2027
SCHEDA VIAGGIO

TRANSILVANIA E MOLDAVIA IN TRENO A VAPORE!

Nel cuore dei Carpazi tra ferrovie storiche, borghi medievali e monasteri affrescati





SPECIALE PERCHÈ

- Tre suggestivi viaggi a bordo di treni storici a vapore, attraverso le foreste e le vallate dei Carpazi
- Il fascino della Transilvania medievale, tra città sassoni, chiese fortificate, villaggi tradizionali e il leggendario Castello di Dracula
- La scoperta della Moldavia e dei Carpazi più autentici, tra monasteri affrescati patrimonio UNESCO, spettacolari gole montane e antiche tradizioni rurali

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- I Carpazi Orientali e le spettacolari Gole di Bicaz
- La Valle del Vaser e i Monti Maramureș, tra foreste e ferrovie storiche
- I Monti Gurghiu e Sovata



La Romania è una terra di straordinari contrasti, dove la natura selvaggia dei Carpazi incontra borghi medievali, antiche tradizioni e un patrimonio culturale di sorprendente ricchezza. Un viaggio affascinante attraverso la Transilvania e la Moldavia, tra fitte foreste, vallate incontaminate, spettacolari gole montane e villaggi in cui il tempo sembra essersi fermato. Il filo conduttore di questa esperienza saranno tre suggestivi viaggi a bordo di storici treni a vapore, le caratteristiche Mocănița, che percorrono antiche ferrovie a scartamento ridotto attraverso alcuni degli scenari più emozionanti del Paese. Dalle leggendarie terre del Conte Dracula alle città sassoni di Brașov e Sighișoara, scopriremo castelli, chiese fortificate e piccoli centri ricchi di storia, per poi spingerci verso i monasteri affrescati della Moldavia, autentici capolavori d'arte e spiritualità. Attraverseremo le imponenti Gole di Bicaz, esploreremo i paesaggi dei Carpazi e percorreremo a piedi sentieri tra villaggi tradizionali e dolci colline. Un itinerario originale, capace di coniugare natura, storia e cultura con il fascino senza tempo delle antiche locomotive, per scoprire il volto più autentico e sorprendente della Romania.

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



Il Castello di Bran



La Mocăniţa nella Valle del Vaser



Il Monastero di Moldoviţa



Sighişoara, la città medievale



Le spettacolari Gole di Bicaz



Braşov e la Chiesa Nera

LE MOCĂNIŢA, GLI STORICI TRENI A VAPORE DEI CARPAZI



Un viaggio indietro nel tempo a bordo delle Mocăniţa, le caratteristiche locomotive a vapore che percorrono antiche ferrovie a scartamento ridotto attraverso i paesaggi più suggestivi della Romania. Nate per il trasporto del legname dalle foreste dei Carpazi, queste ferrovie rappresentano oggi una straordinaria testimonianza della storia e delle tradizioni locali. Il nostro itinerario prevede tre emozionanti esperienze ferroviarie: tra i boschi di Sovata, lungo la storica linea Moldoviţa–Argel e nella selvaggia Valle del Vaser, dove il trenino di Vişeu de Sus attraversa fitte foreste, torrenti e vallate montane lungo un'antica ferrovia forestale inaugurata nel 1932. Un modo lento e affascinante di scoprire il cuore più autentico dei Carpazi.

I MONASTERI AFFRESCATI DELLA BUCOVINA

Nel cuore della Moldavia rumena, tra dolci colline e foreste dei Carpazi Orientali, sorgono alcuni dei più straordinari capolavori dell'arte religiosa europea. Costruiti principalmente tra il XV e il XVI secolo, i monasteri della Bucovina sono celebri per i magnifici affreschi che decorano non soltanto gli interni, ma anche le pareti esterne delle chiese. Vere e proprie Bibbie illustrate, queste pitture raccontano episodi sacri attraverso colori vivaci e raffinate composizioni, conservando intatto il fascino di un'antica tradizione bizantina. Tra questi visiteremo il Monastero di Moldoviţa, patrimonio mondiale UNESCO, le cui splendide decorazioni risalenti al 1537 rappresentano una delle testimonianze più affascinanti della spiritualità e della cultura romena.

