

UGANDA, IL TOUR DEI QUATTRO "WILD TREKKING"

Solo in questo viaggio andrai a piedi fra i gorilla di montagna, gli scimpanzé, le zebre e i rinoceronti!



SPECIALE PERCHÈ

- I trekking con i rinoceronti bianchi, le zebre e gli altri erbivori e gli scimpanzé
- La crociera alla ricerca degli animali sul Nilo nel Murchison Falls National Park e nel Kazinga Channel
- L'incredibile escursione nel cuore della giungla per trovare i gorilla di montagna

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Il Kibale National Park
- Il Queen Elizabeth National Park
- Il Bwindi Impenetrable Forest National Park

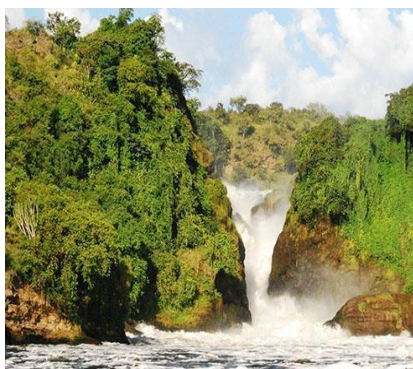
"Quando capisci il valore della vita, di ogni vita, pensi meno al passato e lotti per difendere il futuro"

Diane Fossey, zoologa statunitense alla quale venne ispirato il film "Gorilla nella nebbia"



Un viaggio unico nel suo genere, nel cuore dell'Africa nera, nella terra dei grandi primati, strutturato in modo unico: solo in questo tour, infatti, faremo, oltre alle tante altre attività, quattro trekking selvaggi nelle foreste ugandesi alla ricerca di gorilla, scimpanzé, rinoceronti e dei grandi erbivori (zebre, antilopi, giraffe, bufali, e molti altri).

Dalla sua capitale, Entebbe, che visitiamo come porta di accesso all'Uganda, andremo alla ricerca della spettacolare Shoebill Stork (cicogna dal becco a ciabatta), prima di raggiungere il Murchison Falls National Park, l'area protetta più grande dell'Uganda, per vedere le imponenti cascate del Nilo e andare alla ricerca delle giraffe di Rothschild, che vivono in questi luoghi insieme a ippopotami, coccodrilli, elefanti, leoni, leopardi e un numero sempre maggiore di bufali, e concedendoci un trekking con i rinoceronti bianchi allo Ziwa Rhino Sanctuary. In uno scenario misterioso, con il monte Ruwenzori avvolto nella nebbia, si arriva al Kibale National Park, al centro del quale vi sono nevi e ghiacciai perenni. Si dice che questa sia la zona con la più alta concentrazione di primati al mondo, fra i quali spicca lo scimpanzé, che andremo a cercare in una magnifica giornata di trekking nella giungla. Faremo poi tappa nel Queen Elizabeth National Park, uno dei parchi con la più alta biodiversità al mondo, visto che al suo interno passeremo dalla savana sterminata alla foresta pluviale, dalla laguna di papiri ai laghi vulcanici. Gran finale del viaggio al Bwindi Impenetrable Forest National Park, per effettuare quella che probabilmente è l'escursione più attesa dell'intero viaggio, ovvero il trekking alla ricerca dei gorilla di montagna. Perfettamente tutelati dalle nostre guide, andremo alla ricerca delle famiglie di gorilla al cospetto del quale, con occhi stupefatti, resteremo in osservazione per un tempo lunghissimo che non dimenticheremo facilmente, e che resterà uno dei ricordi indelebili di un viaggio davvero straordinario.



Cascade Murchison



Gorilla di Montagna



Ziwa Rhino Sanctuary



Bwindi Impenetrable Forest



Queen Elizabeth National Park



Kibale National Park

Bwindi Impenetrable Forest National Park – Il Bwindi è uno dei parchi nazionali ugandesi di più recente istituzione. Noto un tempo con il nome di 'Foresta impenetrabile', occupa una superficie di 330 kmq nel sud-ovest del paese, vicinissimo al confine con la Repubblica Democratica del Congo (ex Zaire). Il parco ospita uno degli ultimi habitat rimasti del gorilla di montagna e conta circa 320 esemplari di questa specie, ossia la metà dell'intera popolazione mondiale. A causa dei disordini in Ruanda e nella parte orientale della Repubblica Democratica del Congo, il parco di Bwindi è diventato la meta principale dell'Africa Orientale per vedere questi animali. Il parco è una delle zone dell'Africa più ricche di flora e fauna e ospita elefanti, il raro ilochero (maiale gigante delle foreste) e almeno 10 specie di primati. La sede del parco è a Buhoma, ai margini settentrionali, ed è da qui che partono le visite ai gorilla.

