2026

ITALIA, OGNI PASSO UNA STORIA

Non solo sentieri ma esperienze originali da condividere

ISOLE TREMITI

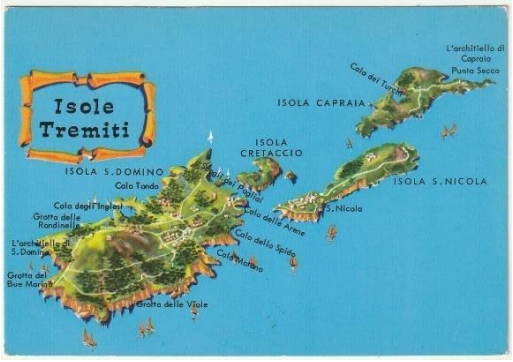
UN TUFFO NELLE PICCOLE PERLE DELL'ADRIATICO

SPECIALE PERCHÈ

- Magnifico arcipelago composto dalle magiche isole di San Nicola, San Domino, Caprara, Pianosa, Il Cretaccio.
- La Buona cucina delle isole Tremiti, semplice ma genuina
- San Nicola che con i suoi monumenti testimonia la storia delle isole

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- La Riserva Naturale Marina AMP delle isole Tremiti istituita nel 1989
- Il Parco Nazionale del Gargano



Sulla rotta delle antiche Diomedee, dove Omero pose l'ultima dimora del mitico eroe amico di Ulisse, fra gli scogli che emergono dalle acque, si trova l'arcipelago delle Isole Tremiti. Situato di fronte al promontorio del Gargano, ad est della Puglia, è composto da cinque isole: San Domino, San Nicola, Caprara, Il Cretaccio e Pianosa. La leggenda racconta che Diomede, eroeomerico di straordinaria forza e coraggio fuggito dalla Tracia, sbarcò sulla costagarganica per fondare il suo nuovo regno: la Daunia. Per segnarne i confini Diomede si servì di grossi massi provenienti dalla sua terra dando origine alle Isole Tremiti. Il nostro viaggio ci condurrà alla scoperta dei tesori nascosti di queste piccole isole, in cui la limpidezza del mare, i fondali variopinti e puliti, ilclima gradevole, l'aria pura, la vegetazione rigogliosa, la natura incontaminata,le coste aperte da cale e grotte suggestive creano zone di una bellezza spirituale cui nessun appassionato del mare e della natura saprebbe resistere. Le isole, molto diverse tra loro, sono caratterizzate da un ambiente incontaminato e da un'atmosfera tranquilla dovuta in parte alla quasi totale assenza di automobili. Cammineremo alla scoperta di piccole baie isolate, di coste inaccessibili a picco sul mare e del magico candore dei rilievi da dove è sempre visibile il mare; avremo tempo per esplorare anche grotte nascoste tra la vegetazione selvaggia. Ma le Tremiti sono anche storia. I suoi piccoli centri arroccati sui promontori, al crocevia per le rotte d'oriente, ricche di vestigia e monumenti ci raccontano di un passato importante e tumultuoso. Le Isole Tremiti fanno parte del Parco Nazionale del Gargano e dal 1989 una porzione del loro territorio costituisce l'Area Marina Protetta (AMP).

Non mancherà naturalmente, la possibilità di assaporare la ricca e variegata cucina locale.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

San Domino

Cala delle Roselle

Scorcio da San Nicola

Isole Tremiti

Isole Tremiti

Santa Maria a Mare San Nicola

IL PARCO NAZIONALE DEL GARGANO E L'AREA MARINA PROTETTA. *Il Parco Nazionale del Gargano è una realtà dalle mille sfaccettature. La linea costiera è un luogo straordinario per l'osservazione della natura. Qui, le variazioni ad opera di erosione, sedimentazione e cambiamento del livello marino, sono assai spettacolari e talvolta anche violente. Sia le scarpate delle falesie che le dune ospitano una flora ed una fauna molto caratteristiche con le quali è facile familiarizzare. Tra i punti salienti dell'analisi del paesaggio marino del Gargano, dobbiamo evidenziare che le coste adriatiche sono sottoposte a deboli variazioni del livello marino nonché i popolamenti animali o vegetali del litorale presentano un buon livello di elementi in comune. È importante ricordare che la scarsa ampiezza dell'escursione delle maree non ci permette di osservare la flora e la fauna marine. L'assenza di una zona di "oscillazione delle maree" limita le escursioni nel dominio marino, che è accessibile solo in immersione o durante escursioni di sea-watching.*