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 22 al 29 aprile; dal 22 al 29 luglio; dal 26 agosto al 2 settembre; dal 16 al 23 settembre 2027 *(8 giorni /7 notti)*
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons *(min. 6 max. 15 partecipanti)*
GUIDA	Andrea Giorgi *(iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche LA287)* *Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca* QUI
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà 🐢; suggestivi viaggi a bordo di storici treni a vapore attraverso le foreste e le vallate dei Carpazi; visite alle città medievali, ai castelli e alle chiese fortificate della Transilvania; scoperta degli antichi monasteri affrescati della Moldavia, patrimonio UNESCO; passeggiate naturalistiche tra spettacolari gole montane, boschi e villaggi tradizionali; incontri con la cultura, la storia e le tradizioni locali. Legenda della difficoltà delle camminate: 🐢: da 0 a 3 km; durata fino a 2 ore; dislivello fino a 50 metri 🐢🐢: da 4 a 6 km; durata da 2 a 3 ore; dislivello fino a 100 metri 🐢🐢🐢: da 7 a 8 km; durata da 3 a 4 ore; dislivello fino a 200 metri *Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando* QUI
DOVE DORMIAMO	Sistemazione in hotel 4 stelle, per un totale di 7 pernottamenti: • 2 notti a Predeal – Hotel Piemonte 4★ • 1 notte a Piatra Neamț – Hotel Central Plaza 4★ • 2 notti a Bistrița – Hotel Ozana 4★ • 1 notte a Mediaș – Hotel Mercure 4★ • 1 notte a Bucarest – Hotel Minerva 4★
PASTI INCLUSI	Tutti tranne il pranzo del primo giorno: 7 prime colazioni, 7 cene (di cui una cena tipica con spettacolo folcloristico), 1 pranzo in montagna durante l'escursione in treno a vapore; 5 pranzi durante le visite e le attività. Acqua in caraffa sempre inclusa.
PASTI NON INCLUSI	Il pranzo del primo giorno. Le bevande oltre l'acqua.
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	Voli di linea o low-cost per Bucarest (non inclusi nella quota). Collegamenti diretti dall'Italia operati principalmente da Wizz Air, Ryanair e TAROM, con partenze da Roma, Milano, Bologna, Venezia/Treviso, Napoli, Bari, Catania e altri aeroporti italiani. Aeroporto di arrivo e partenza consigliato: Bucarest Henri Coandă (OTP). PRENOTAZIONE DEI VOLI Se desideri prenotare autonomamente il volo, verifica che gli orari siano compatibili con i trasferimenti collettivi previsti dal programma. Prima di acquistare il biglietto, verifica sempre con la nostra Segreteria che il viaggio sia confermato e che gli orari di inizio e fine tour siano definitivi.
DOCUMENTI	• **Carta di Identità o Passaporto** validi per tutta la durata del viaggio. In caso di carta d'identità con validità prorogata si consiglia l'utilizzo del passaporto. • Tessera sanitaria • Stampa cartacea della ricevuta del biglietto di andata e ritorno

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

TRASPORTI LOCALI	Trasferimenti da/per l'aeroporto di Bucarest e tutti gli spostamenti previsti dal programma con minibus privato moderno. Tre escursioni a bordo di storici treni a vapore a scartamento ridotto nelle località di Sovata, Moldovița e Vișeu de Sus.

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO

ITALIA/BUCAREST – PREDEAL - *Arrivo in Romania e trasferimento nel cuore dei Carpazi*

Arrivo all'aeroporto di Bucarest, incontro con la nostra guida locale e partenza verso la Transilvania, attraversando i suggestivi paesaggi dei Carpazi Meridionali.

Raggiungeremo Predeal, rinomata località montana immersa tra fitte foreste e panorami alpini, dove soggiorneremo per le prime due notti.

Sistemazione nelle camere assegnate presso il nostro hotel, cena e pernottamento.

2° GIORNO

HĂRMAN – BRAȘOV – RÂȘNOV – BRAN - *Borghi medievali, chiese fortificate e Castello di Dracula*

Dopo la colazione, partiremo alla scoperta della Transilvania medievale, iniziando dalla suggestiva chiesa fortificata di Hărman, risalente al XIII secolo.

