2027

SCHEDA VIAGGIO

Georgia

Trekking tra montagne selvagge e cultura millenaria





SPECIALE PERCHÈ

- La scoperta del selvaggio Svaneti tra villaggi di pietra e torri medievali.
- I trekking tra boschi, cascate, ghiacciai e spettacolari vallate alpine.
- Una vera immersione nella storia millenaria e nella spiritualità delle città di Tbilisi, Kutaisi e Mtskheta.

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Valli e paesaggi alpini dello Svaneti.
- Boschi di pini e canyon della comunità di Becho.
- Ambienti glaciali di Chalaadi e Shkhara.



Un viaggio nel cuore del Caucaso, dove la storia incontra la natura più selvaggia. Da Tbilisi, crocevia di culture e religioni, si attraversano l'antica Colchide e le foreste dell'Imereti fino alle imponenenti montagne dello Svaneti Cammino dopo cammino, si raggiungono le cascate di Shdugra, il ghiacciaio Chalaadi, i villaggi di Mulakhi e Ushguli, immersi in paesaggi alpini di rara bellezza. Il viaggio continua tra le atmosfere sotterranee delle Grotte di Prometeo, la città rupestre di Uplistsikhe e la spiritualità di Mtskheta, antica capitale della Georgia.
Un itinerario tra montagne, cultura e autenticità, per scoprire la Georgia lentamente, seguendo i sentieri e lasciandosi sorprendere dall'anima più autentica del Caucaso.

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



Fortezza di Narikala



Madre Georgia



Mtskheta



Torri Svan



Grotte di Prometeo



Uplistsihe

Alla scoperta dello Svaneti, il fiero cuore montuoso della Georgia

*Le remote valli di montagna dello **Svaneti** solcano le alture del **Caucaso**, tra vette innevate, prati alpini e fitte foreste che in estate diventano un paradiso per gli amanti dell'escursionismo. Per lungo tempo isolato e protetto dal mondo esterno, lo Svaneti vanta una lingua propria e una radicata cultura tradizionale, simboleggiata da 175 koshkebi (antiche torri difensive in pietra) che svettano sui suoi villaggi e dagli affreschi millenari che ne impreziosiscono le chiese. Ecco cosa vi aspetta in questo orgoglioso angolo di **Georgia**.*

Bellissimo, selvaggio e misterioso, lo Svaneti è un territorio antico racchiuso nel Caucaso e talmente isolato da non esser mai stato sottomesso da nessun dominatore. Villaggi suggestivi e splendidi picchi innevati che svettano oltre i 4000 metri su prati alpini punteggiati di fiori, la superba cornice di molti itinerari a piedi. Il simbolo dello Svaneti è il koshi, tipica torre difensiva in pietra progettata per accogliere gli abitanti dei villaggi in caso di invasioni e disordini (fino a poco tempo fa lo Svaneti era noto per le sanguinose faide). Oggi sono rimasti circa 175 koshkebi, quasi tutti costruiti tra il IX e il XIII secolo.

Non molti anni fa, lo Svaneti era ancora una zona piuttosto lontana dai percorsi più battuti, ma lo sviluppo turistico verificatosi a partire dal 2005 ha portato con sé nuove stazioni sciistiche, voli provenienti da Tbilisi, il miglioramento della strada da Zugdidi, un enorme incremento del numero di hotel e molti più visitatori, al punto che l'unica vera e propria città della regione, Mestia, può essere piuttosto affollata in estate. Tuttavia, l'alone di mistero e la bellezza dello Svaneti non rischiano certo di dissolversi.

Articolo di settembre 2019, tratto dalla sezione "Avventure outdoor" del sito "Lonely Planet", clicca QUI per leggere l'intero articolo.