La vegetazione della fascia costiera è caratterizzata dall'alternanza con transizioni, di tre tipi: le coste rocciose, prive di qualsiasi rivestimento; le spiagge, formate da sabbie, ghiaie e ciottoli; le zone costiere umide come stagni, lagune salate o salmastre e praterie umide che sono ricchissimi di vita. Le coste del Parco Nazionale del Gargano sono sottoposte a numerose correnti provenienti da diverse direzioni, tra le quali quella costante è diretta da nord verso sud. Quest'ultima è rinforzata dalle tempeste generate dai venti di tramontana oppure rallentata dallo scirocco. Nei pressi della costa questi venti possono generare grosse ondate. Le condizioni ottimali delle acque, caratterizzate da temperature miti, senza forti correnti e prive di specie pericolose permettono al turista di intraprendere senza alcun rischio entusiasmanti spedizioni di conoscenza.

COSA TROVERAI IN QUESTO VIAGGIO

🎭 *Ti racconteremo la nostra Italia "insolita"*

Il fondo del mare delle Isole Tremiti è ricco di relitti, tesori nascosti anche di una certa rilevanza storica che hanno alimentato la curiosità di tantissimi subacquei. Ecco alcuni dei principali relitti ritrovati sui fondali marini di queste meravigliose isole: Cala dei Benedettini: I° sec. a.C., - 25 mt. / Galea flotta Turca: 1500 d.C., - 30 mt.
/ Piroscafo a ruote "Il Lombardo": XVIII sec. d.C., - 30 mt. / Punta del Vuccolo: XVI sec. d.C., - 25 mt. / Tegole Romane: I sec. a.C., - 55 mt. / Tre Senghe: I sec. a.C., - 30 m. - Si tratta di ritrovamenti storici di importanza straordinaria. L'immersione non sempre è possibile a causa delle condizioni del mare.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 15 al 20 settembre 2026 *(6 giorni – 5 notti)*
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons *(min. 4 max. 15 partecipanti)*
GUIDA	Claudio Focarazzo (Guide Ambientale Escursionistica) *Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca QUI*
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà 🐾🐾; visita di Termoli; visite dei luoghi caratteristici; escursioni e passeggiate su sentieri panoramici; enogastronomia locale isolana. *Le escursioni sono di **livello medio - facile**, accessibili a tutti coloro dotati di un minimo di allenamento e in buone condizioni fisiche. Le escursioni non hanno dislivelli particolarmente elevati, ma sono a volte lunghe e su itinerari non ombreggiati. In alcuni tratti si possono trovare sentieri esposti, sconnessi e con fondo bagnato.* Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI
DOVE DORMIAMO	• 1 notte in hotel*** a Termoli • 4 notti in hotel *** a San Domino
PASTI INCLUSI	Tutte le prima colazioni; 1 cena a Termoli; 1 cena a San Domino
PASTI NON INCLUSI	3 cene a San Domino; tutti i pranzi al sacco da organizzare localmente; le bevande ai pasti
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	Traghetto per San Domino da Termoli (incluso nella quota) • *2° giorno*: Termoli – Isole Tremiti • *6° giorno:* Isole Tremiti -Termoli
INIZIO E FINE DEL VIAGGIO	• *Inizio viaggio*: 1° giorno: dalle ore 16.00 Appuntamento in hotel a Termoli • *Fine viaggio*: 6° giorno: ore 11.00 circa porto di Termoli
DOCUMENTI	• Carta di Identità valido per tutta la durata del viaggio • Tessera sanitaria • Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiaresicuri.it
TRASPORTI LOCALI	Collegamenti marittimi: • Termoli/San Domino/Termoli (incluso nella quota) • San Domino/San Nicola/San Domino (non incluso nella quota). • Brevi spostamenti giornalieri in traghetto o aliscafo per raggiungere le altre isole (non inclusi)