Queen Elizabeth National Park - Il territorio del Queen Elizabeth National Park si sviluppa attorno al canale di Kazinga, che unisce i laghi George e Edward. È stato istituito nel 1954 e prende il nome dalla regina Elisabetta II del Regno Unito. Il parco include al proprio interno la foresta di Maramagambo e parte del lago Edward, e confina con altre aree naturali protette: le riserve faunistiche di Kigezi e Kyambura (quest'ultima nota per la popolazione di scimpanzé abituati alla presenza umana e quindi avvicinabili), il parco nazionale ugandese di Kibale e il parco nazionale della Repubblica Democratica del Congo di Virunga. Fra gli animali presenti nel parco ci sono i coccodrilli del Nilo e gli ippopotami, di cui nel canale di Kazinga si registra una delle massime concentrazioni al mondo. Altre specie animali presenti che si stanno ripopolando sono l'elefante, il leopardo, il leone, l'ilochero, il facocero, il bufalo e l'antilope kob. La zona conosciuta come Ishasha (all'estremità sud-occidentale del parco) è nota per la sua popolazione di leoni, che hanno la particolare abitudine (osservata solo in pochissime altre zone dell'Africa) di arrampicarsi sugli alberi. Nelle aree lacustri sono comuni anche gli stormi di fenicotteri rosa.

ITINERARIO SINTETICO Day by day e attività delle giornate:

- **Giorno 1:** partenza dall'Italia
- **Giorno 2:** arrivo a Entebbe
- **Giorno 3:** Shoebill Stork al Mabamba Swamp e visita ai Botanical Gardens
- **Giorno 4:** trekking con i rinoceronti al Ziwa Rhino Sanctuary; poi Murchison Falls National Park
- **Giorno 5:** safari fotografico e crociera verso le cascate Murchison
- **Giorno 6:** trasferimento ai Crater Lakes, poi escursione a piedi al "Top of the world!"
- **Giorno 7:** trekking con gli scimpanzé a Kibale; camminata al Bigodi Wetland
- **Giorno 8:** Crater Lakes, poi crociera nel Kazinga Channel (nel Queen Elizabeth National Park)
- **Giorno 9:** safari fotografico nel Queen Elizabeth National Park (inclusa l'area di Ishasha, famosa per i leoni che salgono sugli alberi)
- **Giorno 10:** trasferimento alla Bwindi Impenetrable Forest, poi safari fotografico
- **Giorno 11:** trekking con i gorilla di montagna nel Bwindi Impenetrable Forest National Park
- **Giorno 12:** trasferimento al Lake Mburo National Park, poi safari fotografico
- **Giorno 13:** trekking con le zebre e gli altri grandi erbivori; poi trasferimento a Entebbe per il volo di rientro (in serata o il giorno successivo)
- **Giorno 14:** partenza per l'Italia (arrivo il giorno successivo) o arrivo in Italia (in caso di partenza la sera prima)



**ALCUNE ATTIVITA'
FRA LE TANTE CHE
FAREMO...**

Il tour si caratterizza per la completezza delle attività e dei luoghi visitati, oltre ad essere l'unico che ti porta a fare quattro trekking con quattro tipologie di animali differenti, gorilla, rinoceronti, scimpanzé e zebre con gli altri grandi erbivori.

- La ricerca delle "cicogne dal becco a ciabatta" nel santuario di Mabamba
- Il giardino botanico di Entebbe
- Il trekking dei rinoceronti a Ziwa
- Le Cascate Murchison e il Parco Nazionale Queen Elizabeth
- Trekking con gli scimpanzé nel Parco Nazionale di Kibale
- Il Parco Nazionale della Foresta di Kibale e i Crater Lakes
- Le storiche piantagioni di tè coloniali
- La Foresta Impenetrabile di Bwindi (con la più grande popolazione di gorilla di montagna)
- La passeggiata guidata al "Crater Lake"
- Il giro in canoa sul lago Bunyonyi
- Safari a piedi con i grandi erbivori nel Parco Nazionale del Lago Mburo

