



2026 SCHEDA VIAGGIO

PROVENZA, GOLE DEL VERDON... E UN TOCCO DI CÔTE D'AZUR

Una suggestione di colori, profumi, sapori e spettacolari panorami



SPECIALE PERCHÈ

- I pittoreschi borghi provenzali
- Il colore delle miniere di ocre del Colorado Provenzale
- L'incredibile bellezza delle Gole del Verdon

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Parco naturale regionale del Luberon
- Parco naturale regionale del Verdon

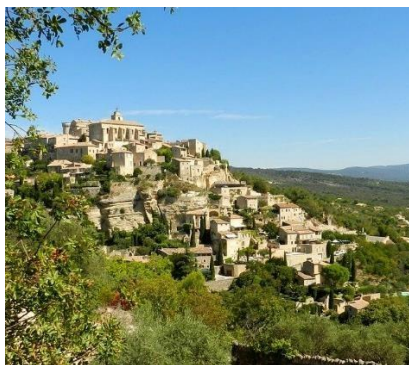
~~~~~  
Situata nella Francia del Sud, vicino al confine con l'Italia, è una terra speciale, con una forte connotazione rurale, ma allo stesso tempo raffinata, con una suggestione e un fascino unico, che con i colori intensi dei suoi paesaggi ha incantato artisti d'ogni epoca, tra cui pittori come Van Gogh, Gauguin, Picasso, Matisse, Cezanne e Chagall. Ogni angolo di questa regione s'inquadra in una cornice di colline, montagne, gole, campi di fiori e strane conformazioni rocciose che irrompono nel paesaggio all'improvviso. C'è poi un ingrediente fondamentale nell'immaginario comune che la Provenza ci fa sempre affiorare: i colori pastello e la lavanda!

Che dire, poi, della spettacolarità delle Gole del Verdon? Un luogo che lascia a bocca aperta chiunque, dove fare escursioni indimenticabili. Tutti questi elementi diventano sublimi, irraggiati da quella speciale luce mediterranea, che rende i paesaggi indimenticabili: non è un caso che siano stati immortalati nei quadri più famosi degli artisti che qui hanno vissuto. Infatti, i locali credono fortemente in una versione provenzale della Genesi, che sostiene che Dio, dopo aver contemplato la creazione del mondo e aver dato la vita ad Adamo ed Eva, decise di creare per loro un piccolo angolo di paradiso, con fertili terre ricche di colori e profumi, valli e colline dove vivere; così nacque la Provenza. Se non ci credete, venite a scoprirla con noi!

Infine non ci faremo mancare un piccolo "tocco" di Costa Azzurra, visitando la splendida Nizza. Costruita fra il mare e la montagna, intorno alla "Baia degli Angeli", la città è splendida da visitare camminando, per ammirare i suoi viali e le sue dimore aristocratiche e per perdersi nel dedalo delle stradine della Vecchia Nizza, dall'affascinante atmosfera retrò.

~~~~~





Villaggio di Gordes



Il Colorado Provenzale a Rustel



Saint-Rémy-de-Provence



Abbazia Notre Dame de Sénanque



Avignone



Gole del Verdon

GORDES – UN BALCONE SULLA PROVENZA

Un bellissimo borgo antico del sud della Francia, arroccato sul bordo meridionale dell'alto Plateau de Vaucluse. L'elemento principale del paese è la pietra: i suoi edifici sono costruiti con questo materiale e quasi sovrapposti proprio come le pietre che delimitano le proprietà lungo le strade. A dominare, quindi, è una disordinata armonia di una pietra con tonalità dal giallo al beige che si illumina d'oro con il sole della mattina e del tramonto. Il nome "Gordes" deriva dalla parola celtica "Vordense", che si è evoluta con il tempo nella forma attuale.

