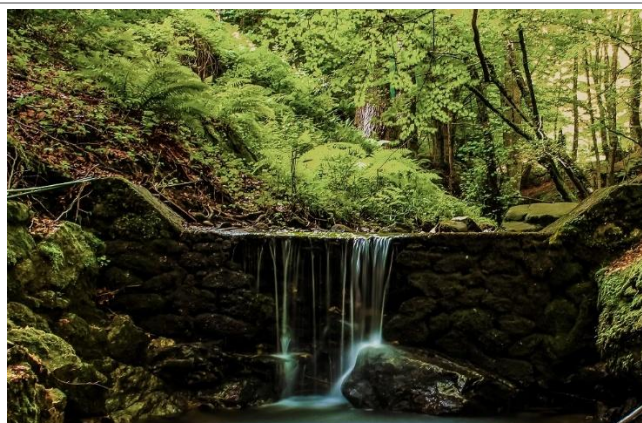


ITALIA, OGNI PASSO UNA STORIA

Non solo sentieri ma esperienze originali da condividere

CALABRIA: ASPROMONTE, LA VIA DELLE FIUMARE

Un viaggio ai confini dell'Aspromonte più selvaggio e segreto



SPECIALE PERCHÈ

- Le storie di sostenibilità e amore per il territorio
- I trekking bagnati e i bagni al mare
- L'enogastronomia dai sapori decisi e prorompenti e il folclore autentico dell'Aspromonte

ESPERIENZE DEL VIAGGIO

- diventare vicini di casa degli abitanti del borgo di Antonimina
- fare picnic con i pomodori dell'orto, il pane cotto a legna e la soppressata del nonno a km0
- una notte in rifugio, nel cuore dell'Aspromonte, ad ascoltare i ghiri russare

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Parco Nazionale d'Aspromonte



Questo viaggio esplora una delle aree meno conosciute e più selvagge dell'Aspromonte e della Locride, e lo fa coinvolgendo le persone che ci abitano e raccontando le loro storie attraverso le parole, la musica, la natura, l'enogastronomia e l'avventura. L'Aspromonte offre panorami di monti scoscesi, intervallati dalle profonde vallate delle fiumare, e di cascate insospettabili, e faggete e pinete quasi "canadesi" ad appena 1000 m di altitudine. Fra i trekking più emozionanti ci sono la risalita della fiumara Cortaglia, una splendida gola di bianche rocce calcaree e fichi d'India, che si conclude con il tuffo nella piscina naturale del Vasalu da Conca, e la fenomenale escursione notturna sul Tre Pizzi, da cui si gode dell'alba su tutta la Costa dei Gelsomini! All'esplorazione dei boschi accompagneremo l'esplorazione della storia, antica e fortemente influenzata dalla mescolanza con altre popolazioni, con le visite alle aree archeologiche e ai musei, uno su tutti il

Mu.Sa.Ba., progetto artistico che ha trasformato una chiesetta paleo-cristiana nel parco di sculture e pitture di tutti i colori del mondo di Nik Spatari. Godremo dell'accoglienza sostenibile dei borghi ad Antonimina, dove i ragazzi del Boschetto Fiorito lavorano per salvare il paese dallo spopolamento con un progetto di ospitalità diffusa. E scopriremo le tecniche della seta sostenibile e bio, che non uccide i bachi, a San Floro, ospiti del Nido di Seta, altra cooperativa di giovani resilienti che hanno ripreso in mano una delle più importanti manifatture calabresi, innovandola nel pieno rispetto della natura. Sempre presente sarà il mare, che si vede quasi da ogni luogo del nostro viaggio, e che ci accoglierà con le sue acque trasparenti e le spiagge ampissime e, in alcuni luoghi segreti, quasi deserte! E, infine, ci delizieremo con la gastronomia locale, fatta di prodotti a km0 e di sapori intensi e genuini legati a una tradizione centenaria, dai pomodori ripieni alla soppressata, dal caciocavallo alle granite, perché non si può viaggiare in Calabria senza assaggiarla!