Proseguiremo per Brașov, antica città sassone, dove visiteremo il centro storico, la celebre Chiesa Nera, la Piazza del Municipio e le caratteristiche vie medievali. Raggiungeremo quindi Râșnov per una passeggiata panoramica verso l'imponente Fortezza Contadina, affacciata sulle montagne circostanti.

Nel pomeriggio visiteremo il leggendario Castello di Bran, conosciuto come Castello di Dracula, antica fortezza medievale e residenza della regina Maria di Romania. Rientro a Predeal, cena e pernottamento.

3° GIORNO

SOVATA – GOLE DI BICAZ – PIATRA NEAMȚ - *Treno a vapore e passeggiata tra spettacolari gole montane*

Dopo la colazione, partiremo verso Sovata, rinomata località termale immersa nei paesaggi boscosi dei Carpazi. Qui vivremo la prima delle nostre emozionanti esperienze ferroviarie a bordo della Mocănița, lo storico trenino a scartamento ridotto che attraversa lentamente foreste e suggestive vallate.

Proseguiremo quindi verso le spettacolari Gole di Bicaz, uno dei canyon più affascinanti della Romania, dove effettueremo una passeggiata tra imponenti pareti calcaree e scenari naturali di straordinaria bellezza.

Nel pomeriggio raggiungeremo Piatra Neamț, ai piedi dei Carpazi Orientali. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

4° GIORNO

MOLDOVIȚA – ARGEL – BISTRIȚA - *Monasteri affrescati e viaggio in treno a vapore*

La giornata inizierà con la scoperta della Bucovina e del magnifico Monastero di Moldovița, patrimonio mondiale UNESCO, celebre per gli straordinari affreschi del XVI secolo che decorano le pareti interne ed esterne della chiesa.

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

Proseguiremo con un suggestivo viaggio a bordo di una storica locomotiva a vapore lungo la ferrovia a scartamento ridotto che collega Moldovița ad Argel, attraversando boschi e paesaggi rurali.

Nel pomeriggio riprenderemo il nostro itinerario attraverso i Carpazi, superando il panoramico Passo Tihuța, per rientrare in Transilvania e raggiungere la cittadina di Bistrița.

Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

5° GIORNO **VIȘEU DE SUS – VALLE DEL VASER** - ***A bordo dello storico treno forestale dei Carpazi***

Dedicheremo l'intera giornata a una delle esperienze più affascinanti del viaggio: l'escursione a bordo della storica Mocănița di Vișeu de Sus, nella selvaggia Valle del Vaser. Questa antica ferrovia forestale, realizzata nel 1932 per il trasporto del legname, si snoda per oltre 20 chilometri attraverso un paesaggio montano di rara bellezza.

Viaggeremo lentamente tra fitte foreste di conifere, torrenti cristallini, pareti rocciose e piccoli insediamenti montani, immersi nell'atmosfera senza tempo dei Carpazi. Durante l'escursione è previsto un pranzo in montagna.

Nel pomeriggio rientreremo a Bistrița per la cena e il pernottamento.

6° GIORNO **TÂRGU MUREȘ – SIGHIȘOARA – BIERTAN – MEDIAȘ** - ***Città medievali e passeggiata tra i villaggi sassoni***

Dopo la colazione, partiremo per Târgu Mureș, dove scopriremo il centro storico, per poi raggiungere Sighișoara, una delle cittadine medievali meglio conservate d'Europa.

Passeggeremo tra vicoli acciottolati, torri difensive e case colorate, ammirando la celebre Torre dell'Orologio e la casa natale di Vlad Dracul. Proseguiremo verso Copșa Mare, da dove effettueremo una piacevole escursione a piedi attraverso le dolci colline della Transilvania, tra paesaggi rurali e antichi villaggi sassoni, fino a raggiungere la splendida chiesa fortificata di Biertan, patrimonio UNESCO.

Al termine della giornata trasferimento a Mediaș, sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

7° GIORNO **SIBIU – COZIA – BUCAREST** - ***Tesori della Transilvania e cena tradizionale con folklore locale***

Oggi partiremo alla scoperta di Sibiu, una delle più affascinanti città sassoni della Transilvania, Capitale Europea della Cultura nel 2007. Passeggeremo nel suggestivo centro storico, tra Piazza Grande, Piazza Piccola, il celebre Ponte delle Bugie e il Palazzo Brukenthal, visitando anche la cattedrale protestante.

