hotel e prima colazione. Partenza in auto per **Ha Long**.

Arrivo al molo verso mezzogiorno e sistemazione a bordo di una piccola nave da crociera (Giunca). Sistemazione in cabina confortevole fornita di acqua calda, climatizzazione e vista straordinaria sulla baia. Pasto servito a bordo, preparato dai marinai. Crociera attraverso la straordinaria **Baia di Halong**, una delle meraviglie del mondo. Cena speciale.

Pernottamento a bordo della giunca. (colazione, pranzo e cena inclusi)



La Baia di Ha Long è un'insenatura situata nel golfo del Tonchino, in territorio vietnamita. Fa parte della provincia di Quang Ninh e comprende circa 3000 isolette calcaree con numerose grotte carsiche. La baia si trova 164 km ad est della capitale Hanoi, non lontano dal confine con la Cina.

3 agosto: HA LONG – NINH BINH

Sveglia mattutina per praticare Tai Chi ed ammirare l'alba. Colazione a bordo. Continuazione della crociera per visitare le grotte. Ricco brunch a bordo. Sbarco e trasferimento in auto a **Ninh Binh**. Arrivo nella cittadina e sistemazione in albergo. Tempo libero per camminare nei dintorni e conoscere la vita quotidiana degli abitanti. Cena libera.

Pernottamento in hotel a Ninh Binh. (colazione e brunch inclusi)



Ninh Binh è una provincia del Vietnam, situata nella regione del Delta del Fiume Rosso. È considerata una delle tre destinazioni più interessanti del Paese, con innumerevoli e maestosi paesaggi naturali.

4 agosto: NINH BINH – HA NOI – HUE

Colazione e partenza per **Trang An**, considerata la Baia di Ha long su terra, gita in barca (due ore circa) circondati da pittoreschi paesaggi e attraverso grotte naturali scavate dal fiume nella roccia carsica, in un ambiente ancora non toccato dal turismo di massa. Proseguimento in auto a **Hoa Lu**, antica capitale del Vietnam tra il X e l'XI secolo. Visita di due importantissimi templi dedicati a due antichi sovrani vietnamiti: **il re Dinh** ed **il re Le**. Ritorno in auto ad Hanoi. Trasferimento diretto all'aeroporto, per il volo verso **Hue**, l'antica capitale della dinastia Nguyen. Trasferimento e sistemazione in hotel.

Pernottamento in hotel. (colazione inclusa)



Hue è il capoluogo della provincia di Thua Thien-Hue, nella regione costiera del Centro-Nord. La città fu capitale imperiale del Vietnam. Molte reliquie architettoniche e culturali del passato si sono perfettamente conservate fino ai nostri giorni. Hue è una delle città più menzionate nella poesia e nella musica vietnamita.

5 agosto: HUE

Dopo colazione visita della **Pagoda Thien Mu**, situata lungo le sponde del fiume. Proseguimento in auto al **villaggio La Chu**. Giro in bicicletta per ammirare la natura e scoprire il pacifico villaggio e la vita quotidiana degli abitanti.

Prima del pranzo in una casa locale, sosta con visita ad una famiglia dove prepareranno e vi offriranno una torta di riso con gamberi, che si chiama "Bahn Loc", una specialità locale.

Visita dell'**antica Cittadella**, costituita dalla Fortezza reale e dalla Città proibita. La cittadella fu parzialmente distrutta dagli Americani nel 1968, durante la guerra del Vietnam.

A seguire visita al mercato locale Dong Ba.

Pernottamento in hotel a Hue. (colazione e pranzo inclusi)



6 agosto: HUE – HOI AN

Visita della **tomba dell'Imperatore Minh Mang**, l'imperatore più conosciuto tra i 13 della Dinastia Nguyen.

Trasferimento in auto a **Hoi An**, attraverso il Passo delle Nuvole. Pranzo in ristorante locale. Il pomeriggio è dedicato alla visita dell'antica città di Hoi An: il mercato Hoi An, l'antica casa di Tan Ky, il Tempio cinese Phuc Kien, il ~~per~~ ~~coperto~~ ~~giapponese~~ (chiuso per restauro) e possibilità di creare una lanterna tradizionale.