Mu.Sa.Ba. – La Cappella Sistina di Calabria



Vista sul massiccio dell'Aspromonte



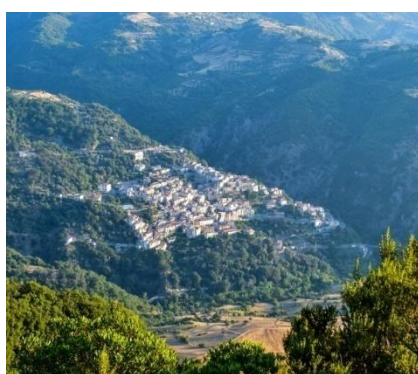
Lavorazione tradizionale dei bachi da seta



La piscina naturale del Vasalu da Conca



L'alba sul mare dal Monte Tre Pizzi



Il borgo di Antonimina

L'Aspromonte (dal sito del [Parco Nazionale](#))

Suggestivi paesaggi, sentieri che si affacciano su panorami mozzafiato, un patrimonio geologico internazionale, immense foreste di alberi secolari, rarità floristiche e faunistiche di una biodiversità eccelsa. L'Aspromonte è cuore e passione, bellezza autentica, selvaggia, strettamente legata ad una identità storica immutata.

Lembo meridionale della penisola italiana in continuità geografica con la dorsale appenninica da cui differisce per la presenza di rocce cristallino-metamorfiche, sormontate da numerose cime e diversi altipiani di origine sedimentaria.

Il costante e tutt'ora attivo sollevamento fa dell'Aspromonte una delle aree geologicamente più attive del Mediterraneo, con la conseguente formazione di paesaggi scoscesi, gole e anfratti quasi inestricabili che si inerpicano a poca distanza dal mare fino a 2000 mt.

Mu.Sa.Ba. (dal sito della [Fondazione Spatari/Maas](#))

Il parco museo laboratorio si sviluppa attorno ai resti di un antico complesso monastico del X secolo, trasformato nella sede del MUSABA-Fondazione Spatari/Maas, che si trova al centro di un "nodo orografico" di eccezionale interesse culturale e ambientale, noto da tempo per una serie di preesistenze archeologiche significativamente e diverse da quelle più conosciute in Calabria. Vi sono state interessanti presenze di popolazioni "indigene". Una campagna di scavi confermò la presenza di necropoli dei "Campi di Urne" del XII-VIII secolo a.C. e un insediamento che vi si sovrappose tra il VII e il IV secolo a.C.

Il parco museo laboratorio è un museo all'aperto, improntato da un principio di presidio attivo, un vero e proprio parco scientifico con un programma di forte interattività, un parco laboratorio produttivo.

Nel parco museo laboratorio si ha la possibilità, rara, di rilevare la presenza di differenti tipologie di presenze che sono state conservate e restaurate e che costituiscono un unicum di rilevante interesse ambientale nel quale convergono valori e testimonianze storiche dell'antica frequentazione di queste aree.

COSA TROVERAI IN QUESTO VIAGGIO

Ti racconteremo la nostra Italia "insolita"

Italia segreta: Italia segreta: Antonimina è un borgo arroccato a mezza costa sulla montagna. Da lontano sembra un presepe, pittoresco e romantico, ma entrarci e vivere una settimana da "antoniminari" vuol dire calarsi nella realtà dell'Italia rurale spopolatasi negli anni '70. Qui ancora le anziane si parlano dalle finestre, le auto non riescono a passare per gli stretti vicoli medievali e ogni casa ha il camino. Dormiremo nelle case del borgo, alcune delle quali mantengono vecchie foto, arredamenti originali e piccole cortesie per gli ospiti. In men che non si dica, sarete parte del tessuto sociale come vera gente d'Aspromonte!

Notte sul Tre Pizzi: un trekking notturno per andare a godere dell'alba più bella da uno dei "pizzi" del Monte San Pietro.

