

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

## Appassionatamente Vietnam

Partenze garantite 2024

Il Vietnam è un paese pieno di accattivanti bellezze naturali e di tranquillo vita di paese. I suoi altopiani e le regioni della foresta pluviale pullulano di fauna esotica. Le sue isole e le spiagge sono tra le più belle in tutta l'Asia sudorientale e la sua cucina propone piatti squisiti. Oltre tre decenni sono passati da quando il Vietnam è stato ufficialmente unito, alla fine della guerra. Oggi, questo paese gentile e grazioso è una destinazione di viaggio eccezionale con tra le sue principali destinazioni Hanoi, Halong Bay, le regioni montuose del nord, Hue, Hoi An, Saigon, Mekong Delta insieme alle spiagge delle linee di costa e le isole.



### Programma di viaggio 12 giorni / 11 notti

#### **Giorno 0: partenza dall'Italia**

Partenza dall'aeroporto di preferenza (quota volo esclusa dal pacchetto).

#### **Giorno 1: arrivo ad Hanoi - visita del quartiere di 36 mestieri in rickshaw**

In mattinata verrete accolti all'aeroporto dalla vostra guida locale e verrete accompagnati all'hotel per il check-in o per rilassarvi nella hall. (Note: Stanza disponibile dalle 14:00) Nel pomeriggio, intorno alle 16.00, inizio del tour. Avrete l'opportunità di scoprire la città dal punto di vista di un locale, viaggiando indietro nel tempo fino agli anni '50: attraversate il Quartiere Vecchio in rickshaw per 45 minuti ed esplorate le vivaci stradine del "Quartiere dei 36 Mestieri": un luogo impregnato di fascino e storia, dove lattonieri, gioiellieri, calligrafi, carpentieri, artigiani e commercianti d'ogni sorta allestiscono le loro bancarelle per vendere mobili, cuoio, rattan, ventole, oggetti votivi, lacche, seta, tappeti, carta, pipe e molto altro ancora.

Concedetevi poi una passeggiata attorno al Lago della Spada e fate una tappa presso il tempio Ngoc Son, che sonnecchia placido su un isolotto nel bel mezzo del lago, raggiungibile attraversando un elegante ponte rosso in legno.

Pasti inclusi: Cena ad un ristorante locale.

*Il rickshaw è uno dei mezzi antichi e tradizionali usati in Vietnam e nel Sud Est Asiatico. Questa attività contribuisce a mantenere la tradizione dei Rickshaw/Cyclo (che altrimenti vengono utilizzati principalmente*



Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

Dal 1985

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

*per matrimoni e feste) e offre anche lavoro a persone locali. Il pagamento del servizio va direttamente alla persona che pedala e questa attività è anche rispettosa dell'ambiente.*

**Hotel: Hanoi Tokyo Hotel** (o similare)

## **Giorno 2: visita di Hanoi - una lezione di cucina - visita dei siti culturali e cerimonia dell'incenso**

Prima colazione in hotel. Durante la mattinata vi unirete al vostro ospite per una passeggiata al locale mercatino di strada, per osservare i rituali quotidiani di acquisto e vendita presso i mercati vietnamiti. In questo effervescente andirivieni di commercianti, non mancheranno le occasioni per scattare colorate fotografie. Darete poi inizio alla vostra lezione di cucina presso la casa di una famiglia di Hanoi. Il vostro ospite vi mostrerà come preparare alcuni piatti tradizionali e, dopo due ore di pratica, verrà il momento di gustare il frutto del vostro lavoro, condividendo piacevoli istanti conviviali con la famiglia ospitante. Note: Durata della lezione di cucina: 3 ore.

Nel pomeriggio, continuerete con la visita della città di Hanoi e in particolare: il Tempio della Letteratura, un tempo "Prima Università del Vietnam". Dopo questa visita parteciperete a una esperienza molto interessante la Cerimonia dell'incenso bruciante. I vietnamiti credono che quando l'incenso viene bruciato, il fumo crescente creerà un ponte tra la terra e il cielo che li collegherà alle divinità venerate così come ai membri della famiglia che sono morti e sono entrati nell'altro mondo. Vedrete quanto sia importante il rituale di preparare un pacchetto di incenso ogni volta che la gente del luogo visita un tempio o una pagoda. Siete invitati a provare la cerimonia per conto vostro e magari provare una sensazione di spiritualità come un locale. Visita presso il Museo Etnografico per scoprire di più a riguardo della ricchezza di gruppi etnici che caratterizza il Vietnam. Fondato nel novembre 1997 durante il Summit della Francofonia, questo centro di ricerca e museo pubblico al contempo, presenta 54 gruppi etnici che popolano il Vietnam. Ammirate l'impressionante collezione di colorati costumi tradizionali, peculiari strumenti musicali, gioielli, armi e molto altro. Illustrazioni e rappresentazioni delle varie tradizioni e stili di vita vi permetteranno di conoscere meglio le 54 minoranze che arricchiscono la cultura del Paese.