Sistemazione in hotel e pernottamento. (colazione e pranzo inclusi)



La piccola città di Hoi An è situata nel centro del Vietnam ed è stata grandemente influenzata dalla cultura giapponese, francese e cinese. Hoi An è conosciuta come "la città delle lanterne" poiché nelle notti di luna piena si illuminano migliaia di lampioni e lampade artigianali. Nel 1999, l'Unesco l'ha dichiarata Patrimonio dell'Umanità.

7 agosto: HOI AN

Colazione e giornata libera. Potrete raggiungere la spiaggia a circa 4 Km dal centro della città (*trasporto escluso*).

In alternativa, se non avrete voglia di stare al mare, potrete scegliere tra diverse escursioni:

- andare in bicicletta attraversando villaggi e campagne nei dintorni di Hoi An
- prenotare un giro alle rovine della civiltà Champa (35 km da Hoi An)
- girovagare nella città antica di Hoi An

Pernottamento in hotel a Hoi An. (colazione inclusa)

8 agosto: HOI AN – DA NANG – SAI GON

Trasferimento all'aeroporto di Da Nang e **volo mattutino per Saigon**. Arrivo dopo un'ora e trenta di volo e trasferimento in città. Pomeriggio alla scoperta della città: visita del quartiere centrale con le sue abitazioni in stile coloniale, **la Cattedrale Notre Dame**, **l'ufficio della Posta Centrale**, **il museo della Guerra** dove viene ripercorsa la storia della seconda guerra d'Indocina, più nota come "Guerra del Vietnam" ed il mercato **Ben Thanh**.

Pernottamento in hotel a Sai Gon. (colazione inclusa)



La città di Ho Chi Minh, precedentemente conosciuta come Saigon, è il centro più importante dell'economia, della cultura e dell'educazione del Vietnam. Questa città è anche la più grande, moderna e vivace città del paese con migliaia di mercati, negozi, bar, locali, ristoranti, venditori ambulanti... Molti giovani si riuniscono nelle strade affollate specialmente durante le feste e le vacanze.

9 agosto: SAI GON – CAI BE - VINH LONG

Dopo colazione, partenza per il Delta del Mekong con destinazione **Cai Be**. Dopo due ore e mezza di viaggio, vi imbarcherete su un battellino a mano per navigare lungo le piccole diramazioni del grande delta del Mekong circondati da una vegetazione lussureggiante.

A seguire gita in bicicletta intorno al villaggio per scoprire la vita quotidiana degli abitanti e visitare qualche bella pagoda sull'isola.

Cena e pernottamento in homestay a Vinh Long.

(colazione e cena inclusi)



10 agosto: VINH LONG – SAI GON

Dopo la prima colazione, ritorno in auto verso Sai Gon.

Visita al Tempio cinese di Thien Hau che ha più di 150 anni di storia e China Town, nella periferia sud-ovest di Sai Gon.

Pernottamento in hotel a Sai Gon. (colazione inclusa)

11 agosto: SAI GON – ITALIA

Prima colazione in hotel. Tempo libero fino al trasferimento in aeroporto per il volo di ritorno in Italia. (colazione inclusa)

12 agosto: arrivo in ITALIA

L'itinerario potrà subire variazioni riguardanti gli incontri e le attività in caso di momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o di variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.

MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO

L'itinerario prevede la presenza di diversi accompagnatori e guide nelle varie tappe (tutte in lingua inglese).

Spostamenti con mezzi privati e pubblici.

Sistemazione in hotel, alberghi e *Homestay* che in Vietnam si intendono una specie di Ostelli gestiti da famiglie locali, in cui si dorme in camere o camerate (dipendendo dagli *homestay*), con bagni in comune. Sono strutture piccole ma pulite, confortevoli e molto caratteristiche.