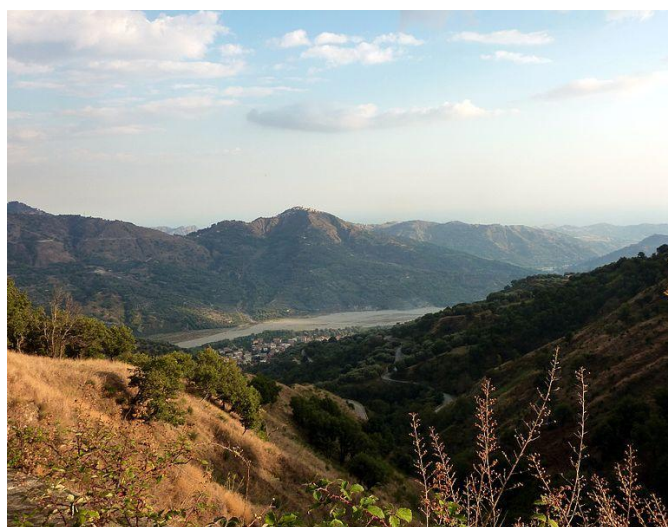
Esperienze gastronomiche originali

Picnic a km0: tutti i pranzi del nostro viaggio (tranne uno) ci permetteranno di godere dei prodotti locali, dalla frutta raccolta dagli alberi a formaggi, salumi e pane prodotti ad Antonimina. Ci divideremo i pesi, come per ogni picnic che si rispetti, e ci godremo dell'ottimo, semplice cibo fra i boschi.



Cucina d'Aspromonte: le cene sono pensate per essere più lente e tradizionali, per permettervi di assaggiare tutte le sfumature culinarie di questa terra. Per questo abbiamo selezionato ristoranti diversi in borghi diversi, che preparano cibi diversi: malangiani 'mbuttunati, struncatura alla geracese, pasta cu' sucu di pruppetti, stoccafisso, pesce fresco o carne alla griglia. insomma, una caccia al tesoro enogastronomica!

Turismo lento e sostenibile

Un Nido di Seta: una vera e propria storia d'amore e sostenibilità. Questa cooperativa, costituita da giovani che hanno deciso di tornare in Calabria dopo una vita di studi fuori, si propone di rilanciare quello che fu il fiorentissimo commercio settecentesco della seta. Con tecniche apprese in Asia e America, a Nido di Seta si fa la seta senza uccidere i bachi, filando i bozzoli bucati e producendo un tessuto unico, e si promuove un turismo lento con le visite al castello ed al gelseto - ex proprietà di mafia bonificata e in concessione alla cooperativa.



INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 4 all'11 luglio; dal 30 agosto al 6 settembre 2026
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons (<i>min.6 max.15 partecipanti</i>)
GUIDA	Marta Pelle (iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche LA493) <i>Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca QUI</i>
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà  e  ; escursioni nel Parco Nazionale dell'Aspromonte e lungo le fiumare; visita dei borghi e delle aree di interesse archeologico greche, romane e medievali; visita del Parco d'Arte Mu.Sa.Ba; bagni al mare e nei fiumi; degustazioni ed enogastronomia locale; serate di musica tradizionale. Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI
DOVE DORMIAMO	<ul style="list-style-type: none"> • 6 notti - Albergo diffuso – Boschetto Fiorito • 1 notte - Agriturismo Costantino
PASTI INCLUSI	Le prime colazioni; 5 pranzi al sacco; 1 pranzo nella Cooperativa Nido di Seta; 1 cena in rifugio.
PASTI NON INCLUSI	Il pranzo del primo giorno e ultimo giorno.
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	<ul style="list-style-type: none"> • Voli di linea o low cost per Lamezia Terme (<i>non incluso</i>) • Treno per Lamezia Terme (<i>non incluso</i>) • Auto propria
DOCUMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Carta di Identità valido per tutta la durata del viaggio • Tessera sanitaria • Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiasesicuri.it
TRASPORTI LOCALI	Minivan o pulmino a noleggio con autista Per chi non viaggia in auto propria è previsto un forfait trasporti di Eur 70,00 da versare al momento della prenotazione, a copertura delle spese di trasporto (assicurazione, carburante, parcheggi ed eventuali pedaggi).
INIZIO E FINE DEL VIAGGIO	<p>Inizio viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ore 15:30 aeroporto di Lamezia Terme • ore 16:00 stazione FS di Lamezia Terme Centrale <p>Fine viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ore 10:00 Aeroporto di Lamezia Terme (partenza volo dalle ore 11.30) • ore 10:30 Stazione FS di Lamezia Terme (partenza del treno dalle ore 11.00) <p>NB: <i>su alcune partenze la guida potrebbe partire da un aeroporto diverso da quello degli altri partecipanti, o essere già in loco all'arrivo.</i></p>