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 17 al 26 settembre 2027 (10 giorni/9 notti).
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons dall'Italia per tutta la durata del viaggio. Guida locale parlante italiano per tutto il tour. Guide escursionistiche durante i trekking (min. 7 max 14 partecipanti).
GUIDA	Omar Foschi *(iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche n. ER997)* *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 alle città simbolo del paese Tbilisi e Kutaisi, escursioni nella regione dello Svaneti; visita alla città rupestre di Uplistsikhe e all'antica capitale e centro religioso Mtskheta; forte contatto con la popolazione locale. *Le escursioni sono di difficoltà medio/facile e accessibili a tutti coloro dotati di un minimo di allenamento. Alcuni tratti sono leggermente impegnativi.* Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI
DOVE DORMIAMO	Hotel 4 e 3 stelle a Tbilisi e Kutaisi, guesthouse nello Svaneti come segue: Tbilisi x 2 notti – hotel 4 stelle Kutaisi x 2 notti – hotel 3 stelle Mestia x 2 notti – guesthouse con servizi igienici privati Becho x 1 notte - con servizi igienici che potrebbero essere in comune Mulakhi x 1 notte - con servizi igienici che potrebbero essere in comune Ushguli x 1 notte - con servizi igienici che potrebbero essere in comune
PASTI INCLUSI	Tutte le colazioni. Un pranzo al ristorante e cinque pranzi al sacco durante i trekking. Sei cene. Una bottiglia di acqua al giorno per persona.
PASTI NON INCLUSI	I pranzi dal giorno uno al giorno tre, le cene del giorno uno e dal giorno otto al giorno nove, le bevande.
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 A/R per Tbilisi (non incluso). I voli migliori di solito sono con la Turkish Airlines via Istanbul.
DOCUMENTI	• Passaporto con validità residua di almeno 6 mesi dalla data di ingresso nel paese; • NON è richiesto alcun visto d'entrate e/o di soggiorno; • Stampa cartacea della ricevuta del biglietto di andata e ritorno; • Stampa cartacea dell'assicurazione medica da esibire in caso di controllo; • Tessera sanitaria; • Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiaresicuri.it
TRASPORTI LOCALI	Minivan condotto da autisti locali e trasferimenti in 4x4 nei giorni 5,7 e 8.

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 **ITALIA/TBILISI – Partenza per la Georgia**

Volo dall'Italia per Tbilisi. Arrivo, disbrigo delle formalità doganali, ritiro dei bagagli e incontro con la nostra guida. Trasferimento in hotel. Check-in in hotel, poi cena libera e pernottamento.

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

2° GIORNO **TBILISI – Visita della città e trasferimento a Kutaisi**

Colazione in hotel. Visita della fascinosa capitale georgiana.

Il tour inizia dal cortile della chiesa di Metekhi, situata su una collina che domina il fiume Mtkvari. Con una moderna cabinovia che parte dal parco di Rike si raggiunge la fortezza di Narikala, costruita nel IV secolo e posta in posizione panoramica sulla città. Discesa a piedi verso il quartiere di Abanotubani, celebre per le sue antiche terme sulfuree e per la convivenza di diverse fedi: qui, a pochi passi, sorgono una chiesa, una moschea (dove pregano insieme sciiti e sunniti) e una sinagoga.

Al termine delle visite, partenza per Kutaisi (250 km), antichissima città che nel corso dei secoli ha avuto un ruolo centrale nella storia della Georgia. Fu uno dei principali centri dell'antica Colchide, regione abitata da oltre 4000 anni e legata al mito di Giasone e degli Argonauti in cerca del Vello d'Oro.

Cena in ristorante e pernottamento in hotel a Kutaisi.

3° GIORNO **KUTAISI – Visita della città e trasferimento verso il selvaggio Svaneti**

Dopo colazione, inizieremo la giornata con la visita al vivace mercato locale di Kutaisi. A seguire, visita alla Cattedrale di Bagrati, importante esempio di architettura medievale georgiana, situata in posizione panoramica sulla città e sulle colline circostanti.

Proseguimento verso lo Svaneti, regione montuosa unica e remota della Georgia, famosa per i suoi villaggi pittoreschi, le torri di guardia medievali e paesaggi alpini spettacolari, custodi di una cultura millenaria ancora viva. Lungo il percorso faremo sosta alla diga di Enguri, una delle più grandi opere ingegneristiche della regione, che attraversa il canyon scavato dal fiume omonimo, offrendo scorci panoramici unici.