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 14 al 27 febbraio; dal 17 al 30 ottobre 2027 (14 giorni, 13 notti; potrebbe essere aggiunta una notte per utilizzare le migliori tariffe di volo). Partenza di alta stagione: dal 21 agosto al 3 settembre 2027 (14 giorni, 13 notti; potrebbe essere aggiunta una notte per utilizzare le migliori tariffe di volo).
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons (min. 6 max. 12 partecipanti)
GUIDA	Andrea Giorgi (iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche); guida locale parlante italiano per tutta la durata del viaggio. <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 ; safari alla ricerca degli animali; trekking per vedere i gorilla di montagna; trekking per vedere gli scimpanzé e trekking con i rinoceronti bianchi; crociere nei fiumi; trekking per vedere le zebre e gli altri erbivori della foresta ugandese; visita ai villaggi e alle piantagioni di thè. <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Pernottamento in hotel, guest-house nelle città e lodge nei parchi, in camere doppie con servizi privati. Di seguito le nostre strutture e i relativi siti internet. Entebbe: Papyrus Guesthouse Murchison Falls: Pakuba Safari Lodge Kibale National Park: Isunga Lodge Queen Elizabeth National Park: Buffalo Safari Lodge Ishasha: Topi Lodge Bwindi Impenetrable Forest: Buhoma Haven Lodge Lake Bunyonyi: Lake Bunyonyi Eco Resort Lake Mburo: Rwakobo Rock Lodge
PASTI INCLUSI	Pensione completa dalla cena del giorno dell'arrivo al pranzo del giorno della partenza.
PASTI NON INCLUSI	Nessuno, solo le bevande ai lodge.
DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze e diete specifiche.
COME SI RAGGIUNGE	Voli di linea internazionali (non inclusi) per Entebbe: vi sono ottime combinazioni di volo con Qatar Airways, Ethiopian Airlines, Emirates, Egyptair e altre. <i>Perché non includiamo il volo?</i> <i>Perché le tariffe aeree cambiano continuamente, e chi prima prenota meno paga. Per includerlo, dovremmo calcolare un costo "prudenziale" che ti impedirebbe di usufruire della miglior tariffa disponibile al momento della prenotazione. Per questo preferiamo lasciarti libero di accedere alle migliori condizioni possibili. A richiesta, possiamo comunque proporti e prenotare la soluzione più conveniente disponibile per il tuo viaggio.</i>

DOCUMENTI

- **Passaporto**, con validità residua di almeno 6 mesi dalla fine del viaggio.
- **Visto d'ingresso**: necessario. Va richiesto prima della partenza, per via telematica, collegandosi al sito <https://visas.immigration.go.ug>. Dopo aver inserito i dati e allegato i documenti necessari, il richiedente riceverà entro dieci giorni una ricevuta con codice a barre da presentare al varco di frontiera ugandese dove, a seguito del pagamento della tassa consolare e dell'acquisizione dei dati biometrici, otterrà il visto. Il costo è di 50,00USD. Per maggiori informazioni visitare il sito del Directorate of Citizenship and Immigration Control del Ministero dell'Interno ugandese, alla pagina <http://immigration.go.ug/content/visas-and-passes#>.

Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiareassicuri.it

TRASPORTI LOCALI

Land cruiser 4x4 con tetto apribile.

Impegno richiesto negli spostamenti: 🚗 🚗 🚗 (spostamenti lunghi e su strade a volte dissestate).

NOTA BENE: viaggiare in Uganda vuol dire necessariamente affrontare lunghi percorsi in jeep per spostarsi da un parco all'altro su strade che a volte non sono asfaltate, con tempi più lunghi di quelli che si potrebbero preventivare per percorrere pochi chilometri. Questa condizione è inevitabile per chi vuole conoscere questo Paese.

Quindi se decidete di partecipare al viaggio fatelo con la consapevolezza di dover affrontare qualche trasferimento lungo e disagiata (anche se in jeep con aria condizionata). Vi consigliamo, in sintesi, di adottare lo spirito da viaggiatore per godersi a pieno questo fantastico viaggio!

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

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO PARTENZA DALL'ITALIA

Incontro dei partecipanti con la nostra guida e partenza del volo dall'Italia per l'Uganda; pasti e pernottamento a bordo.

2° GIORNO ENTEBBE, PRIMO APPROCCIO CON L'UGANDA

Arrivo all'aeroporto di Entebbe, espletamento delle formalità doganali e incontro con la nostra guida locale, che ci accompagnerà in albergo. Sistemazione in camera.

Trasferimento dall'aeroporto all'hotel: 15' circa

Situata su una penisola nel Lago Vittoria, l'ex sede del governo dell'Uganda, Entebbe, offre molto per intrattenere i visitatori. Questa affascinante cittadina presenta strade alberate e rappresenta un'ottima base da cui partire per esplorare la zona circostante.

Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

3° GIORNO ALLA RICERCA DELLA "CICOGNA DAL BECCO A SCARPA"; POI VISITA DI ENTEBBE



Dopo colazione, avremo la possibilità di immergerci subito tra la flora e la fauna di questa magnifica terra, attraverso un'escursione all'area naturale Mabamba, lungo le rive del Lago Vittoria. Navigheremo a bordo di una canoa motorizzata lungo le placide acque di questa laguna, alla ricerca di numerose specie di volatili. Con un po' di fortuna ci imbattemmo nel famoso "becco a scarpa", il cui nome deriva appunto dalla stravagante forma del suo becco, che ricorda appunto una scarpa.