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO ANTONIMINA – Escursione al Denti da Magara e Palmenti

Incontro alla stazione FFSS di Lamezia e trasferimento ad Antonimina, direttamente all'inizio del sentiero della nostra prima escursione.

Per immergerci da subito nella natura e nelle leggende locali, infatti, ci godremo subito una passeggiata ai piedi dell'Aspromonte. Meta dell'escursione sarà "U Denti da Magara", e cioè il Dente della Strega, che ci introdurrà alle leggende e alle particolarità dei toponimi locali, e i palmenti, antichissime vasche di pietra, di probabile origine greca, utilizzate per la fermentazione del mosto.

Dislivello: 280m – **Lunghezza:** 7km – **Durata:** 3:00h – **Difficoltà:** 

Al termine dell'escursione, rientro in paese e sistemazione negli appartamenti.
Cena tipica 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 ZOMARO – Cascate Mundu e Galasia

Dopo colazione, un breve trasferimento ci porterà nel cuore della faggeta, all'inizio del sentiero per le Cascate Mundu e Galasia. In un ambiente montano, completamente diverso da quello del giorno precedente, seguiremo un bel percorso ombroso e fresco nel sottobosco, che ci porterà a scoprire i salti del torrente e una serie di interessanti formazioni rocciose, oltre a una flora sorprendentemente rigogliosa.

Dislivello: 550m – **Lunghezza:** 4,5km – **Durata:** 4:00h – **Difficoltà:** 

Qui ci godremo il primo picnic del nostro viaggio, prima di riprendere la via del rientro. A fine escursione ci godremo un po' di meritato riposo e un pranzo leggero, per poi dedicarci, nel pomeriggio, a qualche ora di mare o, per chi lo vorrà, a una visita all'area archeologica di [Locri Epizephiri](#), importante colonia magno-greca.

Cena e rientro ad Antonimina per il pernottamento.

3° GIORNO ZOMARO – I due mari e Sentiero del Brigante

Dopo colazione, un breve trasferimento ci riporterà al fresco del bosco dello Zomaro. Qui intraprenderemo una bella escursione panoramica che, partendo da Monte Due Mari, che si chiama così per la spettacolare vista che offre su Jonio e Tirreno, si snoda fra boschi di querce, pino e faggio. Gli speroni rocciosi di Aria Du Ventu ci regaleranno affacci su tutto l'Aspromonte orientale e sulla mitica Pietra Cappa dall'alto.

Pranzo al sacco e proseguimento lungo il Sentiero del Brigante verso il Rifugio "La Caserma", restaurato da Boschetto Fiorito, per prendere posto nelle tende e sistemarsi prima di sera.

Dislivello: 400m – **Lunghezza:** 10km – **Durata:** 3:00h – **Difficoltà:** 

Ceneremo con i prodotti tipici e, prima di andare a dormire, ci concederemo un'abbuffata di stelle, in un luogo totalmente privo di inquinamento luminoso.

Pernottamento in tenda in rifugio.

Pernotto in tenda presso il rifugio dello Zomaro in base alle condizioni climatiche (alternativa pernotto in albergo diffuso)

4° GIORNO **COME I BRIGANTI NEL BOSCO – Rientro ad Antonimina**

Dopo colazione, lasceremo il rifugio per raggiungere a piedi, come avrebbero fatto i briganti, il borgo di Antonimina. Il percorso ci permetterà di apprezzare le variazioni repentine di altitudine tipiche dell'Aspromonte, che condizionano la vegetazione al punto di passare, in brevissima distanza, dalla pineta alla faggeta alla macchia mediterranea.