Arrivo a Becho, piccolo villaggio nel cuore dello Svaneti, con le sue tipiche torri di pietra. Pernottamento e cena in guest house a Becho.

4° GIORNO **DA BECHO A MESTIA – La voce del monte Ushba**

Dopo colazione, ci sposteremo con veicolo privato 4x4 fino al villaggio di Mazeri.

Il sentiero inizia nel villaggio di Mazeri, nella comunità di Becho. Lungo il percorso si potrà ammirare un bellissimo bosco di pini, la vista sulla cima del monte Ushba (4.710 m), noto come il "Cervino del Caucaso", e un suggestivo canyon fluviale. L'escursione ci condurrà alle cascate di Shdugra, considerate le più alte (140 m) e spettacolari del paese, dove potremo godere di splendide vedute del picco Ushba. Lungo il percorso è previsto un picnic. Al ritorno incontreremo il trasporto che ci porterà a Mestia.

Dislivello: 650m **– Lunghezza:** 14km **– Durata:** 6:00h **– Difficoltà:**

Pernottamento e cena in guesthouse a Mestia.

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

5° GIORNO **MESTIA – Il respiro del ghiaccio Chalaadi**

Dopo colazione ci dirigeremo con veicolo privato fino al ponte sul fiume Mestiachala (20-30 min.) e da lì inizieremo la camminata verso il Ghiacciaio Chalaadi.

Lungo il percorso attraverseremo valli e boschi suggestivi. Saliremo fino a un'altitudine di 2.070 m, per poi tornare al ponte sul fiume Mestiachala e gustare un picnic immersi nella natura.

Dislivello: 300m – **Lunghezza:** 5,5km – **Durata:** 4:00h – **Difficoltà:**

Rientro a Mestia e visita al Museo Etnografico. In serata passeggiata nel centro di Mestia. Cena e pernottamento in guesthouse.

6° GIORNO **DA MESTIA A MULAKHI – Fra le antiche torri Svan**

Dopo colazione, ci sposteremo da Mestia al villaggio di Mulakhi. Il percorso è suggestivo e piacevole e si snoda tra prati fioriti, piccoli ruscelli e boschi tranquilli.

Dopo qualche ora, arriveremo a Mulakhi, un piccolo villaggio montano dove sono ancora visibili le caratteristiche torri medievali, tra le più antiche della regione. Visto da lontano, il borgo sembra un piccolo quadro, immerso tra le montagne, con un'atmosfera tranquilla e autentica che invita a fermarsi e respirare la vita locale.

Dislivello: 650m – **Lunghezza:** 14km – **Durata:** 5:00h – **Difficoltà:**

Pernottamento e cena in guesthouse a Mulakhi.

7° GIORNO **DA MULAKHI A USHGULI – Passeggiata sul tetto d'Europa**

Da Mulakhi ci sposteremo con mezzi privati fino a Ushguli, comunità montana permanentemente abitata più alta d'Europa (2.200m). L'area è celebre per le sue torri svane medievali, costruzioni in pietra che per secoli hanno avuto funzione difensiva e che ancora oggi caratterizzano il profilo dell'abitato.

L'insieme fa parte del sito UNESCO dell'Alto Svaneti, riconosciuto per la straordinaria conservazione dell'architettura e del paesaggio culturale tradizionale. Cammineremo lungo il fiume Enguri che nasce dal Ghiacciaio Shkhara, la vetta più alta della Georgia (5.203m). Lungo il percorso si potranno ammirare il ghiacciaio e alcune piante e fiori tipici della regione. Visiteremo la chiesa di Lamaria del X secolo, un buon esempio di architettura sacra Svan, con antichi affreschi della tradizione locale.

Dislivello: 550m – **Lunghezza:** 10km – **Durata:** 5:00h – **Difficoltà:**

Cena e pernottamento in guesthouse a Ushguli.

8° GIORNO **DA MULAKHI A KUTAISI – Inseguendo la leggenda di Prometeo**

Dopo colazione percorreremo il tragitto da Ushguli a Lentekhi lungo il fiume Tskhenistkali godendo di un meraviglioso panorama sulle montagne.