Pasti inclusi: prima colazione in hotel, pranzo durante il corso di cucina. Cena libera.

*La mattina parteciperete ad una fantastica esperienza: la lezione di cucina presso una famiglia di Hanoi, oltre a supportare questa famiglia da un punto di vista economico, avrete un contatto diretto con la popolazione locale aiutando a preservare la cultura e tradizione di questo paese.*

**Hotel: Hanoi Tokyo Hotel** (o similare)

## **Giorno 3: Hanoi - Ninh Binh**

La mattina, partenza per Ninh Binh. All'arrivo, trasferimento al molo di Tam Coc per iniziare una piacevole passeggiata in bicicletta per esplorare i villaggi del delta e conoscere i loro abitanti (8 km – un'ora per andata e ritorno, terreno piatto, livello easy). Raggiunto Thung Nham si sale a bordo di piccole barche a remi per una traversata di circa 1h30' costeggiando campi di riso attraverso lo spettacolare scenario di picchi rocciosi, canali e vegetazione. Pranzo in ristorante locale. Nel pomeriggio, partirete alla volta di Hoa Lu, uno dei più rinomati siti del paese per la sua natura lussureggiante ed i suoi mozzafiato picchi in roccia calcarea. Presso la cosiddetta "Halong Bay terrestre" scoprirete i templi dei re Dinh e Le, eretti nel X secolo nel cuore della foresta. Check in in albergo. Tempo libero a disposizione per scoprire il viaggio o rilassarvi in hotel.

Pasti inclusi: Colazione, Pranzo e Cena

Nota 1: Per chi non può/vuole pedalare, è possibile effettuare il tragitto a bordo di un motorino con guidatore (casco protettivo fornito in loco - un cliente per ogni motorino – un guidatore per ogni cliente). Il motorino è il mezzo di trasporto più usato dai Vietnamiti ed è l'unica alternativa disponibile alla bicicletta.

Nota 2: in caso di maltempo, il giro in bicicletta non verrà effettuato. All'arrivo si raggiungerà Thung Nham in macchina/bus e si proseguirà il programma come sopra.

*Visiterete Ninh Binh in parte in bicicletta e utilizzando delle barche a remi riducendo l'uso dei mezzi di trasporto a motore. Pranzere in un piccolo ristorante supportando delle aziende locali.*

**Hotel: Ninh Binh Hidden Charm** (o similare)



Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

Dal 1985

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

## **Giorno 4: Ninh Binh - Halong**

Prima colazione in hotel. Al mattino, viaggerete ad Halong e arriverete verso mezzogiorno. Lì, vi imbarcherete in una crociera attraverso l'imperdibile baia di Halong. Questa baia famosa in tutto il mondo è uno dei paesaggi più belli del Vietnam, con i suoi giganteschi isolotti rocciosi ricoperti da una rigogliosa vegetazione che incombe sulle acque incontaminate della baia. La Baia di Halong comprende circa 1.900 isole e isolotti di picchi rocciosi, spesso disabitati e non visitati. Uno spettacolare paesaggio marino, che ha guadagnato lo status di Patrimonio Mondiale dell'UNESCO nel 1994. Il pranzo verrà servito a bordo con ottimi frutti di mare appena pescati dalla baia. Dopo pranzo avrete la possibilità di esplorare alcune leggendarie grotte in Kayak o con dei sampan di bambù guidati dalle persone locali attraversando dei tunnel e godendovi il paesaggio naturale. Ritornate sulla barca e godetevi un'ottima cena a base di pesce e cibo locale.

Pasti inclusi: Prima colazione in hotel. Pranzo e Cena sulla crociera. Sistemazione: Sulla giunca.

Nota: La presenza della guida italiana a bordo è soggetta a disponibilità. Si prega di notare che l'itinerario della crociera può essere soggetto a modifiche a causa delle condizioni meteorologiche prevalenti o di cambiamenti di regolamento da parte degli organi di governo.