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO — **TERMOLI**

Arrivo a Termoli e sistemazione in hotel.
Nel pomeriggio incontro con la guida e visita orientativa di Termoli. Percorrendo il suo caratteristico centro storico, noteremo i segni delle varie stratificazioni culturali che caratterizzano la città, dal Castello fortificato da Federico II di Svevia del 1240, alla Cattedrale di Santa Maria della Purificazione, nel cuore del borgo, di notevole interesse architettonico in stile romanico pugliese. Naturalmente non dimenticheremo una visita ad una delle sue fantastiche pasticcerie molisane.
Cena in ristorante locale. 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 — **TERMOLI / ISOLE TREMITI – Alla scoperta di San Domino**

Prima colazione in hotel e partenza di buon mattino in traghetto o aliscafo per raggiungere le isole Tremiti. Arrivo a San Domino, piccola cittadina dell'omonima isola, la più grande dell'Arcipelago delle isole Tremiti, e sistemazione in hotel. Introduzione alla conoscenza delle isole Tremiti. Escursione a Cala Matano e Cala dello Spido.
Passeggiata serale per le vie della città, per godere della tranquillità dell'isola e ammirare il tramonto sul mare.

Dislivello: 100m – Lunghezza: 4km – Durata: 4:00h – Difficoltà:

3° GIORNO — **ISOLA DI SAN DOMINO – Una giornata di escursione lungo la costa tra storia e paesaggi marini**

Dopo colazione inizieremo un'escursione prendendo le vie che ci porteranno a scoprire a piedi l'isola di San Domino, che per superficie è la prima isola pugliese oltre che dell'Arcipelago tremitese. Dopo aver attraversato il piccolo centro storico, ci avventureremo nell'isola spostandoci lungo le piste per ammirare Cala dello Spido e Cala del Diamante dove un ampio panorama si affaccia sulla piccola isoletta del Cretaccio, circondata da un mare che non pensi sia l'Adriatico per quanto è pulito e trasparente. Proseguiremo per un tratto di costa che si affaccia su piccoli isolotti che punteggiano il mare blu in questo meraviglioso arcipelago. Naturalmente non mancherà occasione lungo il percorso di fare soste per bagnarsi in questo mare cristallino.

Dislivello: 200m – Lunghezza: 9km – Durata: 4:30h – Difficoltà:

4° GIORNO — **ISOLA DI SAN NICOLA – Una giornata alla scoperta dell'isola tra riferimenti artistici e naturali**

Dopo colazione ci sposteremo in barca sull'isola di San Nicola (condizioni del mare permettendo) che dista da San Domino poche centinaia di metri. San Nicola pur essendo la più piccola delle Tremiti, (escludendo il Cretaccio e Pianosa), è storicamente ed artisticamente la più importante delle isole, con l'Abbazia - Fortezza di Santa Maria a Mare che fu definita da Émile Bertaux la Montecassino in mezzo al mare. Il nostro giro inizia dal piccolo porto seguendo il perimetro della costa che in alcuni tratti si presenta verticale a picco sul mare con magnifici panorami sulle isole di Capraia (nota nell'antichità come *Capperaia* per la presenza di piante selvatiche di cappero) e San Domino, tra una ricca vegetazione mediterranea. Osserveremo lungo il nostro itinerario una costa a falesia originata dagli intensi fenomeni erosivi legati alle mareggiate e al vento. Mentre l'interno si presenta stretta e lunga ed è costituita da un altopiano roccioso con bassa vegetazione.

Dislivello: 150m – Lunghezza: 10km – Durata: 5:00h – Difficoltà:

5° GIORNO — **ISOLA DI SAN DOMINO – Il mito di Diomede**

Dopo aver fatto colazione ci avventureremo in un giro dell'isola passando per lo scoglio del sale, Cala delle Roselle per un tuffo e bagno in queste acque cristalline. Proseguiremo per il Faro di San Domino dove il panorama è favoloso, da lì con un po' di fortuna si vedono le Diomedee (Berte, specie di gabbiani) che vivono sull'Isola e nidificano sulla roccia. C'è un mito legato a Diomede eroe acheo, tanto che in antichità le isole furono chiamate isole Diomedee. Alcuni narrano che vi morì in seguito

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

ad un naufragio. In seguito alla sua morte, Venere dea della bellezza e dell'amore, ebbe compassione dei suoi compagni e decise di trasformarli in "Diomedee" e al calar della notte, in particolare, è possibile udire i loro garriti simili ai lamenti dei fanciulli che instancabilmente sono lì presenti intorno al sepolcro del loro Re, quasi a volerlo proteggere. Continuando ci dirigeremo verso altre magnifiche Baie dove avremo la possibilità di bagnarci nelle splendide acque del mare, attraversando pinete e macchia mediterranea. Nel pomeriggio faremo ritorno in hotel.