Siamo in una delle poche paludi rimaste nel Paese protetta dalle comunità locali. Si tratta di una vasta palude di papiri, con un labirinto di canali e lagune, che ospita diverse coppie di cicogne dal becco a scarpa, gli uccelli più famosi dell'Uganda. Questa carismatica specie è sicuramente uno degli uccelli più ricercati e fotografati dell'Africa, ma non sarà l'unico animale da cercare, perché l'area naturalistica riserva molte sorprese!

Rientro ad Entebbe per il pranzo. Nel pomeriggio, visita di Entebbe e in particolare dei suoi famosi giardini botanici, che rappresentano un'ottima introduzione ai safari in Uganda.

Rientro in hotel per la cena e il pernottamento.

4° GIORNO RISERVA DI ZIWA E MURCHISON FALLS NATIONAL PARK, TREKKING CON I RINOCERONTI

Dopo colazione, cominceremo la nostra avventura in Uganda spostandoci in direzione Nord-Ovest, verso la città di Masindi e l'area di conservazione Murchison Falls, la più grande in Uganda, che offre stupendi paesaggi di savana, di acacie nel Nord e foreste tropicali nel Sud. La prima esperienza di incontro con animali sarà la camminata nella Riserva di Ziwa Rhino Sanctuary un progetto di conservazione che ha riportato in Uganda i rari rinoceronti bianchi, un'area naturale protetta di 70 km². L'area ha lo scopo di consentire la futura reintroduzione dei rinoceronti nei parchi nazionali dell'Uganda. Le due sottospecie autoctone, il rinoceronte bianco settentrionale e il rinoceronte nero orientale, sono entrambe estinte in natura dal 1982. Il progetto di allevamento è iniziato nel 2005, quando 6 rinoceronti in totale sono stati trasportati all'interno del parco. In un ambiente privo di predatori naturali e protetti dai cacciatori di frodo, i rinoceronti si sono moltiplicati: a fine 2017, sono



diventati una ventina di esemplari.

Avremo l'opportunità di camminare al fianco di questi enormi mammiferi nel loro ambiente naturale. Pranzo incluso. Subito dopo *Masindi*, entreremo nel *Parco Nazionale Murchison Falls*. Situato all'estremità settentrionale dell'Albertine Rift Valley, dove l'ampia scarpata di Bunyoro cade nella vasta savana punteggiata di palme, il parco è diviso in due dal Nilo Victoria. Il fiume crea le scenografiche cascate *Murchison*, centro del parco e traguardo finale di rapide che hanno percorso 80 chilometri. Questo tratto di fiume offre uno degli spettacoli di fauna selvatica più notevoli dell'Uganda.

Trasferimenti giornalieri:

- *da Entebbe al Ziwa Rhino Sanctuary: 210 km, 3 ore circa*
- *dal Ziwa Rhino alle Murchison Falls: 78 km, 1 ora e 30' circa*
- *trekking con i rinoceronti: circa 2 ore*

In serata arriveremo al lodge per la cena e il pernottamento.

5° GIORNO

MURCHISON FALLS NATIONAL PARK, SAFARI ED ESCURSIONE IN BATTELLO

Sveglia all'alba e prima colazione, dopodiché partiremo per un safari fotografico, dove avremo l'opportunità di incontrare leoni, giraffe, elefanti, bufali, numerose specie di antilopi e coloratissimi volatili che popolano il parco. Raggiungeremo il delta del Nilo nel Lago Alberto tra pezzi di savana difficilmente dimenticabili. Rientro al lodge per il pranzo.

Dopo pranzo, faremo un'indimenticabile escursione in battello: risaliremo il Nilo fin quasi a raggiungere la base delle cascate. Godremo della vista di numerosi animali, tra cui ippopotami e coccodrilli, elefanti, antilopi e numerosissime specie di uccelli.

Rientro al lodge per la cena e il pernottamento.

6° GIORNO

AREA DEI LAGHI VULCANICI E TREKKING VERSO LA VETTA DEL MONDO

Partenza all'alba e trasferimento nella Crater Lakes Area; il trasferimento è lungo ma denso di bellissimi luoghi da osservare. Attraverseremo, infatti, la Rift Valley albertina e le piantagioni di the nell'area di Fort Portal. Cercheremo di arrivare al nostro lodge per pranzo, per poi concederci un po' di riposo e prepararci per la nostra attività pomeridiana.

Trasferimento giornaliero: 330km, 6 ore circa (con soste lungo il percorso).