PREZZO DEL VIAGGIO a persona, in camera doppia

La partenza è garantita anche per un minimo di 2 sole persone ed i prezzi diminuiranno via via all'aumentare del numero di viaggiatori.

Calcolato su 8-10 persone:	1680 € + volo aereo (guide in inglese, italiano con supplemento ²)
Calcolato su 6-7 persone:	1760 € + volo aereo (guide in inglese, italiano con supplemento ²)
Calcolato su 4 persone:	1900 € + volo aereo (guide in inglese, italiano con supplemento ²)
Calcolato su 2 persone:	2300 € + volo aereo (guide in inglese, italiano con supplemento ²)

Costo volo aereo a partire da € 1000,00 (tasse incluse)

***I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 eur = 1.05 usd
Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento
come previsto dalle normative in materia.***

I PREZZI INCLUDONO:

- pernottamenti come da programma (in camera matrimoniale/doppia negli hotel, in camerata condivisa presso le homestay, a bordo treno in cuccetta da 4 viaggiatori e nella barca sulla baia in camera doppia)
- tutti i trasferimenti e le escursioni come da programma
- voli domestici Hanoi-Hue & Da Nang-Ho Chi Minh (in classe economica, tasse aeroportuali incluse)
- colazioni tutte comprese; pranzi e cene come descritto all'interno del programma (bevande sempre escluse ai pasti)
- guide locali in lingua inglese sempre al seguito, ad eccezione del tour nella Baia di Halong (presente solo la "guida di bordo"), nei giorni considerati liberi (non è prevista la presenza della guida) e durante i trasferimenti da/per aeroporto in auto privata (senza accompagnatore, solo autista) - (guide in italiano possibili previo pagamento supplemento² e verifica disponibilità)
- biglietti d'entrata ai siti indicati nel programma
- spettacolo delle marionette sull'acqua nel villaggio Nhan Muc
- giri in bici e attività come indicate nel programma
- assicurazione medico-bagaglio (massimale medico € 50.000)
- assicurazione contro annullamento del viaggio
- organizzazione tecnica

I PREZZI NON INCLUDONO:

- voli intercontinentali
- pasti e cene non indicate nel programma
- bevande ai pasti
- mance*
- eventuale supplemento singola (€ 380)
- ⁽²⁾ l'accompagnamento in italiano può essere previsto con un supplemento di € 600 da dividere tra i viaggiatori (e previa verifica disponibilità)
- eventuale check-in anticipato e late check-out in hotel
- eventuali mance
- Supplemento per giorni festivi (se applicabili) e per l'altissima stagione (Natale e Capodanno).
- i servizi non chiaramente indicati in "i prezzi includono"

NOTIZIE UTILI

DOCUMENTI:

E' necessario possedere il passaporto con validità residua di almeno 6 mesi, e 3 pagine libere.

Visto d'ingresso per il Vietnam: non necessario per soggiorni inferiori ai 45 giorni e ingresso singolo.

MONETA:

La valuta locale del Vietnam è il **Dong**.

Si consiglia di cambiare piccole somme per volta, poiché i Dong eventualmente rimasti non si potranno più riconvertire.

Le carte di credito sono accettate solo negli alberghi e in qualche negozio di souvenir.

Euro e dollari vengono comunemente accettati.

MANCE:

La mancia viene sempre più concepita come un elemento importante e quasi "atteso" (anche se non esplicitamente richiesto).

A puro titolo indicativo vi riporto qui di seguito una indicazione di quanto può avere senso lasciare di mancia: circa 3 usd per persona al giorno per l'autista // circa 3-5 usd per persona al giorno per la guida turistica.

CLIMA:

Il **Vietnam del Nord** è caratterizzato dalle 4 stagioni che corrispondono a quelle italiane, ma le temperature sono molto più miti. L'inverno dura da novembre ad aprile, si presenta con temperature abbastanza basse che possono scendere fino ad un minimo di 7-10°C e, durante i mesi di febbraio e marzo, con continue pioggerelline. In estate si può arrivare anche a 37-38°C.