Pranzeremo lungo il percorso e raggiungeremo il paese nel primo pomeriggio, per poi muoverci verso il mare e passare un pomeriggio di relax e bagni.

Dislivello: +300m – 1000m – Lunghezza: 14km – Durata: 6:00h – Difficoltà: 

Cena in locale tipico e pernottamento ad Antonimina.

5° GIORNO **MAMMOLA – Mu.Sa.Ba, sapori insoliti e mare; notturna sul Monte Tre Pizzi**

Dopo colazione, partenza per il [Museo di Santa Barbara](#), opera di recupero di un complesso monastico certosino che si è trasformata in un enorme progetto artistico conosciuto come "La Cappella Sistina calabrese". Fondato da Nik Spatari, artista che ha collaborato con i grandi del Novecento da Picasso a Le Corbusier, e dalla moglie Hiske Maas nel 1969, Mu.Sa.Ba. ha continuato a crescere e ad arricchirsi di opere coloratissime, spazi espositivi, gallerie dipinte, arte.

Ci lasceremo condurre, attraverso quella che è una vera e propria esperienza di stimoli, oltre che una visita guidata, nella storia del luogo fino a tornare alle sue origini di piccola chiesetta paleo-cristiana del IV secolo.

A fine visita, ci godremo un pranzo d'eccezione. Il vicino paese di Mammola è famoso per le specialità a base di stoccafisso, che viene cucinato in una miriade di varianti dall'antipasto fin quasi al dolce.

Nel pomeriggio ci godremo qualche ora in riva al mare, per poi tornare ad Antonimina, goderci una cena tipicissima e riposare in attesa dell'escursione più spettacolare di tutte: la salita in notturna al Tre Pizzi. Il Monte S. Pietro è conosciuto comunemente come Tre Pizzi per la conformazione in tre picchi rocciosi. La nostra escursione partirà prima dell'alba, sotto un cielo gonfio di stelle estive e ci condurrà proprio sui "pizzi", per godere di un'alba unica sul mare e tutta la costa jonica.

Dislivello: 150m – Lunghezza: 4,5km – Durata: 4:00h – Difficoltà: 

Al ritorno, con il favore delle prime luci del giorno, godremo di affacci incredibili sulla fiumara di Antonimina e sui monti che si elevano fino a 800 m dal fondo valle, tagliando profonde e panoramiche vallate nella luce rosa dell'alba.

Rientreremo ad Antonimina per colazione.

6° GIORNO **GOLE DEL CORTAGLIA E VASALU DA CONCA – Una giornata tra le pozze della Fiumara e storia**

Dopo colazione, un po' di riposo e aver fatto un cambio d'abiti, partiremo a piedi per una vera e propria avventura nelle Gole della Fiumara Cortaglia.

Dopo aver costeggiato il paese, lungo una strada punteggiata di alberi da frutto locali come fichi, fichi d'india, pergolati di vite, prugne e noci, ci affacceremo dall'alto sulla fiumara, che, con il suo corso, s'insinua tra strette e fresche gole. Intrapresa la discesa a valle, ci godremo un ambiente dalla vegetazione tipicamente mediterranea e intraprenderemo la risalita del torrente, con il suo letto di candidi massi e limpide vasche d'acqua.

Armati di costume da bagno, ci riprenderemo dall'escursione notturna saltando da una pozza all'altra, tuffandoci e bagnandoci nel fiume, per tornare in un momento alle gioie dei bambini del paese che qui trovavano il loro parco acquatico.

Dislivello: 200m – Lunghezza: 2,5km – Durata: 3:00h – Difficoltà: 

Nel tardo pomeriggio, ci sposteremo alla [Villa di Casignana](#), un gioiello di architettura romana quasi sconosciuto dai sorprendenti mosaici e condutture, vasche e ambienti termali ancora intatti.