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 27 giugno al 4 luglio 2026 (8 giorni / 7 notti)
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons (<i>min. 5 max. 15 partecipanti</i>)
GUIDA	Manuela Grigoletto (<i>iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche</i>) <i>Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione “Le nostre guide”, o clicca QUI</i>
COSA FACCIAMO	Un tour che prevede la visita di tre località: Provenza, Verdon, Nizza, con spostamenti in auto di media durata. Un mix fra natura e cultura, on the road e a piedi. Escursioni a piedi di difficoltà ; visite ed escursioni ai centri principali, ai monumenti più belli della Provenza, ai piccoli paesini dal fascino unico, passeggiate in un ambiente ricco di storia, natura e cultura. <i>Le escursioni sono di media difficoltà, accessibili a tutti coloro dotati di un minimo di allenamento. Non hanno dislivelli particolarmente elevati, ma sono a volte lunghe e su itinerari non ombreggiati. In alcuni tratti si possono trovare sentieri sconnessi e con fondo bagnato. Il percorso alle Gole del Verdon non è particolarmente impegnativo, ma presenta tratti esposti, comunque ben protetti da strutture tipo corde, corrimano, e vari scalini in ferro su una stretta gola. Sono presenti, inoltre, gallerie NON illuminate. Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Hotel ***: 4 notti in Provenza (Cavaillon o L'Isle-sur-la-Sorgue), 2 notti nella zona del Verdon (Castellane) e 1 notte a Nizza.
PASTI INCLUSI	Le prime colazioni in hotel; 2 cene in hotel nel Verdon;
PASTI NON INCLUSI	- tutti i pranzi al sacco o tavola calda/bistrot (stimare 10,00€/20,00€); - 5 cene (stimare circa 35,00€)
DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
COME SI RAGGIUNGE	• Minivan da/per Milano (non incluso) ** • Volo di linea o low-cost A/R Nizza (non incluso) **Minivan da Milano: per chi desidera e previa disponibilità, sarà possibile usufruire del minivan condotto dalla nostra guida da/per Milano, considerando un forfait trasporti di €80,00, da versare al momento della prenotazione. Comprensivo di: trasporto A/R da/per Milano, carburante, pedaggi.
TRASPORTI LOCALI	Minivan a noleggio condotto dalla guida per gli spostamenti in loco (<i>incluso nella quota</i>)
INIZIO E FINE DEL VIAGGIO	INIZIO VIAGGIO - Minivan: ore 10:00 appuntamento alla Stazione Centrale di Milano - Aereo: ore 16:00 aeroporto di Nizza. Incontro con la guida ed il resto del gruppo e trasferimento a Cavaillon. FINE VIAGGIO - Minivan: dopo la prima colazione, partenza per il rientro a Milano. Arrivo previsto per le ore 15.00 circa (per eventuali proseguimenti in treno per le località di provenienza, considerare la partenza dalle ore 15:30) - Aereo: dopo la prima colazione, trasferimento libero in aeroporto a Nizza, in base all'orario di partenza del vostro volo di rientro
DOCUMENTI	• Carta di Identità, valida per tutta la durata del viaggio • Tessera sanitaria

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO

ITALIA – PROVENZA

Per chi viaggia in minivan: incontro a Milano con la guida e partenza per la Provenza. Prevista sosta per pranzo in autogrill lungo il viaggio.

Per chi viaggia in aereo: incontro con la guida ed il resto del gruppo all'aeroporto di Nizza.

Trasferimento a Cavaillon. Arrivo nel tardo pomeriggio e sistemazione in hotel. Assegnazione delle camere riservate. Breve introduzione del viaggio da parte della nostra guida. Cena in hotel o ristorante convenzionato e pernottamento.

NB Per regolamento internazionale le camere sono disponibili a partire dal primo pomeriggio. È facoltà dell'hotel assegnarle prima nel caso in cui fossero già disponibili e preparate.

2° GIORNO

GORDES – dal pittoresco borgo alla medievale Abbazia di Notre Dame de Sénanque

Dopo colazione, trasferimento in auto verso il magnifico borgo di **Gordes**, etichettato, giustamente, come uno dei villaggi più belli di Francia. Visitiamo il paesino e iniziamo la nostra escursione toccando dapprima le belle stradine ai suoi piedi e poi inoltrandoci nel sentiero che ci porta verso nord, sfiorando di volta in volta il bel torrente Senancole, fino alla famosa Abbazia medievale di **Notre Dame de Sénanque**. Visita libera dell'Abbazia (*ingresso da acquistare in loco*). La nostra escursione è ad anello: faremo ritorno in paese attraverso un altro piacevole sentiero. *Pranzo al sacco durante la giornata.*

Dislivello: 340 m – **Lunghezza:** 10 km – **Durata:** 4 ore (pause escluse) – **Difficoltà:**  

Rientro in hotel e relax. Cena in un ristorante locale e pernottamento.