Dislivello: 250m – Lunghezza: 12km – Durata: 5:00h – Difficoltà:

6° GIORNO

ISOLE TREMITI (SAN DOMINO) / TERMOLI / LUOGHI DI PROVENIENZA

Dopo la prima colazione, rientro a Termoli in traghetto o aliscafo. Arrivo al porto e proseguimento per i 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 leggeri, giacca a vento antipioggia o mantellina, abbigliamento comodo e a strati, borraccia d'acqua (almeno 1 litro) e zaino da 30 litri, cappello, occhiali da sole, crema solare protettiva, scarpette da scoglio, costume da bagno, telo da 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. Coprizaino. Occhialini o maschera mare. Spray antizanzare e crema dopo puntura. Posate da campeggio. Integratore Sali minerali. Barrette energetiche.
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

SALVIAMO L'ORSO

ASSOCIAZIONE PER LA CONSERVAZIONE DELL'ORSO BRUNO MARSICANO

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 contribuisci 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: € 790,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 150,00

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; le tasse di soggiorno; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per l'intera durata del viaggio; una cena a Termoli; una cena in hotel a San Domino (2 portate, acqua e vino esclusi); trasporto bagagli a San Domino dal porto all'hotel e viceversa; traghetti A/R da Termoli per le Tremiti

LA QUOTA NON COMPRENDE: spese di apertura pratica; i trasporti per Termoli; trasporti locali tra isola e isola; pasti non espressamente inclusi e le bevande; le eventuali entrate ai musei, ai parchi e ai monumenti; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende"

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 CO_2 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. e ii.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

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 delle Isole Tremiti è decisamente mediterraneo, con inverni miti ed estati calde, senza un prolungato e marcato periodo di aridità estiva. La piovosità è concentrata nel periodo autunnale e invernale, quando sono anche più frequenti le mareggiate e le burrasche.
Date le estati assolate, la forte concentrazione di luce e l'assenza di umidità permettono una vegetazione particolare; qui, infatti, la specie divenuta simbolo delle isole è il Pino d'Aleppo, presente soprattutto a San Domino con pinete incantevoli e incontaminate alte fino a 20 metri. Da giugno a settembre, sono mesi vivamente consigliati per chi ama il mare, con sole assicurato eun incantevole panorama e con tante piccole "cale" che si alternano agli scogli.

CUCINA

In un luogo di mare come le Isole Tremiti il pesce non può che essere il re della tavola in tutte le stagioni. I prodotti e piatti tipici della dieta mediterranea vengono impreziositi e rielaborati alla luce delle specificità territoriali.
Antipasti, fritture, zuppe, e grigliate sono solo alcuni esempi dei tanti utilizzi che il pesce rigorosamente fresco e pescato in giornata, può offrire nei numerosi ristoranti di San Domino e San Nicola. La cucina tremitese risente fortemente della gastronomia garganica e ciò si manifesta nella frugalità nella preparazione dei pasti e nella scelta dei sapori decisi e ben strutturati Onnipresenti sulle tavole il pane e la pasta, non di rado preparati secondo l'antica tradizione locale e magari fatti anche dalle massaie secondo ritualità che si ripetono da secoli sempre uguali.
Le combinazioni con crostacei, molluschi e pesci sono praticamente infinite. Spigole, ricciole scorfani, dentici, triglie giganti, scampi, gamberi e aragoste – giusto per citarne alcuni – passano in poche ore dal mare alla tavola, da soli, insieme ad altri pesci oppure con la pasta: gli spaghetti allo scoglio sono una delle tante prelibatezze che i ristoratori locali, talvolta dotati di un proprio peschereccio, portano in tavola. Da provare i palamiti, pesce dalle carni bianche utilizzato per insalate oppure servito insieme a verdure colorate come capperi, cipolle e pomodorini. I color sono una costante della gastronomia isolana: lo schiantalo (o tanuta) si distingue anche per la sua gradevolezza cromatica oltre che per il sapore delicato delle sue carni insaporite con le olive nere della zona e l'immancabile olio extravergine d'oliva Dauno DOP.
Anche il pane, specie la mollica, è utilizzato per guarnire i piatti di pesce, come ad esempio per fare il ripieno del cefalo alla brace, condito con aglio, prezzemolo e aceto. Per chi ama i piatti un po' insoliti segnaliamo le grandi meduse bollite, al cartoccio oppure in polpette, secondo una tipica ricetta tremitese. A chi invece piace andare sul sicuro farà piacere sapere che il polpo verace, indispensabile per una vera insalata di mare, è presente in ogni periodo dell'anno e lo stesso vale per lo scorfano, senza il quale una zuppa di pesce non può dirsi tale.