Il **Vietnam del Centro e del Sud** presenta un clima tropicale umido. Fa sempre caldo e le temperature oscillano tra i 20° e i 30°C. Vi sono due stagioni distinte:

- **stagione secca (da dicembre a maggio):** il periodo ideale va da novembre a febbraio, quando fa fresco e secco (20-30°C); mentre da marzo a maggio/giugno fa caldo.

- **stagione tropicale (da giugno a novembre):** possono esserci delle piogge, ma di solito si tratta di scariche d'acqua della durata di 30 minuti. È una stagione strana ma piacevole (25-30°C).

SITUAZIONE SANITARIA:

In Vietnam le strutture sanitarie non sono equiparabili agli standard italiani, anche se gli ospedali delle grandi città vietnamite di Hanoi, Danang e Ho Chi Minh sono relativamente all'avanguardia e offrono buona assistenza medica. Si consiglia comunque di recarsi in ospedale solo per piccoli problemi medici o come appoggio per un immediato rimpatrio aereo del malato. Gli ospedali, statali e privati, internazionali e nazionali, di tutti i livelli, sono a pagamento.

CUCINA:

Il **Vietnam** abbonda di ristoranti per tutte le fasce di prezzi. Nel complesso la cucina è varia e molto buona. Le zuppe, il riso, le carni ed il pesce, che rappresentano elementi costanti, vengono cucinati e serviti in maniera diversa a seconda della regione, preparati in maniera simile alla cucina cinese. Unica differenza da quest'ultima è che quella vietnamita risulta molto più delicata ed apprezzata dai palati occidentali. I lunghi anni di occupazione francese hanno lasciato traccia anche nell'arte culinaria, infatti ad ogni angolo si trovano banchetti che vendono baguette di pane o croissant. Dal punto di vista igienico, i ristoranti seguono gli standard internazionali, per cui il cibo è sicuro.

ELETTRICITÀ:

Il Vietnam ha nella maggior parte dei casi corrente alternata di 220 volt (come in Italia). Le prese elettriche sono quelle internazionali a 2 fori, molto simili a quelle italiane (*NON quelle tedesche*). Può tornare molto utile una pila e una torcia. Le prese di corrente sono sia rotonde che a lamella, meglio portare un adattatore.

TELEFONO:

Il prefisso per telefonare in Vietnam dall'Italia è 0084 seguito dall'indicatore della città. Per chiamare l'Italia basta comporre lo 0039 seguito dal numero dell'abbonato desiderato. La maggioranza degli hotel e locali pubblici (ristoranti, bar, ecc.) offrono il Wi-Fi ad alta velocità e completamente gratuito.

ABBIGLIAMENTO:

È doveroso rispettare le usanze locali in fatto di vestiario, soprattutto nei siti religiosi; per esempio, bisogna ricordarsi di togliersi le scarpe per entrare nei templi e indossare abiti adeguati. Si suggerisce un abbigliamento comodo e pratico, leggero, sportivo senza dimenticare qualche capo più pesante (a seconda dei luoghi visitati e delle stagioni) e un impermeabile leggero.

FUSO ORARIO:

La differenza di ora con l'Italia è di +6 ore, che diventano +5 ore quando in Italia vige l'ora legale.

Per le **condizioni contrattuali** consultate il sito internet o richiedetele in agenzia. Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.

NOTA BENE: Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti necessari** all'effettuazione del viaggio (passaporto in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali visti e **vaccinazioni obbligatorie**).

Verificare inoltre di essere in regola con eventuali vaccinazioni obbligatorie, in particolare ponete attenzione all'obbligo di vaccinazione contro la **febbre gialla** che viene richiesta a seconda del paese di provenienza (nel caso di permanenza in più stati).

Organizzazione tecnica:

PLANET VIAGGI RESPONSABILI
Via Vasco de Gama 12a - VERONA
Tel: 045 8342630 – 045 8948363
E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it
Skype: planet.viaggi.responsabili
www.planetviaggi.it