3° GIORNO

FONTAINE DE VAUCLUSE – escursione lungo i resti de “le mur de la peste”

Con un trasferimento in auto raggiungiamo **Fontaine-de-Vaucluse**, borgo ricco di acqua e dominato dal castello che lo sovrasta dalla collina. Ci incamminiamo lungo un affascinante percorso che conduce attraverso la foresta per incontrare i resti del *Mur de la Peste*, una parete di circa 25 chilometri costruita nel 1720 per proteggere i papi di Avignone dalla peste che devastò Marsiglia. Seguiremo il muro per alcuni chilometri prima di tornare alle auto con un sentiero ad anello. A seguire visiteremo il borgo di Fontaine de Vaucluse che riserva una bellissima sorpresa: la fresca sorgente del fiume Sorgue.

Dislivello: 340 m – **Lunghezza:** 10 km – **Durata:** 4 ore (pause escluse) – **Difficoltà:**   

Rientro in hotel e relax. Cena in un ristorante locale e pernottamento.

4° GIORNO

SAINT REMY DE PROVENCE e AVIGNONE – una giornata tra arte, storia e natura

Con un trasferimento in auto raggiungiamo **Saint Remy De Provence**, borgo provenzale assai affascinante, dove, fra le altre cose, è vissuto Vincent van Gogh, per un anno nel manicomio del paese, dove ha prodotto molti capolavori.

La mattinata trascorrerà con una piacevole camminata in paese e nella campagna circostante, parte del Parco Naturale delle Alpilles. Pranzo in tavola calda. Ci dirigiamo poi verso Avignone. Città di grande fascino, racchiusa all'interno di bastioni costruiti nel XIV secolo, è famosa per essere la città in cui si rifugiarono i Papi abbandonando la corruzione di Roma nel XIV secolo. Visiteremo il centro storico, incluso il magnifico Palazzo dei Papi appunto, uno dei più grandi edifici gotici del mondo. Cena in città (*ingresso incluso*). Rientro in hotel e pernottamento

Dislivello: 340 m – **Lunghezza:** 10 km – **Durata:** 4 ore (pause escluse) – **Difficoltà:** 

5° GIORNO

COLORADO, PROVENCAL E VERDON – lungo le campagne provenzali

Dopo la prima colazione, lasceremo di buon mattino il nostro hotel in Provenza, direzione Colorado Provençal, il regno dell'ocra! Qui percorriamo il bellissimo "Sentiero dei Belvedere" che domina l'intero Colorado Provenzale, offrendo viste mozzafiato sul Sahara, i Camini delle Fate e il Deserto Bianco. Una vera meraviglia multicolor!

Dislivello: 100 m – **Lunghezza:** 4 km – **Durata:** 1.5ore (pause escluse) – **Difficoltà:** 

Ci rimettiamo poi in viaggio verso la zona del Verdon, attraverseremo le splendide campagne provenzali e faremo sosta a **Moustiers-Sainte-Marie**, borgo di rara bellezza, dove *pranzeremo*. Arriviamo quindi sulle rive del fantastico **Lago di Sainte-Croix e al Pont du Galetas**, per ammirare lo spettacolo delle gole alla loro foce.

Proseguiamo la nostra strada fra spettacolari belvedere e macchia mediterranea, fino a Castellane. Cena in hotel e pernottamento.

6° GIORNO

LE GOLE DEL VERDON – Il sentiero Blanc-Marcel

Dopo la prima colazione iniziamo la nostra fantastica giornata di esplorazione delle **gole del Verdon**.

Con uno spostamento in auto arriviamo nel cuore del Parco Naturale e delle gole. Lasciamo il minivan al parcheggio, prendiamo una navetta (giacché il percorso è lineare di sola andata) e... iniziamo il cammino percorrendo il famoso **sentiero Blanc-Marcel**.

Il trekking che ci porterà verso il letto del fiume, per poi risalire, con infiniti panorami e punti di osservazione meravigliosi.

Pranzo al sacco durante la giornata.

Ripreso il minivan, esploriamo un po' la zona in auto, per scattare qualche bella fotografia da punti panoramici.

Rientro in hotel nel tardo pomeriggio. Cena in hotel e pernottamento.