Nel pomeriggio ci attende un'escursione adrenalinica verso la "vetta del mondo", una passeggiata naturalistica guidata al cosiddetto "Top of the World", un luogo incantato dal quale nelle giornate limpide è possibile vedere le catene montuose del Rwenzori e i laghi vulcanici circostanti.

Durata della camminata: circa 2 ore.

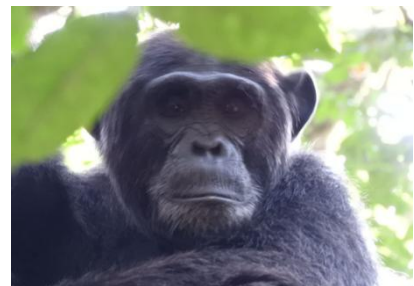
Rientro nel lodge, poi cena e pernottamento.

7° GIORNO

TREKKING CON GLI SCIMPANZÉ E PASSEGGIATA NATURALISTICA

Dopo colazione entreremo nella foresta di Kibale per una delle attività più adrenaliniche del nostro viaggio, il trekking con gli scimpanzé.

Il Parco Nazionale di Kibale è una grande foresta pluviale che ospita oltre 1500 scimpanzé. Qui avremo la possibilità di vedere gli scimpanzé da vicino e catturare scatti dei nostri "cugini" nascosti nella giungla immortalati in tutte le loro azioni di vita quotidiana, mentre si puliscono, costruiscono relazioni, allevano i piccoli, pensano e condividono il cibo.



Inoltre, nella foresta si trovano nove diverse specie di scimmie, fra le quali i colobi rossi, le scimmie

dalla coda rossa e i "bush baby".

Dopo il trekking torneremo al lodge per il pranzo e un po' di relax, prima di concederci un'altra passeggiata naturalistica nel pomeriggio in un luogo differente, la foresta di Bigodi.

Ritorno nel tardo pomeriggio nel nostro lodge per la cena e il pernottamento.

8° GIORNO

SAFARI E TRASFERIMENTO AL QUEEN ELIZABETH NATIONAL PARK E CROCIERA SUL FIUME

Dopo colazione inizieremo la nostra giornata di esplorazione dell'area dei vulcani, con una interessante escursione durante la quale potremo vedere diverse specie di scimmie, farfalle, varie specie di uccelli come il nativo Grande Turaco blu, il simpatico Greenbul, il cuculo olivastro dalla coda lunga, il superbo gruccione nero e molti altri.

Terminata la nostra escursione, ci trasferiremo al Parco Nazionale Queen Elizabeth.

Trasferimento da Kibale al Queen Elizabeth National Park: 2 ore circa

Nel pomeriggio faremo una crociera sul "Kazinga Channel", che unisce il Lago Edoardo e il Lago Giorgio. Durante la navigazione osserveremo tantissimi ippopotami, coccodrilli del Nilo, bufali, elefanti che si abbeverano al fiume, antilopi e uccelli anche molto rari come l'aquila pescatrice. Il nostro viaggio terminerà nel punto in cui il canale sfocia nel Lago Edoardo. La crociera sarà sicuramente una delle attività più emozionanti dell'intero viaggio, perché vedere la vita movimentata della savana vicina ai corsi d'acqua è sicuramente un grande spettacolo.

Ritorno nel nostro lodge, poi cena e pernottamento.

9° GIORNO

INTERA GIORNATA DI SAFARI NEL QUEEN ELIZABETH NATIONAL PARK

Dopo colazione ci attende un'intera giornata di safari in un parco semplicemente mozzafiato, dove vive un altissimo numero di animali. Infatti, sono circa 95 le specie di mammiferi qui presenti, tra cui leoni, elefanti, leopardi, iene, Uganda kobs (impala), iene, bufali e diverse specie di primati come scimpanzè, colobi blu, rossi, bianchi, neri e babuini.

Vi si trovano, inoltre, circa 600 specie di uccelli, una delle più alte concentrazioni dell'intero panorama africano, e distese di fenicotteri rosa lungo il lago di origine vulcanica Katwe.



Continueremo poi la nostra giornata con un trasferimento verso il settore del parco chiamato "Ishasha sector", dove pernosteremo. Si tratta di un'area famosa per la presenza dei leggendari "tree climbing lions", i leoni in grado di scalare gli alberi.

Trasferimento per Ishasha Sector: 70 km, 3 ore circa

Arrivo al lodge nel pomeriggio, relax, poi cena e pernottamento.

10° GIORNO



ISHASHA SECTOR E L'ARRIVO ALLA FORESTA DI BWINDI

In mattinata dopo colazione inizieremo il nostro game drive. Durante il quale, con un po' di fortuna potremo ammirare i "climbing lions", i leoni che si arrampicano sugli alberi che si diramano a pochi metri di altezza, e che i leoni usano come nelle ore più calde della giornata.