Cena in locale sul mare e pernottamento ad Antonimina.

7° GIORNO **SAN FLORO – Un nido di seta**

Dopo colazione, partenza per San Floro, dove ci attende un'intera giornata alla scoperta della seta presso la [Cooperativa Nido di Seta](#), con escursione naturalistica, pranzo bio e attività legate alla sericoltura sostenibile. La storia di Nido di Seta è anche la storia di un gruppo di giovani che hanno scelto di tornare a lavorare la loro terra, recuperando un gelseto abbandonato e una tradizione antichissima con una mezzi innovativi: i bachi non devono morire. Contrariamente al metodo tradizionale, infatti, che vede i bozzoli gettati in acqua bollente con il baco ancora all'interno, qui si aspetta che il baco abbia sfarfallato.

Dal sito:

“Nido di Seta è un gruppo di giovani calabresi che ha deciso di intraprendere una sfida ben precisa, ritornare e restare in Calabria. Le nostre parole chiave sono tutela dell'ambiente e del paesaggio, crescita del territorio e sviluppo sostenibile. Intendiamo ripartire dalla “terra”, la nostra, sfruttando le risorse che quest'ultima ci offre. Riprendendo l'antica filiera della gelsibachicoltura, e facendone la nostra attività principale, costruiamo giorno per giorno quel circuito virtuoso che riesce ad orchestrare artigianato, momenti culturali, artistici e culinari, rendendo casa nostra un polo di attrazione per il turismo nazionale e internazionale”.

In serata trasferimento in agriturismo a Maida o Lamezia Terme, cena e pernottamento.

8° GIORNO **RIENTRO – Ci prepariamo ai saluti**

Dopo la colazione, trasferimento in aeroporto o stazione SSFF di Lamezia Terme per il rientro nei luoghi di provenienza.

Ci prepariamo ai saluti e... Arrivederci al prossimo viaggio!

NB Per regolamento internazionale le camere vanno liberate la mattina. È facoltà dell'hotel consentirne l'uso fino al pomeriggio previa disponibilità e con possibile supplemento “day use”.

**ABBIGLIAMENTO
E ATTREZZATURA
obbligatori...**

Scarponi da trekking, scarpe da scoglio per i bagni nelle cascate, pile o cardigan per la sera, pigiama caldo per la notte in tenda, sacco a pelo (facoltativo, è possibile richiedere l'uso di quelli del rifugio), torcia frontale per la notturna, giacca antipioggia ("hard shell") o mantellina, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 30/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva, costume da bagno e telo mare.

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

... e consigliati

Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite e i momenti di relax, macchina fotografica. Coprizaino. Bastoncini da trekking o da nordic-walking: sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili.

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 MARSIANO

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:

€ 1150,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 190,00

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

LA QUOTA COMPRENDE:

pernotto in Albergo Diffuso ad Antonimina in camere doppie con servizi privati; una notte in tenda presso il rifugio dello Zomaro con servizi in comune (o albergo diffuso in base alle condizioni meteo); tutte le colazioni; 5 pranzi al sacco; 1 pranzo nella Cooperativa Nido di Seta; 1 cena in rifugio; le entrate nei parchi e musei; l'ingresso a Mu.Sa.Ba; noleggio pulmino con autista per tutta la durata del viaggio; guide locali per visite guidate (ove previsto); assistenza Guida Ambientale Escursionistica per tutta la durata del viaggio;

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica (vedi sotto); i pasti non espressamente indicati; il pranzo del primo e ultimo giorno; le bevande; i trasferimenti da e per Lamezia Terme (treno; aereo; auto propria); forfait trasporti; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

FORFAIT TRASPORTI: Per chi non viaggia in auto propria pulmino a noleggio con autista per tutta la durata del viaggio dove è previsto un **forfait trasporti di Eur 70,00** da versare al momento della prenotazione, a copertura delle spese di trasporto (assicurazione, carburante, parcheggi ed eventuali pedaggi).