Proseguiremo quindi verso sud, attraversando gli splendidi paesaggi della Valle dell'Olt, con una sosta per visitare l'antico Monastero di Cozia, importante testimonianza dell'architettura religiosa medievale romena.

Nel pomeriggio raggiungeremo Bucarest, dove ci attende una caratteristica cena tradizionale con spettacolo folcloristico presso lo storico ristorante Hanul lui Manuc. Pernottamento in hotel.

8° GIORNO **BUCAREST/ITALIA** - ***Visita della capitale e volo di rientro***

Dedicheremo l'ultima giornata alla scoperta di Bucarest, affascinante capitale rumena un tempo soprannominata la "Piccola Parigi" per i suoi eleganti viali e palazzi storici. Durante la visita guidata ammireremo il monumentale Palazzo del Parlamento, la Chiesa del Patriarcato e il Museo del Villaggio,

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

	dove sono conservate preziose testimonianze dell'architettura e delle tradizioni rurali del Paese. Un'ultima immersione nella storia e nella cultura della Romania prima del trasferimento collettivo in aeroporto, in tempo utile per il volo di rientro in Italia.
ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatori…	Scarponi da trekking, pile o felpa per le giornate più fresche, giacca antipioggia (“hard shell”) o mantellina, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 20/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva. *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. Costume da bagno.
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.
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: € 2.200,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 160,00

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

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO INCLUSA NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel quattro stelle per sette notti, in camere doppie con servizi privati, come indicato nel dettaglio alla voce "Dove dormiamo"; la prima colazione; tutte le cene (sette cene, una cena con folklore tipico locale); un pranzo in montagna durante l'escursione in treno a vapore; cinque pranzi durante le visite e le attività; acqua in caraffa sempre inclusa; pulmino per tutta la durata del viaggio con conducente locale e aria condizionata; guide turistiche locali parlanti italiano, per le visite e le escursioni come da programma; tre viaggi in tipica locomotiva a vapore, con programmi dettagliati per ogni giornata di tour in treno; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica dall'Italia per l'intera durata del viaggio; le tasse di soggiorno; gli ingressi ai monumenti e siti turistici citati nel programma ed elencati sotto alla voce "Ingressi inclusi"; l'assicurazione annullamento (vedi sotto alla voce "Assicurazione annullamento").

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica; il pranzo del primo giorno; voli A/R dall'Italia e tasse aeroportuali; le bevande oltre l'acqua in caraffa; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

INGRESSI INCLUSI:

- Hărman: Chiesa Fortificata
- Brașov: Chiesa Nera
- Bran: Castello di Dracula
- Voroneț: Monastero di Voroneț
- Moldovița: Monastero di Moldovița
- Sighișoara: Torre dell'Orologio e Casa Natale di Dracula
- Biertan: Chiesa Fortificata
- Sibiu: Cattedrale Luterana e Palazzo Brukenthal
- Cozia: Monastero di Cozia
- Bucarest: Palazzo del Parlamento, Chiesa del Patriarcato e Museo del Villaggio

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: € 30,00 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.

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 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

Il programma potrà essere variato dalla guida in base alle condizioni locali e alle esigenze del viaggio

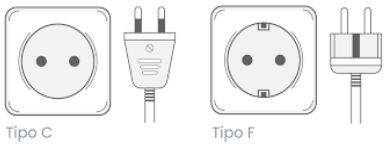
Condizioni generali di partecipazione come da ns. catalogo consultabili cliccando QUI