**Hotel: Indochina Sails Halong** (o simile)

## **Giorno 5: Halong - Hanoi (Aeroporto) - Danang - Hoian**

Nella mattinata, secondo la stagione, potrete ammirare il sorgere del sole sulle acque color acquamarina della baia. La crociera continuerà poi fino alla fine della mattinata. Dopo essere sbarcati (intorno alle 11), farete ritorno ad Hanoi su una strada che attraversa le verdeggianti risaie tipiche del delta del Fiume Rosso. Lungo il tragitto, vi concederete una pausa presso Yen Duc, un villaggio conosciuto come uno dei luoghi natali dell'arte delle marionette sull'acqua. Presso il villaggio, avrete infatti la fortuna di assistere ad uno spettacolo di marionette sull'acqua. Solitamente ispirata alla vita dei contadini vietnamiti, la performance ruota attorno al lavoro nei campi, all'allevamento di bufali, alla pesca di pesci e gamberetti ed ai festeggiamenti dopo una raccolta abbondante. Dopo lo spettacolo, potrete godervi una piacevole passeggiata nel villaggio, alla scoperta dell'artigianato locale, per poi dirigersi verso l'aeroporto, dove prenderete il vostro volo per Danang. Accoglienza all'aeroporto e trasferimento a Hoi An.

Pasti inclusi: Colazione, Brunch, Cena in hotel.

Nota: Si prega di notare che l'itinerario della crociera può essere soggetto a modifiche a causa delle condizioni meteorologiche prevalenti o di cambiamenti di regolamento da parte degli organi di governo.

**Hotel: Hoi An Central Boutique Hotel & Spa** (o simile)

## **Giorno 6 - visita di Hoi An e del villaggio delle erbe aromatiche di Tra Que**

Nella mattinata vi dedicherete alla scoperta della città vecchia di Hoi An, sito patrimonio dell'UNESCO. Lasciatevi sorprendere dall'assortimento di stili architettonici che rendono unico questo sito. Salterete poi in sella alle vostre biciclette, per attraversare un'interessante area rurale alla volta del villaggio di Tra Que, rinomato per le profumate erbe aromatiche. Non esitate a unirvi ai contadini, per osservare da vicino come piantano e raccolgono i loro prodotti. Vi attende poi un pranzo a base di sei specialità della regione, tra le quali tam huu (spiedini di maiale e gamberetti), vari tipi di gamberetti e maiale aromatizzato con erbe e un meraviglioso tipico massaggio ai piedi. Farete poi ritorno a Hoi An in macchina nel primo pomeriggio, dove avrete il resto della giornata a disposizione per scoprire la città o rilassarvi sulla spiaggia (a seconda della stagione).

Pasti inclusi: Colazione, pranzo a Tra Que.

*Durante l'escursione in bicicletta si potrà esplorare una zona poco conosciuta di Hoi An in modo sostenibile e a basso impatto CO2, generando un impatto diretto e positivo nella popolazione del villaggio di Tra Que. Si supporta attivamente la comunità visitando alcuni workshop, giardini di piante aromatiche e inoltre si*



Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

Dal 1985

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

*avrà l'opportunità di pranzare presso un ristorante gestito da una famiglia locale gustando un delizioso pranzo tipico della regione.*

**Hotel: Hoi An Central Boutique Hotel & Spa** (o similare)

## **Giorno 7: My Son - Danang - Hue**

Prima colazione in hotel. Nella mattinata partirete alla volta di My Son, "la bella montagna", il più importante centro archeologico Cham del Vietnam centrale e patrimonio UNESCO. Il complesso di 70 edifici eretti tra il quarto e il tredicesimo secolo, è prova innegabile dell'esistenza di una civiltà altrettanto sviluppata e grandiosa che quella dei Khmer, quasi del tutto scomparsa al giorno d'oggi. Questo patrimonio rende My Son comparabile ad Angkor in Cambogia, Borobudur in Indonesia e Bagan in Myanmar. Pranzo in ristorante tipico e nel pomeriggio partenza in direzione di Hue. Hue, anch'essa patrimonio UNESCO, è un simbolo della cultura e della storia del Vietnam. Una delle caratteristiche della cultura di Hue è la gastronomia: la cucina di Hue conserva tutt'oggi l'influenza dalla gastronomia reale, perciò molto variegata negli ingredienti e con una grande attenzione all'arte della presentazione dei piatti. Cocktail da aperitivo presso Hue Inn Side Out: Alla fine della giornata, farete una breve gita in barca e fuggirete dall'affollata città di Hue per andare in un posto tranquillo e bellissimo sul Fiume dei Profumi. Qui assaggerete alcuni snack fatti in casa e un cocktail rinfrescante. Godetevi la fresca brezza e la vista mozzafiato dell'iconica Pagoda Thien Mu che si affaccia sul giardino, prima di tornare in hotel.