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 20,00 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. *Richiedi 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

La Calabria è una regione d'Italia caratterizzata da clima spiccatamente Mediterraneo, in cui gli influssi dei mari Tirreno e Ionio predominano. Ma a livello di microclima in Calabria ci sono anche delle situazioni differenti, imposte dalla natura accidentata del territorio, ricco di rilievi che si ergono fino a 2000m e che sono molto vicini ad entrambe le coste. Le temperature sono molto miti complessivamente, specie nelle pianure costiere e nelle zone montuose.

CUCINA

La cucina della Locride e dell'alto Aspromonte si caratterizza di piatti gustosi e ricchi, dai sapori tanto decisi nella carne e nei primi piatti, quanto delicati nel pesce e nei dolci al cucchiaio. Un trionfo verdure "accusate" in diversi modi costituisce gli antipasti, dalle polpettine di melanzane e pomodori, ai sottoli, alle insalate di ceci e frittelle di patate. I primi montani annoverano paste fatte in case con sughi di carne o melanzane 'mbuttunute (ripiene di pangrattato, formaggio e odori e fritte), mentre quelli di mare toccano tutti i classici dei frutti di mare dello scoglio e dei sughi al pesce spada. Fra i secondi troneggiano grigliate di carne e pesce e frittiture, con contorni di patate dell'orto e caponate o erbe di campo. Un ruolo importante ce l'ha lo stocco, merluzzo conservato sotto sale, le cui preparazioni si sono fatte nel tempo sempre più raffinate: insalate di stocco crudo e arancia, fritti croccanti, soufflé o tipici filetti in umido. Da non dimenticare i dolci che deliziano le serate estive, gelati di altissimo livello e granite di frutta e frutta secca accompagnati da soffici brioches, e quelli tipici invernali a base di miele e frutta secca o formaggio che tanto ricordano la tradizione mediorientale. Eccellenze della zona sono le mandorle e l'ormai famoso bergamotto, dalle incredibili proprietà e profumi.

PER SAPERNE DI PIÙ

Guide:

Il Parco Nazionale d'Aspromonte – di F. Bevilacqua e A. Picone Chiodo – Rubbettino Editore Calabria – Touring Club Italiano (*anche ebook*).

Internet:

[Turismo Regione Calabria](#)

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

"Anime Nere" di Gioacchino Criaco

"Anime nere" traccia la parabola esistenziale di tre giovani figli dell'Aspromonte che, bramosi di conquistare una vita diversa da quella ricevuta in dote, intraprendono un cammino fuori dalle regole. Danno e subiscono violenza, in un crescendo febbrile che dilagherà sempre più lontano: dal nord Italia all'Europa. I personaggi, Luciano, Luigi e la voce narrante, percorrono sino in fondo il sentiero di sangue da loro stessi tracciato. Sono contigui alla 'ndrangheta. E cattivi. Ma alla loro cattiveria hanno contribuito in tanti. La distinzione fra il bene e il male è però netta, impietosa, anche se nella loro vita, oltre alla violenza e al dolore, c'è una realtà inaspettata, fatta di affetti, amore, arcaicità. E c'è il mondo modernissimo di Milano, dei traffici, della corruzione. Sulla loro strada incontrano trafficanti di droga, terroristi arabi, imprenditori, politici, in una commistione che riflette il volto impresentabile della nazione. Da questo romanzo è stato tratto il film di Francesco Munzi, vincitore della trentesima edizione del David di Donatello.

“Gente in Aspromonte” di Corrado Alvaro

Unanimemente riconosciuto come il capolavoro di Corrado Alvaro, è un romanzo breve che narra la storia, ambientata nei primi anni del Novecento, della dura vita dei pastori d'Aspromonte, subito descritta, fin dall'incipit del romanzo, con una cadenza profonda, sentita e, nel contempo, distaccata perché si tratta di una verità ineluttabile: «Non è bella la vita dei pastori in Aspromonte, d'inverno, quando i torbidi torrenti corrono al mare, e la terra sembra navigare sulle acque...».

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