Successivamente, inizieremo ad ammirare gli spettacolari panorami delle montagne della Bwindi Impenetrable Forest, dove partirà il nostro trekking per vedere i gorilla di montagna il giorno successivo; nel pomeriggio, tempo permettendo, potremo fare una passeggiata nel villaggio circostante.

Trasferimento per Bwindi: 70 km, 3 ore circa

La Bwindi Impenetrable Forest si trova nel settore sud ovest dell'Uganda ad una altitudine compresa fra i 1160 e i 2607 metri. Si tratta di una vera e propria foresta tropicale distribuita su monti e vallate ed è considerata una delle foreste più ricche in biodiversità di tutta l'Africa. Infatti, è stata dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO. Nella lingua locale "Bwindi" significa "posto oscuro" in riferimento alla sua natura di fatto impenetrabile. Nel parco abitano 350 circa specie di uccelli, 200 specie di farfalle, 324 tipi diversi di alberi di cui 14 presenti solo in questo parco, per cui si possono effettuare escursioni di "bird watching" in una natura davvero incontaminata.

Arrivo al lodge nel pomeriggio, poi cena e pernottamento.

11° GIORNO

TREKKING CON I GORILLA NELLA BWINDI IMPENETRABLE FOREST

Dopo la colazione alle prime luci dell'alba, procederemo verso il quartier generale della Bwindi Impenetrable Forest per un piccolo briefing con i ranger, prima di procedere dentro la foresta per lo spettacolare trekking alla ricerca dei gorilla di montagna.



Ogni partecipante viene inserito in un gruppo a cui viene destinata una delle famiglie di gorilla e una guida specializzata. Il tempo necessario per raggiungere la propria famiglia di gorilla è imprevedibile e può andare da 2 a 8 ore. Una volta raggiunta la famiglia, si ha un'ora a disposizione per osservare questi splendidi animali che si nutrono, si muovono, giocano: un'esperienza indimenticabile!

Successivamente scenderemo a sud e pernosteremo a Lake Bunyonyi, accanto ad un lago a 1.840 metri di altitudine, in un'area conosciuta come la Svizzera africana per via dei suoi panorami spettacolari.

Trasferimento per il Lago Bunyonyi: 3 ore circa

Check-in nel nostro lodge, poi cena e pernottamento.

12° GIORNO

IL LAGO MBURO, POI SAFARI NEL PARADISO DELLE ZEBRE

Dopo colazione attraverseremo il lago con una canoa motorizzata verso la terraferma, deliziandoci con scenari spettacolari accompagnati dal volo di numerosi uccelli.

Continuiamo poi il nostro viaggio verso il Parco Nazionale del Lago Mburo. Arriveremo in tempo per il pranzo al lodge.

Trasferimento dal Lago Bunyonyi al Lago Mburo: 210 km, 3 ore circa

Nel pomeriggio ci dedicheremo ad un safari per vedere zebre, Topkapi, facoceri, bufali e impala.
Ritorno al lodge per la cena e il pernottamento.

13° GIORNO **TREKKING CON LE ZEBRE, POI TRASFERIMENTO A ENTEBBE**

Oggi di buon mattino inizieremo l'ultimo straordinario trekking di questo viaggio, una camminata fra zebre, antilopi, bufali, facoceri e tanti altri erbivori presenti nell'area.

Rientro al lodge per la colazione, poi partenza per Entebbe, dove andremo direttamente in aeroporto, in tempo per prendere il nostro volo di ritorno.



Trasferimento dal Lago Mburo all'aeroporto di Entebbe: 6/7 ore circa incluse le soste

Arrivo in aeroporto, saluti con la nostra guida locale e volo per l'Italia. Pasti e pernottamento a bordo.

PS: qualora le tariffe dei voli fossero migliori, potremmo proporre facoltativamente una partenza il giorno successivo e una notte extra a Entebbe.

14° GIORNO **ARRIVO IN ITALIA**

Arrivo in Italia, saluto con la nostra guida e...arrivederci al prossimo viaggio!

Abbigliamento e attrezzatura obbligatori... Abbigliamento adatto sia al trekking che alle camminate in città, scarponi da trekking, scarpe comode da passeggio, zaino, equipaggiamento anti-pioggia, borraccia, occhiali da sole, cappello, crema solare, binocolo, macchina fotografica (se possibile con lo zoom), asciugacapelli, repellente, pile. Indumenti pesanti per i safari mattutini.

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 ai monumenti e alle cittadine. Coprizaino.

