

Viaggio indimenticabile

UN TUFFO NELLA LACRIMA DELL'OCEANO INDIANO:

SRI LANKA

dal 23 febbraio al 3 marzo 2019



Tante ricchezze e bellezze naturali che regalano serenità e spiritualità, antichi templi e fortezze che emergono dal verde delle foreste; città antiche e atmosfere coloniali, spiagge lunghissime e silenziose, montagne, pianure, fiumi e le sue foglie di tè che ricoprono tutta la zona centrale e che la rendono famosa in tutto il mondo con il nome di Ceylon: tutto questo in una piccola isola. La sua forma particolare e la sua vicinanza all'India le sono valse il nome romantico di "lacrima dell'India": è lo Sri Lanka, un'isola "caduta" nell'Oceano Indiano, che evoca una grande spiritualità per i numerosi templi e le statue di Buddha. Lo Sri Lanka custodisce la favolosa eredità lasciata da 2500 anni di storia: monumenti decorati da splendide e ricche pitture, enormi statue scolpite nelle falesie, città sacre e un paesaggio molto verde e diversificato. Tra le molte cose da poter fare in Sri Lanka certamente non può mancare una visita a **Pinnawela**: una sorta di orfanotrofio nel quale vengono curati ed ospitati elefanti in difficoltà, rimasti feriti dalle mine. Ad oggi l'orfanotrofio ospita più di 60 elefanti, tra cuccioli e adulti, e va avanti grazie a dei finanziamenti e in gran parte anche grazie al contributo dei visitatori che pagano un biglietto di ingresso al "parco", motivo in più per decidere di andarli a trovare... È emozionante vedere i cuccioli nel fiume, mentre giocano e si schizzano a vicenda l'acqua con la proboscide...!!!

Molti sono i luoghi d'interesse nello Sri Lanka, ma il punto di partenza sarà **Colombo**: moschee e templi buddhisti e hindu, ma anche molto rinomata per la moda ed i gioielli, facilmente reperibili nei negozi e nei viali della zona di **Pettah**, la più famosa e trafficata della città. Ed una visita alla splendida città di **Dambulla**? Molti templi, quasi tutti situati nella zona chiamata "Roccia d'Oro". Questa zona si presenta con 3 caverne e 2 cavità. All'interno si possono ammirare numerosi dipinti raffiguranti oltre 60 Buddha e 500 statue, tra le più impotenti e sicuramente

più famose c'è il Buddha dormiente, lunga quasi 15 metri. Da Dambulla raggiungeremo poi una delle mete più turistiche dello Sri Lanka: **Sigiriya**, situata in cima a una rocca alta 200 mt. e raggiungibile da una scalinata di 1500 gradini. In questo luogo incantato è possibile ammirare dei bellissimi affreschi e giardini acquatici. E non può mancare una visita a **Kandy**, l'ex capitale e seconda città dello Sri Lanka, dopo Colombo. Situata al centro del paese, Kandy è nota ai cinefili in quanto vi sono state girate varie riprese del film *Indiana Jones e il tempo maledetto* (1984), ma ha anche un'interessante storia antica. Si tratta di una primaria località turistica la cui principale attrazione è il Tempio del Sacro Dente, uno dei luoghi di culto più sacri del mondo buddista. Tra il 1815 e il 1948, Kandy è stata una città coloniale britannica e ovunque si possono chiaramente vedere tracce dell'influenza britannica, soprattutto in una grande chiesa, accanto all'edificio in cui è custodito il Sacro Dente. Ci addentreremo anche nel mondo delle coltivazioni del tè scoprendo **Nuwara Eliya**. Situata a 1,896 m. di quota sulle rive del lago Gregory ed è dominata dalla cima del monte Pidurutalagala, la più alta dell'isola. È soprannominata "Little England" perché ricorda una tipica cittadina del Regno Unito. Gli edifici amministrativi sono in mattoni, le case private hanno spesso il tetto in legno e non mancano pubs, campi da golf e galoppatoi, svaghi preferiti dagli inglesi allora come oggi. Il cielo poi spesso coperto da nuvole e le notti piuttosto fredde che richiedono l'uso del riscaldamento contribuiscono a creare questa strana sensazione di una Inghilterra nel bel mezzo dei Tropici. Difficile credere che la calda e umida Colombo si trovi ad appena 180 km di distanza. Le colline dei dintorni sono state terrazzate per accogliere colture di ortaggi tipiche dell'Europa mentre estese piantagioni forniscono le migliori qualità di té al mondo. UN VIAGGIO DA NON PERDERE!! CARPE DIEM!