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 Romania ha un clima temperato continentale, con quattro stagioni distinte, molto simile a quello del Nord Italia. La primavera è gradevole con mattine e notti fresche e giorni caldi, mentre l'estate presenta un clima caldo e asciutto. Le più calde zone sono il Sud e il Sud-Est dove spesse volte il termometro supera i 38°C durante i mesi di luglio e agosto, mentre nelle zone in montagna le temperature sono più basse e gradevoli. L'autunno è abbastanza asciutto e fresco e il paesaggio si ravviva del giallo e rosso delle foglie. L'inverno le temperature sono rigide soprattutto in montagna. Nevica abbondantemente da dicembre fino a metà marzo. Il mese più caldo è luglio, il mese più freddo è gennaio.
FUSO ORARIO	1 ora in più rispetto all'Italia. (Italia ore 12:00 – Bucarest ore 13:00).
LINGUA	La lingua ufficiale della Romania è il rumeno, ma è molto diffuso anche l'inglese
MONETA e BANCHE	Valuta: LEU (Plurale LEI – sigla internaz. RON). Il pagamento con carta di credito è accettato in quasi tutti i ristoranti, alberghi e negozi, ad eccezione di piccoli commercianti che chiedono il contante. È anche possibile prelevare direttamente valuta locale dagli sportelli bancomat al tasso corrente. Gli sportelli di cambio valuta si trovano un po' dappertutto in città, per strada, negli alberghi, nelle stazioni e negli aeroporti. Questi ultimi solitamente applicano un cambio sfavorevole, quindi meglio cambiare in città. È anche possibile pagare in euro, ma va considerato che i commercianti faranno il cambio a loro favore. Le banche sono generalmente aperte dalle 8.00 alle 16.00, dal lunedì al venerdì; alcune banche hanno orari di apertura più lunghi e possono anche essere aperti sabato mattina.

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

ELETTRICITÀ	Voltaggio di 220 – 240 volt CA 50 Hz come in Italia. Le prese elettriche in Romania sono come le "Tipo C" e le "Tipo F" dell'Italia. Non sono necessari adattatori  Tipo C Tipo F
TELEFONO	Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +40. Prefisso per chiamare l'Italia +39. Roaming UE alle stesse condizioni del proprio piano tariffario nazionale. La rete cellulare è coperta dai gestori VODAFONE-ORANGE-DIGIMOBIL-TELEKOM.
WI-FI	Presente nelle strutture alberghiere, in alcune delle aree comuni.
SANITÀ	I cittadini italiani che si recano temporaneamente per turismo in uno Stato membro dell'Unione Europea, possono ricevere le cure mediche necessarie previste dall'assistenza sanitaria pubblica locale se dispongono della Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM), la cosiddetta Tessera Sanitaria. La TEAM sostituisce il precedente modello E111 ed è stata distribuita da parte del Ministero competente. Coloro che non l'avessero ancora ricevuta possono rivolgersi alla propria ASL e richiedere il "Certificato sostitutivo provvisorio". *NB nel pacchetto di viaggio è inclusa la "Polizza Medico-No Stop" a copertura delle spese mediche (con massimale; dettagli, coperture e limitazioni disponibili presso i ns. uffici o dalla guida).*
CUCINA	La gastronomia romena, incontro tra oriente e occidente, sa sicuramente e piacevolmente colpire anche i palati più raffinati ed è molto varia, con i menu che cambiano da Regione a Regione. Solitamente, però, c'è sempre un antipasto a base di verdure, carne e formaggi, un primo piatto di minestra, un secondo di carne o pesce accompagnato da un contorno, insalata o sottaceti. Infine, immancabile, il dolce. Ogni ristorante in Romania vanta tra le specialità i piatti della tradizione contadina: **Musacá:** carne di maiale tritata e speziata con aglio e peperoncino. **Tochitura:** carne di maiale, formaggio di pecora, uova, aglio, polenta. Mititei o **Mici:** polpette di carne di vacca alla griglia con aglio e pepe nero. Ciorba: zuppa di verdure e carne. **Sarmale:** involtini di fogli di verza o di vite o di cavoli farciti con macinato di maiale, riso e altre verdure e spezie. **Cozonac:** dolce natalizio ripieno di canditi, noci o cacao. Verso nord, la gastronomia della Valacchia, per ragioni storico-culturali, è un'ottima combinazione tra i sapori romeni, tedeschi e ungheresi. Alcuni dei piatti tradizionali sono la carpa ripiena di verdure, le cozze e lo stinco affumicato con fagioli, le costole di maiale affumicate, il formaggio affumicato, le salsicce piccanti, i crauti "alla Cluj", filetto di maiale al forno speziato e il gulas. Solitamente i pasti sono accompagnati dalla palinca, un triplo distillato di prugne. La Romania vanta eccellenti vitigni autoctoni tra cui il più antico è quello di Cotnari, risalente a prima del 1448. Tra i vini prodotti in Romania si segnalano l'Aligote, il Sauvignon Blanc di Sarica Niculitel o di Murfatlar, il Merlot di Murfatlar o il Cabernet Sauvignon di Sarica Niculitel o di Oltina
INDIRIZZI E NUMERI UTILI	Numeri utili: Numero unico d'emergenza: 112 (valido in tutti i paesi membri della UE) *Ambasciata d'Italia a Bucarest* Strada Henri Coanda, 9 - Sector 1 - 010667 Bucarest Telefono Centralino: 004021/3103050 - Cellulare reperibilità Sede: 0040/722314803 E-mail: ambasciata.bucarest@esteri.it - Sito web: www.ambbucarest.esteri.it