Da Lentekhi, considerata la porta per l'alto Svaneti, proseguiremo verso Kutaisi, con sosta per un picnic lungo il percorso.

A Tskaltubo visiteremo le Grotte di Prometeo, uno spettacolare complesso di grotte calcaree con imponenti stalattiti e stalagmiti. La località è nota anche per l'ex centro termale sovietico, oggi parzialmente abbandonato.

Arrivo e sistemazione in albergo a Kutaisi. Cena libera.

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

9° GIORNO **DA KUTAISI A TBILISI – Tra città rupestri precristiane e il cuore spirituale della Georgia cristiana**

Dopo colazione partenza per Tbilisi (250 km).

Prima tappa per la visita della città rupestre di Uplistsikhe, uno dei più antichi insediamenti rupestri del Caucaso le cui origini risalgono almeno alla tarda Età del Bronzo. Proseguiremo poi verso Mtskheta, antica capitale e centro religioso della Georgia. Qui visiteremo due importanti siti patrimonio dell'UNESCO: la Chiesa di Jvari, situata su una collina panoramica con vista sulla confluenza dei fiumi Mtkvari e Aragvi, e la Cattedrale di Svetitskhoveli, capolavoro architettonico che, secondo la tradizione, custodisce la tunica di Cristo. Pranzo lungo il percorso.

Arrivo a Tbilisi e sistemazione in albergo. Cena libera.

10° GIORNO **RIENTRO IN ITALIA**

Trasferimento in aeroporto e partenza per l'Italia.
Arrivo in Italia, saluti con i compagni di viaggio e con la nostra guida 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, pile o maglione 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. Un foulard o sciarpa da usare come copricapo per le donne durante le visite nei luoghi di culto.
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.
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 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

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

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione: € 1.940,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 270,00

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

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO INCLUSA NELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel 3 e 4 stelle a Tbilisi e Kutaisi per 4 notti, guesthouse per 5 notti nelle altre località, in camere doppie, come indicato nel dettaglio alla voce "Dove dormiamo"; tutte le colazioni, 1 pranzo al ristorante, 5 pranzi al sacco durante i trekking, 6 cene; 1 bottiglia di acqua al giorno per persona; trasferimenti per tutta la durata del viaggio con conducente locale; guida turistica locale parlante italiano per le visite e le escursioni come da programma; quando necessario, guide locali per i trekking; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica dall'Italia per l'intera durata del viaggio; le tasse di soggiorno; tutti gli ingressi ai monumenti e siti turistici citati nel programma; l'assicurazione annullamento (vedi sotto alla voce "Assicurazione annullamento").

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica (vedi sotto); il volo internazionale A/R dall'Italia per Tbilisi; i pranzi dal giorno uno al giorno tre, le cene del giorno uno e dal giorno otto al giorno nove, le bevande; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

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.

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**

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

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

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.