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

23 FEBBRAIO 2019 - MILANO MALPENSA / COLOMBO

Ritrovo dei signori partecipanti in luogo ed orario che verrà comunicato in seguito. Partenza dall'aeroporto di Milano Malpensa per Colombo. Pernottamento e pasti a bordo.

24 FEBBRAIO 2019 - COLOMBO (colazione, pranzo, cena)

Arrivo a **Colombo**, accoglienza da parte dell'assistente e della guida locale parlante italiano. **Visita di Colombo**, città piuttosto trafficata e in costante sviluppo, nonché importante centro commerciale. Un po' Londra, un po' Lisbona, un po' Havana o Miami. Ma con un substrato che è un mix delle culture e delle

religioni antiche che l'hanno pervasa. La nuova capitale è **Sri Jayawardhanapura Kotte**, che dista solo pochi chilometri. Nel XVI secolo Colombo era un piccolo porto ma con l'arrivo dei portoghesi si sviluppò rapidamente e toccò il suo massimo splendore durante l'occupazione britannica, divenendo capitale nel 1815 dopo che Kandy si arrese agli inglesi. I segni delle costruzioni edificate durante le dominazioni dei portoghesi, olandesi ed inglesi si possono intravedere in ogni angolo della città. Anche se ormai non c'è più traccia delle fortificazioni portoghesi ed olandesi, si possono tuttavia osservare alcune costruzioni e chiese di quel periodo nella zona del Forte e di **Pettah**. Visita del **Forte di Colombo**, centro amministrativo inglese e guarnigione militare, di Sea Street, il quartiere degli orafi nel cuore di **Pettah**, della zona del Bazaar dove si trova anche un tempio hindu con elaborate sculture in pietra, del Kaymans Gate, l'ingresso originale con il campanile che dava accesso al Forte, della chiesa olandese di Wolfendhaal risalente al 1749, del tempio buddista di Kelaniya, della moschea di Davatagaha e del recente e moderno BMICH, il centro congressi Bandaranaike Memorial International. Cena e pernottamento in hotel a Colombo.

25 FEBBRAIO 2019 - COLOMBO / PINNAWALA / DAMBULLA (colazione, pranzo, cena)

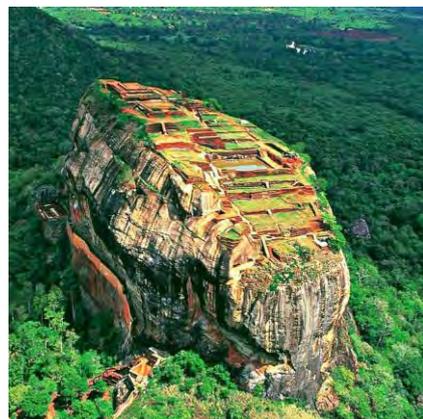
Dopo la prima colazione in hotel, partenza in direzione **Dambulla**. Sosta all'**Orfanotrofio degli elefanti a Pinnewala**. L'Orfanotrofio dista circa 90 chilometri da Colombo e ha visto la nascita nel 1975, per ospitare elefanti feriti o abbandonati. Col passare degli anni il numero degli elefanti è progressivamente aumentato ed ora se ne contano più di 65; questo numero include anche i piccoli nati in libertà che arrivano da ogni parte dell'isola e quelli nati in cattività. I momenti migliori della giornata per osservare gli elefanti sono durante i pasti e durante l'ora del bagno, quando i pachidermi vengono accompagnati al vicino fiume. Proseguimento per un **Village Safari Tour a Dambulla**, interessante esperienza che vi permetterà di mettervi a contatto con la vita rurale della popolazione locale. L'escursione sarà effettuata usando i locali mezzi



abituali, si inizia a bordo dei tipici tuk tuk, si continua su carri trainati dai buoi e si terminerà con un giro in barca. Cena e pernottamento in hotel a Dambulla.