Pasti inclusi: Colazione, pranzo in ristorante locale. Cena libera.

*Visitando il parco archeologico di My Son si contribuisce a preservare la storia, cultura e le tradizioni del Vietnam. L'aperitivo è organizzato da una impresa locale promuovendo prodotti e bevande locali.*

**Hotel: Eldora** (o similare)

## **Giorno 8: visita di Hue - volo per Ho Chi Minh**

Prima colazione in hotel. Visitate la bellissima Cittadella Imperiale, eretta nel 1804 durante l'impero del primo Imperatore Gia Long. Poi partite verso l'Ovest della città in cui si trovano i suoi mausolei degli imperatori della famiglia Nguyen. Non appena saliti al trono, gli imperatori hanno lavorato duramente per trovare la terra sacra per le loro "case eterne". Con la partecipazione degli architetti più talentuosi e l'utilizzo dei materiali migliori dell'epoca, i mausolei non sono solo i capolavori architettonici, riflettono il carattere del proprietario, ma contengono anche i segreti della storia. La guida vi accompagna a scoprire uno dei 3 mausolei più conosciuti, tra quali quello dell'imperatore Tu Duc, Minh Mang e Khai Dinh. Proseguendo sulla strada, raggiungerete una pagoda locale, molto bella e dal suo aspetto semplice e antico, che darà un senso di pace e tranquillità. Avete un pranzo vegetariano in un'atmosfera accogliente nella pagoda. Dopo il pranzo, potrete imparare a realizzare i tradizionali fiori di loto di carta. Insieme a una professionista, vi verranno forniti consigli utili per assicurarvi di ottenere un bel fiore degno di essere portato a casa. Dopo il workshop, incontrerete e converserete brevemente con il monaco per apprendendo l'importanza del buddismo per le persone che vivono a Hue. Salutate il vostro ospite e lasciate questo luogo incantevole per trasferire all'aeroporto per prendere il volo verso Ho Chi Minh. Accoglienza in aeroporto di Ho Chi Minh e trasferimento in hotel.

Pasti inclusi: Prima colazione in hotel, pranzo vegetariano alla pagoda. Cena libera.

*Durante questa giornata visiterete vari siti culturali e storici di Hue, come la Cittadella Imperiale contribuendo a preservare la storia, cultura e le tradizioni antiche Vietnamite. Partecipando al workshop si è diretto contatto con la cultura, tradizioni e comunità locale supportando alcune famiglie e aiutando a preservare le tecniche di artigianato storiche.*

**Hotel: Hotel Grand Saigon** (o similare)

## **Giorno 9: Ho Chi Minh - Ben Tre - Ho Chi Minh**

Prima colazione in hotel. Nella mattinata, partirete da Ho Chi Minh City per esplorare Ben Tre, nel Delta del Mekong, conosciuta anche come "la Venezia verde" del Vietnam. Dopo la visita di una produzione ancora



Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

Dal 1985

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

artigianale di mattoni a Phong Nam, concedetevi una crociera sul fiume Chet Say, una delle diramazioni del Mekong. Farete innumerevoli tappe per scoprire l'artigianato locale e le specialità che rendono unica questa regione. Attraversate in barca un piccolo canale e fate una pausa presso un villaggio, dove imparerete l'arte della tessitura dei tappeti. Cimentatevi nella tessitura voi stessi, prima di saltare a bordo di uno xe loi (tipo di riscio motorizzato) o di una bicicletta, per esplorare il villaggio tipico del delta del Mekong. Concedetevi poi un delizioso pranzo a base di specialità della regione, come il "pesce dalle orecchie d'elefante" e gamberetti d'acqua dolce, presso un ristorante locale. Nel pomeriggio, rilassatevi navigando lungo gli stretti canali, comodamente seduti sul vostro sampan. Rientro ad Ho Chi Minh. Nella serata, un giro di 45 minuti con un autobus a due piani per vedere lo skyline di Ho Chi Minh e passando dai alcuni siti culturali della città (bus non privato, condiviso con altri viaggiatori). Dopo il bus tour, fate le passeggiate per andare al ristorante tipico per ultima cena insieme.

Pasti inclusi: Colazione, pranzo a Ben Tre, cena in ristorante locale.