Dislivello: 700 m – **Lunghezza:** 14.00 km – **Durata:** 6 ore (pause escluse) – **Difficoltà:**   

NOTA: lungo il percorso ci sono alcuni tratti esposti, ma protetti; in alcuni frangenti si utilizzeranno corde fisse per camminare più agilmente; ci sono varie scale in ferro da percorrere; si passeranno tunnel non illuminati (NECESSARIA PILA). Nonostante queste piccole note, il percorso è nel complesso agevole

7° GIORNO

NIZZA – Ultima escursione in Costa Azzurra

Dopo colazione, lasciamo il nostro hotel per e ci dirigiamo verso la Costa Azzurra, più precisamente verso Saint-Jean-Cap-Ferrat. Qui ci aspetta una meravigliosa escursione sfiorando il mare ma anche sulle pendici di questo famoso promontorio, fino al faro.

Pranzo in tavola calda.

 **Dislivello:** 80 m – **Lunghezza:** 8 km – **Durata:** 3 ore (pause escluse)

Andiamo poi in centro città a Nizza per una piacevole visita del centro storico. Relax e cena in centro.

8° GIORNO

NIZZA/ITALIA

Prima colazione e check-out.

Rientro in aereo: trasferimento libero in aeroporto e partenza per i luoghi di origine

Rientro in minivan a Milano: partenza dopo la prima colazione con arrivo a Milano previsto nel primo pomeriggio.

TEMPO DI TRASFERIMENTO: da Nizza a Milano circa 4 ore soste escluse.

**ABBIGLIAMENTO
E ATTREZZATURA
obbligatori...**

Scarponi da trekking, pile o felpa, giacca a vento antipioggia (possibilmente in Gore-Tex ) o mantellina, abbigliamento comodo pratico e leggero per le escursioni (magliette traspiranti), borraccia, zaino da 30 litri, TORCIA (preferibilmente frontale); costume da bagno.

Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

... e consigliati

Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni leggeri per le escursioni. Scarpe comode per le visite ai monumenti e le cittadine. Coprizaino. Spray contro le zanzare, crema solare protettiva. Costume da bagno.

Bastoncini da trekking o da nordic-walking: sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili. Se desiderate portarli con voi, ricordate che in aereo NON possono essere imbarcati in cabina con il bagaglio a mano ma devono essere inseriti nel bagaglio in stiva, altrimenti... rassegnatevi, rischiate di doverli lasciare in aeroporto alla partenza!

Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

BAGAGLI

Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando piccoli trolley o borsoni facilmente trasportabili. Evitare valige rigide e molto ingombranti: il bagagliaio degli automezzi noleggiati ha una capienza limitata

SALVIAMO L'ORSO



ASSOCIAZIONE PER LA CONSERVAZIONE DELL'ORSO BRUNO MARSCANO
Devolviamo annualmente una parte dei ricavi all'Associazione "Salviamo l'Orso"

Biologi, naturalisti, dirigenti, studenti, operai, professionisti, insegnanti, veterinari, guardiaparco, impiegati...tutti, ma proprio tutti volontari appassionati di natura, che tengono fortemente al futuro dell'orso marsicano. e che hanno bisogno dell'aiuto di tutti per garantire un futuro a questo magnifico animale.

Viaggiando con FSNC contribuisce anche tu, ma se vuoi partecipare in modo più diretto e attivo, fai una donazione personale su www.salviamolorso.it

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione:

€ 1460,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 440,00

Sistemazione in singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati; la prima colazione; due cene a Verdon; guida locale parlante italiano per la visita di Avignone e per la visita di Nizza; trasporto/navetta per il sentiero Blanc-Martel nel Verdon; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per l'intera durata del viaggio; tutti i trasporti e trasferimenti in minivan condotto dalla nostra guida per tutta la durata del viaggio; spese per carburante, pedaggi e parcheggi; le tasse di soggiorno; ingresso al sentiero Colorado Provenzale e al Palazzo dei Papi di Avignone.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica; il trasporto facoltativo da/per Milano (vedi "Trasporti locali"); i pasti non espressamente inclusi e le bevande; le eventuali entrate ai musei, ai parchi, ai monumenti oltre quelli previsti; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

FORFAIT TRASPORTI da/per MILANO (facoltativo – da versare al momento della prenotazione): vedi "Come si raggiunge e trasporti Locali"

SPESE per ingressi a monumenti e musei vari – da pagare in loco

- € 10,00 Abbazia di Senanque - facoltativo
- € 5,00 circa - Ingresso Sentiero Colorado Provenzale

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 30,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO₂ derivanti dalla partecipazione ai viaggi

NOTE: la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento). Per coloro che viaggiando da soli, richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione. Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento.

ATTENZIONE! Ti ricordiamo che dopo due viaggi in un anno in Italia il terzo viaggio in Italia lo paghi la metà (a esclusione dei periodi di Capodanno e Pasqua).