26 FEBBRAIO 2019 - DAMBULLA / SIGIRIYA / POLONNARUWA / DAMBULLA (colazione, pranzo, cena)

Prima colazione in hotel. Mattinata dedicata all'escursione alla famosa **Fortezza del Cielo di Sigiriya**, dichiarata **Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO**. Costruita nel V secolo da un monarca visionario, **Sigiriya** (o Lion Rock) è una prodezza straordinaria di ingegneria e architettura. La parte più sorprendente di Sigiriya, un nucleo di terracotta e roccia situato nel cuore culturale dello Sri Lanka, sorge su uno strapiombo a 200 metri sopra una pianura boscosa. Una serie di fossati, bastioni e giardini d'acqua (i resti di un'antica città) si sviluppano su due lati della roccia, dove, tra l'altro, è possibile ammirare ciò che resta delle zampe di un leone di pietra gigante a guardia della scala che conduce alla vetta, un tempo occupata da un palazzo reale. Gli ingegneri e gli architetti che progettaron tale meraviglia dettero grande importanza all'armonia e alla bellezza del luogo. Lo si può notare nei giardini che includono una serie di piscine simmetriche, canali e fontane che ancora gettano acqua dopo 1.500 anni! I famosi affreschi di Sigiriya, sono ancora parzialmente visibili sulla roccia, con 21 donzelle a seno nudo che rappresentano ninfe celesti, probabilmente modellate sulle consorti di Kasyapa. Sul sentiero che porta alla cima della roccia, si incontrano le zampe di un leone gigante: qui era situato lo spettacolare ingresso originario che i visitatori, per entrare in città, attraversavano passando proprio dentro la bocca aperta del leone. Arrivati sulla sommità si gode di una vista mozzafiato sulla giungla circostante; è una sensazione talmente bella che è impossibile da riprodurre sia a parole, sia in fotografia. Proseguimento per **Polonnaruwa**, altro **sito dichiarato dall'UNESCO Patrimonio dell'Umanità**. Capitale dello Sri Lanka dall'11° al 13° secolo, Polonnaruwa è uno dei siti archeologici più affascinanti dello Sri Lanka, testimonianza più autentica della storia del paese e dell'intera Asia meridionale. Polonnaruwa conobbe una grande crescita legata allo sviluppo del commercio e dell'agricoltura, grazie a un complesso sistema di irrigazione. Oggi è uno splendido sito archeologico, tra i meglio conservati del paese: vanta templi, palazzi, splendide statue come il Gal Vihara, un gruppo di quattro statue di Buddha intagliate nella roccia. Cena e pernottamento in hotel a Dambulla.



27 FEBBRAIO 2019 - DAMBULLA / MATALE / KANDY (colazione, pranzo, cena)

Prima colazione in hotel quindi visita guidata al **Tempio delle Grotte di Dambulla**, dichiarato **Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO**, suggestivo luogo di culto ricavato nelle caverne di un complesso roccioso che si erge isolato su un'altezza di 150 metri e una base di 1 chilometro e mezzo. La leggenda narra che nel I secolo a.C. queste grotte furono il rifugio del sovrano Walagamba, in esilio per 14 anni da Anuradhapura, il quale una volta riconquistato il potere volle adornarle con statue e dipinti. Nella prima grotta si può ammirare una statua di Buddha lunga 14 metri completamente ricavata nella roccia, innumerevoli statue di divinità associate al buddismo e raffinati affreschi sul soffitto, eseguiti tra il XV e il XVIII secolo. La seconda grotta, la più spettacolare ed estesa, custodisce 150 statue a grandezza d'uomo raffiguranti l'immagine di Buddha mentre il soffitto è ricoperto da affreschi che illustrano scene della vita di Buddha ed avvenimenti storici del popolo singalese. In seguito **sosta a Matale per la visita al giardino delle spezie**. Dall'antichità l'isola commercia spezie di massima qualità a livello internazionale e Matale, con le sue fertili colline, è costellata da fiorenti coltivazioni di spezie aromatiche (chiodi di garofano, cannella, cardamomo, macis, noce moscata, pepe, ecc.) in gran parte destinate all'esportazione. Si avrà l'occasione di conoscere le diverse spezie ed erbe benefiche: la coltivazione accurata nell'ambiente naturale, i metodi di trattamento, le proprietà curative, medicinali e cosmetiche ayurvediche. Proseguimento verso **Kandy**, graziosa città esotica, antica capitale sulle colline e ultima roccaforte dei re singalesi, **Patrimonio Mondiale dell'UNESCO**. Un santuario culturale in cui molte leggende, tradizioni e il folklore sono ancora amorevolmente tenute in vita. Incastonata tra lago e colline, sulle sue sponde si affacciano il famoso tempio che conserva la reliquia del dente del Buddha e i