*Impatto diretto e positivo per la comunità di Ben Tre, villaggio nel Delta del Mekong. Durante questa escursione si supporta attivamente e direttamente la comunità visitando alcuni workshop artigianali, e inoltre si avrà l'opportunità di pranzare presso un ristorante locale gustando un delizioso pranzo con cibo tipico della regione.*

**Hotel: Hotel Grand Saigon** (o similare)

## **Giorno 10: Ho Chi Minh - Cu Chi Tunnels - Partenza**

Prima colazione in hotel. Mattinata dedicata alla visita dei Tunnel di Cu Chi (1h30'/60 km) Per cominciare, sarete invitati a guardare una cartina sui tunnel e sulla guerra degli anni '60 e '70: sarà di aiuto per avere una visione concreta di quanto fossero utili i tunnel e di come furono costruiti. In seguito, scoprirete gli ingressi ai tunnel, così stretti da permettere il passaggio di una sola persona per volta: andando sempre più in profondità, oltre i 100mt, si arriverà a vedere le stanze, gli uffici, le cucine, le sale riunioni, i depositi di armi ed anche gli ospedali. Una vera e propria città sotterranea dove ogni cittadino aveva un ruolo. Sarà possibile anche vedere i locali che preparano torte di riso e distillano il vino, e al termine del tour potrete degustare una delle specialità di Cu Chi molto consumata durante il periodo della guerra, il "Khoai my luoc" (manioca bollita). Distanze: Ho Chi Minh city – tunnel di Cu Chi a 75KM – 1h 30min Pranzo in ristorante locale.

Dedicate le ultime ore per un'esperienza molto locale: gustate una tazza di un caffè ghiacciato servito con latte condensato dolce e cremoso. È una bevanda molto popolare ad Ho Chi Minh e in tutto il Sud est asiatico. Dopo questo esperienza, si prosegue poi con la visita del Museo dei Residui Bellici. Questa, più che una visita, rappresenta un'opportunità unica per capire veramente che cosa abbiano vissuto i Vietnamiti durante gli anni della guerra del Viet Nam e di quali atrocità siano stati vittime. Trasferimento in aeroporto (senza guida) per il volo di partenza internazionale (orario consigliato: dalle ore 19 in poi).

Pasti inclusi: Colazione, pranzo in un ristorante locale.

*Durante questa giornata visitando i vari siti storici e il Tunnel di Cu Chi si contribuisce a preservare la storia, cultura e le tradizioni vietnamite e ricordare come la popolazione ha lottato per la propria indipendenza.*

## **Giorno 11: arrivo in Italia**



Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

Dal 1985

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*



## Scheda Tecnica

**Durata:** 12 giorni / 11 notti

**Partecipanti:** min. 2 / max 16 partecipanti

**Sistemazione:** Hotel\*\*\*\*

**Partenze 2024:** 8, 15, 22, 29/01 - 12, 19, 26/02 - 4, 11, 18, 25/03 - 1, 8, 15, 22, 29/04 - 13, 27/05 - 2, 16/09 - 14, 28/10 - 4, 11, 18, 25/11 - 2, 9, 15, 22, 29/12

**Quota individuale:** Euro 1.690,00 (partenze 15 e 22 dicembre: Euro 1.720,00)

**Supplemento singola:** Euro 400,00

**Cosa è incluso:** Sistemazione negli alberghi indicati o di pari categoria in base alle disponibilità. Pasti come da programma. Crociera di 2 giorni/1 notte a bordo di una giunca non-privata nella baia di Halong. Trasferimenti di arrivo e partenza dagli aeroporti. Mezzo di trasporto privato con A/C. I voli domestici con Vietnam Airlines o Bamboo Airways Hanoi - Hue / Danang - Ho Chi Minh in classe economica - tasse aeroportuali incluse (da considerare un supplemento in caso di adeguamento di carburante o aumento delle tariffe aeree). Spese di ingresso nei siti turistici. Guide locali parlanti italiano durante le visite. 1 borraccia refill/pax e refill station. Polizza medico - bagaglio

**Cosa NON è incluso:** Voli internazionali. Bevande e i pasti non menzionati. • Costo del visto d'ingresso in Vietnam.  
Nota: A partire dal 1° Luglio 2019 (fino al 30 Giugno 2021) non sarà più necessario il Visto per entrare in Vietnam e questa esenzione è valida solo per soggiorni nel Paese che non oltrepassano la durata di 45 giorni. Tutti i servizi non menzionati chiaramente nel programma. Mance: quota suggerita 5€/pax/giorno (guida - autista - facchinaggio in hotel - barche - riscio/xo loi)

**Quotazione alla Parità valutaria:** Euro 1 = USD 1,092

Una variazione del +/- 5% del tasso di cambio potrebbe portare ad un ritocco delle quote.



Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

Dal 1985

[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)