PER SAPERNE DI PIÙ

Guide:

Tremiti perle dell'Adriatico.
Guida alla fauna e alla flora delle isole di Serena Maccari Neos Edizioni, 15,00€ (acquistabile anche online)

Isole Tremiti e Termoli
di Donatella Langiano ed Edoardo Agresti Edizioni Polaris, 16,00€ (acquistabile anche online)

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

"Atlante tascabile delle isole remote. Cinquanta isole dove non sono mai stata e mai andrò"
di Judith Schalansky (Autore), F. Gabelli (traduttore)

Con questo atlante, Judith Schalansky ci conduce in cinquanta isole remote, lontane da tutto e da tutti che non troverete mai con Google Earth: da Tristan da Cunha fino all'atollo di Clipperton, dall'Isola di Natale a quella di Pasqua, e ci racconta storie misteriose e bizzarre. Storie di animali rari e di uomini strani, di schiavi naufraghi e solitari studiosi di scienze naturali, esploratori smarriti e folli guardiani del faro, naufraghi dimenticati e marinai ammutinati. Sono le storie di "Robinson" volontari e involontari che dimostrano che i viaggi più avventurosi si svolgono sempre nell'immaginazione, con il dito sulla carta.

LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITA': 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.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

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

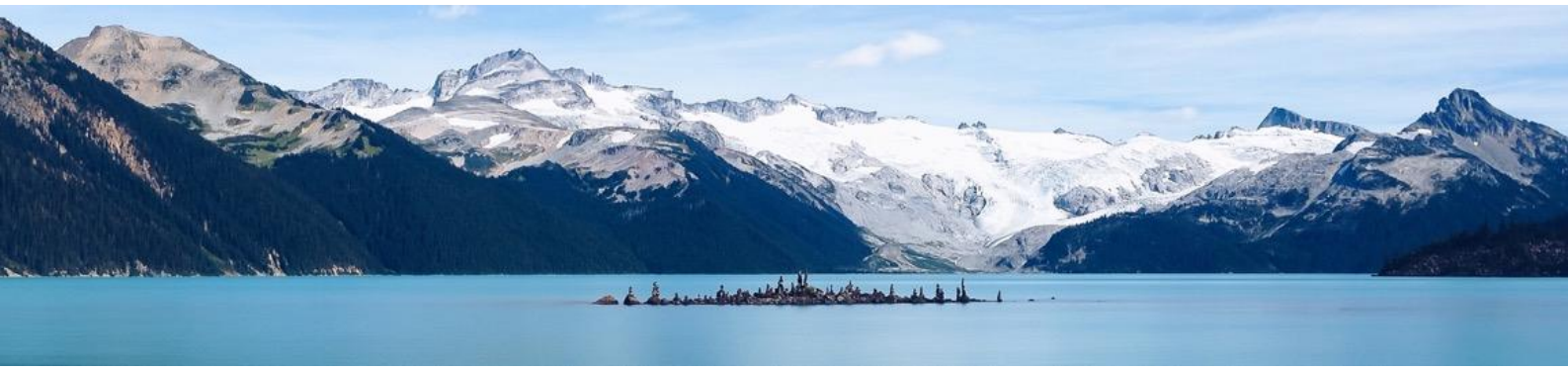
La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.
Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori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

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA
FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT



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 CO_2 prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care***

Tutti i nostri viaggi sono a "zero CO_2"

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO_2 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 CO_2.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contributi 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.

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT

- ***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

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA by GAIA 900 Srl
Via degli Ottavi 35, 00174 Roma, Tel +39 06 27800 984, infoviaggi@fsnc.it
WWW.FSNC.IT - WWW.VIAGGINATURAECULTURA.IT