IMPORTANTE! ANNULLAMENTO VIAGGIO. In caso di annullamento, fare riferimento alle "Condizioni Generali" del pacchetto di viaggio

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI...

Facoltativa, non incluso nella quota, ma è possibile stipularla con un costo del **5% del totale dell'importo assicurato**. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio. *Richiedici l'opuscolo informativo completo*

PER VIAGGIARE IN TRANQUILLITA'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrai pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio. Richiedi l'opuscolo informativo

POLIZZA ANNULLAMENTO "TRAVEL"

Se desideri sentirti al sicuro contro eventuali imprevisti che potrebbero impedire la tua partenza, scegli la nostra **POLIZZA TRAVEL**, con un costo del 5% del totale assicurato. La polizza include anche la copertura in caso di positività al Covid-19. Richiedi l'opuscolo informativo

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da pacchetto di viaggio

Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo" e ss. mm.

PER SAPERNE DI PIÙ

LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere i **cellulari spenti durante le escursioni** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.

Per questioni di sicurezza l'uso di ombrelli in caso di pioggia non è consentito durante le escursioni.

In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca [QUI](#)

CLIMA

Il clima provenzale è mediterraneo, probabilmente il migliore di tutta la Francia grazie all'influsso mite del mare che mitiga gli inverni e rinfresca le estati. Ovviamente il clima cambia a seconda delle zone: in quella costiera **le estati sono calde** ma accarezzate dal vento piacevole, mentre in terre paludose come la Camargue, diventano leggermente afose.

FUSO ORARIO

Lo stesso dell'Italia

LINGUA

Francese e Inglese. Data la vicinanza con l'Italia, una lingua da tempo presente è anche l'italiano

MONETA e BANCHE

EURO

Le Carte di credito sono accettate generalmente ovunque: Visa e Mastercard. Ovunque si trovano "distributeurs automatique" (bancomat) utilizzabili con qualsiasi carta abilitata al traffico internazionale.

Le banche osservano normalmente il seguente orario: dalle 9:00 alle 17:00 dal lunedì al venerdì.

ELETTRICITÀ

Voltaggio di 220 volts CA 50 Hz.

Prese e corrente elettrica come in Italia

La presa francese ha due ingressi rotondi, non è necessario

l'adattatore



TELEFONO	Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +33. Prefisso per chiamare l'Italia +39.
SANITÀ	I cittadini italiani che si recano temporaneamente per turismo in uno Stato membro dell'Unione Europea, possono ricevere le cure mediche necessarie previste dall'assistenza sanitaria pubblica locale se dispongono della Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM), la cosiddetta Tessera Sanitaria. La TEAM sostituisce il precedente modello E111 ed è stata distribuita da parte del Ministero competente. Coloro che non l'avessero ancora ricevuta possono rivolgersi alla propria ASL e richiedere il "Certificato sostitutivo provvisorio". <i>NB nel pacchetto di viaggio è inclusa la "Polizza Medico-No Stop" a copertura delle spese mediche (con massimale; dettagli, coperture e limitazioni disponibili presso i ns. uffici o dalla guida).</i>
CUCINA	La cucina provenzale si distingue per l'uso di olio d'oliva, aglio ed erbe aromatiche. Nelle zone costiere è molto usato il pesce. È influenzata dalla cucina mediterranea, specialmente da quella italiana. Le conquiste arabe hanno anche modificato la cucina provenzale così come l'arrivo dei pomodori e delle melanzane dopo la scoperta dell'America. Tra i piatti principali si ricordano: L'aioli: salsa tipica dell'area mediterranea composta prevalentemente da aglio, olio di oliva e limone e dal sapore molto forte. <i>La tapenade:</i> purea di olive finemente tritate, capperi, acciughe sotto sale, aglio e olio d'oliva. <i>La ratatouille:</i> piatto tradizionale provenzale a base di verdura stufata. La bouillabaisse: zuppa di pesce tipica di Marsiglia. <i>La bourride:</i> piatto di pesce di mare, simile al bouillabaisse, nativo della Provenza e della <i>Lingadoca</i>. È particolarmente noto a Sète (Hérault).
INDIRIZZI E NUMERI UTILI	Numeri utili: • Numero unico d'emergenza: 112 (valido in tutti i 27 paesi membri della UE) • Ambasciata d'Italia a Parigi: +33 1 49 54 03 00 • Consolato Italiano Generale: Cellulare di Servizio per emergenze +33 06 07 22 72 56.
PER SAPERNE DI PIÙ	Guide: Provenza e Costa Azzurra Ediz. illustrata Editore: Touring - Collana: Guide verdi d'Europa - Anno edizione: 2012 Internet: https://www.provenzafrancia.it/ Informazioni sulla sicurezza, scheda del paese e notizie utili: www.viaggiaresicuri.it.
METTI UN LIBRO NELLO ZAINO	"UN ANNO IN PROVENZA" di Peter Mayle Dopo quindici anni di lavoro nel frenetico mondo londinese della pubblicità, Peter Mayle decide di cambiare vita. Acquista una fattoria in Provenza, costruita con pietre levigate da "duecento anni di vento e di sole", e vi si trasferisce insieme alla moglie e ai suoi due cani. Sogna una vita più rilassata e fa i suoi programmi, ma non tutto va come previsto; la ristrutturazione procede a rilento, e lo mette a confronto con un mondo che ai suoi occhi anglosassoni appare bizzarro e sorprendente: una lingua francese dall'inflessione incomprensibile, un'idea della puntualità quantomeno fantasiosa, operai e artigiani che compaiono rumorosamente all'improvviso, mettono tutto a soqquadro e scompaiono per mesi, un "sacre vent", il mistral, "capace di far impazzire uomini e animali". E soprattutto una galleria di personaggi l'uno più originale dell'altro, descritti con una curiosità accompagnata da un'irresistibile vena ironica: dall'idraulico Menicucci con la passione del clarinetto al cacciatore Massot, con la fissazione dei tedeschi sporcaccioni, al vicino Faustin, che lo coinvolge sapientemente in un'impresa vinicola. "L'UOMO CHE PIANTAVA GLI ALBERI" di Jean Giono