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	La Georgia presenta un clima molto vario, influenzato dalla vicinanza del Mar Nero e dalla presenza della catena del Caucaso. Le estati sono generalmente calde e soleggiate, mentre primavera e autunno sono più miti e variabili. Gli inverni sono freddi nelle zone montane e più miti nelle aree occidentali e nelle pianure. Anche se l'autunno è il periodo migliore per trekking, nello Svaneti, il clima è tipicamente montano: le temperature diminuiscono con l'altitudine, le estati sono fresche e gli inverni lunghi e nevosi. A Mestia le temperature sono generalmente miti durante il giorno e fresche al mattino e alla sera: le medie mensili sono intorno ai 10 °C, con massime medie di circa 14 °C e minime intorno ai 5 °C. Salendo verso Ushguli e le zone dei ghiacciai, le temperature diminuiscono ulteriormente e le condizioni possono cambiare rapidamente.
FUSO ORARIO	Ora solare (invernale): +3 ore avanti rispetto all'Italia Ora legale (estiva): +2 ore avanti rispetto all'Italia.
LINGUA	La lingua ufficiale è il georgiano, scritto con un caratteristico alfabeto proprio. Sono diffuse anche il russo e, nelle comunità minoritarie, l'azero e l'armeno. L'inglese è abbastanza utilizzato nelle città e nelle località turistiche.
RELIGIONE	Cristiana ortodossa, minoranze di musulmani e di altre fedi cristiane.
MONETA e BANCHE	La moneta ufficiale della Georgia è il lari georgiano (GEL), suddiviso in 100 tetri. Il lari è l'unica valuta legale per i pagamenti nel Paese. Euro e dollari possono essere facilmente cambiati presso banche e uffici di cambio autorizzati. Le carte di credito e debito, in particolare Visa e Mastercard, sono ampiamente accettate nelle città, negli hotel, nei ristoranti e negli esercizi dotati di POS. Gli ATM sono facilmente reperibili nelle città e nei principali centri abitati. Nelle aree rurali e più remote dello Svaneti, invece, la disponibilità di ATM e il pagamento con carta possono essere più limitati: è quindi consigliabile avere con sé una certa quantità di contanti in lari, soprattutto durante le giornate in montagna.
ELETTRICITÀ	In Georgia viene utilizzato lo standard elettrico europeo: 220-240 V, 50 Hz. Le prese sono compatibili con gli standard europei, quindi per chi viaggia dall'Italia non è normalmente necessario un adattatore.
TELEFONO	Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +995. Prefisso per chiamare l'Italia +39. La copertura della rete mobile è buona nelle principali città e lungo le strade, mentre diventa più discontinua nelle aree montane e remote. Tbilisi e Kutaisi offrono generalmente una buona copertura 4G. Nello Svaneti, invece, la situazione è più variabile: a Mestia la copertura è generalmente buona, mentre verso Ushguli e lungo i percorsi escursionistici il segnale può diventare intermittente o assente, soprattutto nelle vallate e nelle zone più elevate.
WI-FI	La connessione Wi-Fi è generalmente disponibile nelle strutture ricettive, soprattutto negli hotel e nelle guest house delle località interessate dal viaggio. Nelle aree montane più remote dello Svaneti e durante i trekking, invece, la connessione può essere assente o non disponibile.

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

SANITÀ

Non sono richieste vaccinazioni particolari. Consigliamo di portare con sé i medicinali personali, un piccolo pronto soccorso. Non esistono vaccinazioni obbligatorie per visitare la Georgia.

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 cucina georgiana è ricca e profondamente legata alle tradizioni del territorio, con piatti a base di pane, formaggi, verdure, carne, legumi e spezie. Tra le specialità più conosciute troviamo i khachapuri, pane ripieno di formaggio/fagioli/carne a seconda della regione di provenienza, e i khinkali, grandi ravioli ripieni.
Anche il vino occupa un posto importante nella cultura georgiana: il Paese vanta una lunga tradizione vitivinicola e il vino accompagna spesso la convivialità e la tavola.
Nello Svaneti, la cucina conserva il carattere della tradizione montana, basata su ingredienti semplici e sostanziosi come patate, formaggi, carne e prodotti dell'orto. Un elemento caratteristico è il sale svano, miscela aromatica tradizionale della regione, utilizzata per insaporire numerose preparazioni.

INDIRIZZI E NUMERI UTILI

Numeri utili:
Emergenze: 112 – numero unico per Polizia, Vigili del Fuoco e assistenza medica, attivo 24 ore su 24 e gratuito da telefoni fissi e mobili.