Bastoncini da trekking o 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, dovrete lasciarli in aeroporto alla partenza!

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

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione: febbraio e ottobre

€ 4.860,00

(In camera doppia condivisa)

agosto

€ 4.960,00

Supplemento camera singola: € 720,00

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

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO INCLUSA NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE

LA QUOTA COMPRENDE: pernottamento in hotel/guest-house a Entebbe per una notte, in camere doppie con servizi privati, cena e prima colazione; pernottamento in lodge nei parchi, in pensione completa per tutta la durata del viaggio; tutti i pranzi in corso di escursione; tutti i trasporti e trasferimenti con autista in veicolo da safari 4x4 Land Cruiser con tettuccio apribile; acqua a disposizione durante i trasferimenti e i safari; i permessi per il trekking con gli scimpanzé (valore 250 U\$D); i permessi per il trekking con i gorilla di montagna (valore 800 U\$D); assistenza di Guida Ambientale Escursionistica dall'Italia per tutta la durata del viaggio; guida locale parlante italiano per tutte le attività previste dal tour; tutte le escursioni e le entrate previste nel programma; tutte le tasse dei parchi; le guide per i safari a piedi (rinoceronti, gorilla, scimpanzé, zebre); le crociere alle Murchison Falls e al Kazinga Channel; l'assicurazione annullamento (vedi sotto alla voce "Assicurazione annullamento").

LA QUOTA NON COMPRENDE: spese di apertura pratica (vedi sotto); volo A/R dall'Italia per Entebbe (vedi sopra "Come si raggiunge"); le bevande; il visto per l'Uganda (50 U\$D); quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO INCLUSA NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE: nella quota di partecipazione è inclusa l'assicurazione annullamento con la compagnia Nobis. Per verificare le condizioni e le caratteristiche della polizza annullamento inclusa cliccare [qui](#)

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 40,00 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.

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

Condizioni generali di partecipazione come da pacchetto 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. e ii.

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 gran parte dell'Uganda è attraversata da un altipiano che ha un'altezza variabile tra i 1.000 e i 1.200 metri, il cui clima è piacevolmente caldo, con temperature medie oscillanti tra i 21 e i 23 gradi e precipitazioni comprese tra i 1.000 e i 1.500 millimetri l'anno. Le variazioni di temperatura nel corso dell'anno sono contenute, comunque vi è un periodo più caldo da dicembre a marzo, più avvertibile al nord, e un periodo più fresco da giugno a settembre. In genere le temperature sono piacevoli, anche se qualche volta può fare molto caldo di giorno, soprattutto da dicembre ad aprile, mentre di notte può fare fresco o persino freddo a seconda della quota, per tutto l'anno.

Nel nord-ovest, intorno al Lago Alberto (le cui sponde si trovano a 620 metri) e lungo il corso del Nilo Alberto, l'altitudine scende sotto i 1.000 metri, e il caldo diventa più intenso. Anche la parte occidentale del Nilo Vittoria, dove si trovano le Cascate Murchison, scorre ad un'altitudine inferiore ai 700 metri. In altre zone invece si superano i 1.500 metri, e di notte può fare decisamente freddo. Il periodo da dicembre a marzo, anche se in teoria sarebbe quello invernale, è il più caldo, perché vede la prevalenza delle correnti secche da nord-est, in origine provenienti dalle regioni aride del Sudan e dell'Eritrea. Invece quando in teoria sarebbe estate, prevalgono le correnti relativamente fresche da sud-est, provenienti dall'Oceano Indiano e dagli altipiani della Tanzania, almeno nella parte meridionale del Paese, mentre al nord prevalgono le correnti più umide provenienti dal Congo. Per quanto riguarda le piogge, esse si verificano sotto forma di rovescio o temporale pomeridiano o serale: anche quando non portano piogge abbondanti, temporali con tuoni e fulmini possono scoppiare tutto l'anno, soprattutto al sud.

FUSO ORARIO

+2h rispetto all'Italia, +1h quando in Italia vige l'ora legale.

LINGUA

L'inglese è la lingua ufficiale; le lingue più diffuse sono il luganda e il kiswahili.

MONETA

Scellino Ugandese (UGX).

ELETTRICITÀ

Tensione: 240 V - Frequenza: 50 Hz Presa elettrica di tipo G:



TELEFONO

Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +256. Prefisso per chiamare l'Italia +39. La rete cellulare è coperta da: MTN, Airtel, Africell, Vodafone, UTL, Smart. Dal 1 luglio 2018 è stata introdotta la tassa OTT, che impone il pagamento di 200 Scellini Ugandesi al giorno (circa 0,04 Euro) per poter usufruire di servizi di social media molto diffusi, quali Whatsapp, Twitter, Facebook, Skype, etc.