PER SAPERNE DI PIÙ

Guide:
Romania – Lonely Planet

Internet:
https://www.romania.it/transilvania/
https://www.travel365.it/guida-transilvania.htm

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

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

"DRACULA" - Ediz. integrale - di Bram Stoker

UN GRANDE CLASSICO: l'ultimo grande romanzo gotico e al tempo stesso, forse, il più famoso: spettrale, altero, spietato e sottilmente erotico, il pallido Conte (il cui nome è ormai sinonimo di vampiro) appartiene a quei pochi personaggi che entrano a far parte dell'immaginario collettivo, impongono un genere, divengono un simbolo. "Una figura", notava Thomas Wolf, "che costringe a confrontarci con misteri primordiali: la morte, il sangue, l'amore e i loro reciproci legami", cosicché "il risultato cui Stoker perviene è questo: ci fa comprendere attraverso la nostra esperienza, perché si dice che il vampiro sia invisibile allo specchio. Egli c'è, ma noi non lo riconosciamo, dal momento che il nostro stesso viso lo cela".

"BUCAREST TRA FOTBAL E POLITICA. SQUADRE, STADI, PERSONAGGI… E UNA PARTITA LEGGENDARIA!" - di Cristiano Cinacchio
In Romania, calcio e politica hanno vissuto quarant'anni di intrecci intensi come in nessun'altro paese al mondo. Storie di gelosie tra i figli di Ceausescu (Valentin, demiurgo della grande Steaua, contro Nicu, più vicino alla Dinamo), storie di spie, di personaggi invisi al regime, storie di scommesse, di classifiche marcatori "pilotate" per accrescere il prestigio dei giocatori locali agli occhi di oltre cortina. Ma anche la storia di una generazione d'oro, che ha trovato il suo culmine ad U.S.A. '94, e di un livello di calcio che probabilmente non tornerà più. L'autore individua tre periodi ben distinti nel calcio rumeno, che vedono nell'inizio e nella fine del regime comunista le loro linee demarcazione. E da lì inizia un viaggio attraverso i club e gli stadi della capitale rumena, anche quelli che ormai non esistono più, e le storie di 13 personaggi, a comporre un undici ideale, che hanno fatto grande il Fotbal Românesc.

"ALLA RICERCA DEL PRINCIPE DRACULA" - di Kerri Maniscalco
Dopo aver scoperto con orrore la vera identità di Jack lo Squartatore, Audrey Rose Wadsworth lascia la sua casa nella Londra vittoriana per iscriversi - unica donna - alla più prestigiosa accademia di Medicina legale d'Europa. Ma è davvero impossibile trovare pace nell'oscuro, inquietante castello rumeno che ospita la scuola, un tempo dimora del malvagio Vlad l'Impalatore, altrimenti noto come Principe Dracula. Strane morti si susseguono, tanto da far mormorare che il nobile assetato di sangue sia tornato dalla tomba. Così Audrey Rose e il suo arguto compagno, Thomas Cresswell, si trovano a dover decifrare gli enigmatici indizi che li porteranno all'oscuro assassino. Vivo o morto che sia.

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

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

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.



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 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**

- ***Siamo membri attivi della rete italiana ACTIVE ITALY, rete di imprese per un turismo attivo e sostenibile:*** *www.activeitaly.eu*

- ***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.

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

Associazione Italiana Turismo Responsabile
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 .ORG
THE CODE
Organizzazione mondiale contro il turismo sessuale e l'abuso sui minori

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

member interpret europe
Four Seasons Natura e Cultura è socia di Interpret Europe

ActiveItaly SUSTAINABLE TRAVEL NETWORK
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