Durante una delle sue passeggiate in Provenza, Jean Giono ha incontrato una personalità indimenticabile: un pastore solitario e tranquillo, di poche parole, che provava piacere a vivere lentamente, con le pecore e il cane. Nonostante la sua semplicità e la totale solitudine nella quale viveva, quest'uomo stava compiendo una grande azione, un'impresa che avrebbe cambiato la faccia della sua terra e la vita delle generazioni future. Una parabola sul rapporto uomo-natura, una storia esemplare che racconta «come gli uomini potrebbero essere altrettanto efficaci di Dio in altri campi oltre la distruzione».

LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITÀ: OGNI VOLTA CHE UNA LIBRERIA CHIUDE, DIVENTIAMO TUTTI UN PO' PIU' POVERI E PIU' SOLI.

Fai anche tu un piccolo passo: se ti è possibile, ordina e acquista i tuoi libri presso la tua libreria di fiducia evitando di acquistare on-line.

**GLI ALIENI
SONO FRA NOI:
COMBATTIAMOLI
INSIEME!**



Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto Life ASAP – Alien Species Awareness Program (programma di consapevolezza sulle specie aliene).

COSA SONO. Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva.

Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

PERCHÈ COMBATTERLE. Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA. I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

COSA POSSIAMO FARE A CASA.

1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.

2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO. Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.



VIAGGIA NATURALE



IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: **attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.**

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. **Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.**

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- **Proteggere l'ambiente** naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- **Cooperare con le comunità locali** assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- **Rispettare la natura** e le popolazioni dei luoghi visitati.
- **Conservare flora, fauna** e zone protette.
- **Rispettare l'integrità delle culture locali** e delle loro abitudini.
- **Seguire le leggi e le regole dei paesi** visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- **Dare sempre informazione**, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.



L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

**Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole.
Da sempre siamo impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla
passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.**

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- **Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:**

- » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
- » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
- » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
- » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente

- **Compensiamo la CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO₂”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contribuiti in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.



- Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi: www.aitr.org
- Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
 - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
 - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
 - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
 - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.



THE CODE
Organizzazione mondiale
contro il turismo sessuale
e l'abuso sui minori



FIAVET, Associazione
Italiana Agenti di Viaggio,
aderendo al Fondo di
Garanzia delle Imprese
Turistiche



Four Seasons Natura
e Cultura è socia di
Interpret Europe



rete italiana di imprese per un turismo attivo e sostenibile

ANCHE IL
VIAGGIO PIÙ LUNGO
COMINCIA CON UN PASSO.
IL TUO.

CURIOSI DI NATURA
VIAGGIATORI PER CULTURA