Ambasciata d'Italia a Tbilisi
Chitadze 3/A, 0108 Tbilisi
Tel. +995 32 299 6418
Fax: +995 32 2996 415
E-mail: embassy.tbilisi@esteri.it
Cellulare di emergenza dell'Ambasciata: +995 595 500206

PER SAPERNE DI PIÙ

Guide:
Lonely Planet, "Georgia, Armenia e Azerbaigian", edizione 2024 - 25,00€

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

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

"Ali e Nino" di Kurban Said
"Il cavaliere dalla pelle di leopardo", di Shota Rustaveli
"***L'ottava vita (per Brilka)***" di Nino Haratischwili

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

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

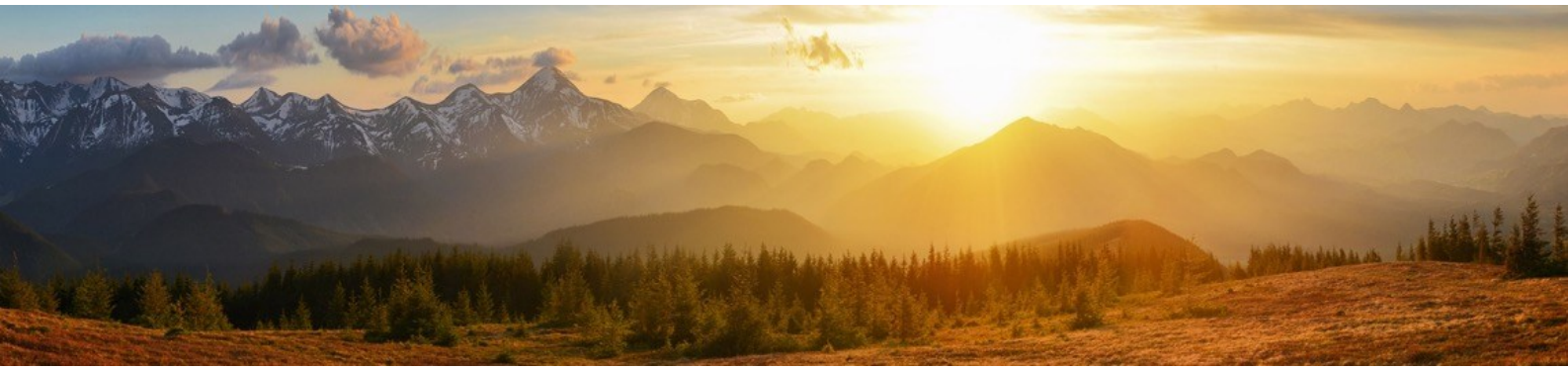
umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

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

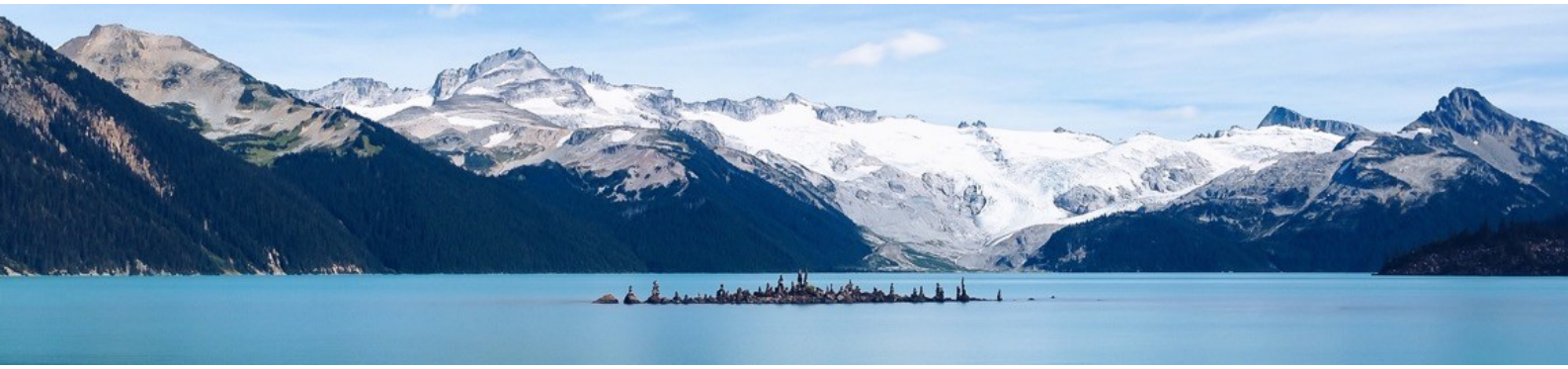
La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.
Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori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

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