SANITÀ

La vaccinazione contro la febbre gialla rappresenta un requisito di accesso all'interno del Paese per tutti i viaggiatori di età superiore ai 9 mesi di vita. Tale vaccinazione deve essere effettuata almeno 10 giorni prima dell'ingresso nel Paese e ha durata permanente, non necessitando di ulteriori richiami. Si suggerisce, previo parere medico, la profilassi antimalarica, la vaccinazione antimeningococcica, epatite A e B. Si raccomanda, inoltre, di bere acqua e bibite in bottiglia, senza l'aggiunta di ghiaccio; bollire e filtrare l'acqua corrente in quanto non potabile; evitare cibi crudi (insalate, frutta fresca, ecc.). Le verdure vanno lavate e sterilizzate con prodotti quali amuchina e steridrol; evitare di bagnarsi nel lago Victoria.

È incluso nel pacchetto di viaggio una "Polizza Medico-No Stop" a copertura delle spese mediche (dettagli, coperture e limitazioni disponibili presso i ns. uffici o dalla guida).

CUCINA

La cucina in Uganda è un insieme di cucine come quella inglese, araba, asiatica ed indiana. Resta però sempre viva quella tradizionale tra il popolo ugandese. In ogni differente tribù è presente un piatto tradizionale con gusti particolari e molto riconoscibili. La valenza di questa cucina sta nell'uso di materie prime sempre molto fresche. I piatti sono ricchi di verdure, patate, banane e molti altri frutti tropicali. Inoltre carni come il pollo e pesce sono usati sia freschi che in stufati di ogni tipo. Inoltre vengono molto consumate patate, riso, germogli di soia e cassava. Di seguito alcuni piatti tipici ugandesi: L'ugali è un piatto tipico che generalmente veniva consumato per la colazione ed è una purea di miglio, caratteristica soprattutto nel nord del paese. Viene cucinato con acqua e servito con carne di manzo in salsa. Viene inoltre preparato oltre che con farina di granturco con altri tipi di amidi come il know ed il posho e la farina di manioca. Il chapati è un pane tipico dei paesi indiani come origine e molto usato in Uganda. Viene usato al posto del riso per accompagnare i piatti di carne o di verdure. Le arachidi vengono comunemente usate e viene anche creata una salsa molto popolare in Uganda. Questa viene miscelata con pesce o carne affumicata e funghi. Il Luwombo è uno stufato fatto sia col pollo che col manzo, funghi, oppure pesce cotto in foglie di banano. Samosa, un altro piatto di origine indiana, un involtino ripieno sia di carne che di verdure. Sim - Sim che è sesamo tostato molto usato al nord del paese immerso nello stufato di verdure o fagioli oppure fatto in pasta servito come condimento. E' praticamente una grande caramella fatta di sesamo tostato e miele. Mugati naamaggi è un piatto di origini arabe. Pasta di grano, praticamente pane fatto a frittella ripiena di carne macinata e uova non cotte. Malewa è un piatto di provenienza dell'Uganda orientale fatto da germogli di bambù. Capitolo a parte merita il Matoke autentico piatto Nazionale ed originario del paese. Si tratta di un piatto unico. Il matoke, ossia il platano, simile alla nostra banana per forma, viene cotto con burro, cipolle coriandolo fresco e peperoncino. Viene poi servito con del brodo (generalmente di carne).

INDIRIZZI

AMBASCIATA D'ITALIA IN UGANDA

E NUMERI UTILI

Lourd Road, Plot 11, Nakasero P.O.Box
4646
KAMPALA
Telefoni: 00256 (0) 312 188 000-1-2-3
Cellulare di servizio (fuori orario d'ufficio, fino alle ore 21.00): +256 (0) 772 750 448
E-mail: segreteria.kampala@esteri.it - Internet: www.ambkampala.esteri.it

PER SAPERNE DI PIÙ

Guide: Uganda. Un paradiso all'equatore - Autore : Massimiliano Dorigo

Internet: <http://www.visituganda.com>

Informazioni sulla sicurezza, scheda del paese e notizie utili: www.viaggiare Sicuri.it

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

"Tutti i nostri nomi" di Dinaw Mengestu.

La storia di un'amicizia che nasce all'università di Kampala, in Uganda, e approda in America, portando con sé un lascito di esperienze e sogni che diventano sempre più essenziali e reali, in un mondo che il protagonista, Langston, sente di non possedere mai fino in fondo. Un altro splendido capitolo della continua riflessione su identità ed emigrazione, amicizia e rinascita che l'autore di origini etiopi conduce nei suoi romanzi.

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.

3)

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.

FOUR
SEASONS
NATURA E
CULTURA
ADERISCE A:



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