famosi giardini botanici reali, sede di una delle migliori collezioni al mondo di orchidee. Kandy e i suoi villaggi satelliti sono il centro dell'industria artigianale dell'isola, luogo ideale per acquistare oggetti tradizionali in argento o gioielli in oro e gemme preziose, soprattutto zaffiri blu. Visita al **Tempio della Reliquia del Dente**, il famoso Dalada Maligawa **Patrimonio Mondiale dell'Umanità**, uno dei luoghi più venerati dai buddhisti di tutto il mondo. Costruito nel XVI° secolo, il tempio ospita il sacro dente del Buddha portato in Sri Lanka dalla provincia di Kalinga nell'antica India nel IV° secolo D.C. Diversi edifici sono stati aggiunti al complesso del tempio dai governanti successivi, ultimo dei quali il padiglione dorato sopra il santuario interno dove è collocata la reliquia del dente. Cena e pernottamento a Kandy.

28 FEBBRAIO 2019 - KANDY / NUWARA ELIYA (colazione, pranzo, cena)

Prima colazione in hotel e proseguimento per **Nuwara Eliya** e la visita ad una piantagione e ad una fabbrica del tè. Lo Sri Lanka è uno dei maggiori esportatori al mondo di tè e Nuwara Eliya, dopo l'introduzione del tè in Sri Lanka a metà del XIX secolo, è diventata la capitale dell'industria della deliziosa bevanda. Ettari ed ettari di piantagioni si susseguono per molti chilometri prima di raggiungere Nuwara. Nuwara Eliya è situata a 1.868 mt di altitudine, in uno splendido paesaggio curato e dall'aspetto tipicamente "coloniale britannico", gode di un clima particolarmente mite, vista mozzafiato su valli, prati, montagne e foreste. Difficile immaginare che Nuwara Eliya sia a soli 180 km dalla calda e umida



Colombo. Chiamata la **'piccola Inghilterra' dello Sri Lanka**, girando per Nuwara Eliya si nota l'influenza della dominazione inglese nelle costruzioni delle case, dalla tipica architettura stile Queen Anne, il primo barocco inglese. Il Victoria Park, nel mezzo della città, è un luogo incantevole per una passeggiata, per un picnic o il bird watching, ospita infatti numerose specie di uccelli rari. A differenza del resto dell'isola qui la vita della flora è scandita dalle stagioni, con le fioriture primaverili e il fall foliage autunnale. Cena e pernottamento a Nuwara Eliya.

01 MARZO 2019 - NUWARA ELIYA / TISSAMAHARAMA (colazione, pranzo, cena)

Prima colazione in hotel quindi partenza per **Tissamaharama**, a ridosso del **Parco Nazionale di Yala**, il secondo maggiore parco nazionale dello Sri Lanka, nonché il più visitato del Paese. Per secoli, questa destinazione incredibile è stata venerata per la bellezza della sua natura selvaggia. Il parco fu abitato fin dal 500 a.C. e fu utilizzato fino all'inizio del 900 come area di caccia, per poi essere dichiarato nel 1938 riserva e parco nazionale. Attualmente è composto da 5 aree su una superficie di quasi 1.000 km²; solo l'area 1, quella aperta al pubblico, copre una superficie complessiva di circa 150 km². Nel pomeriggio **jeep safari** nel Parco nazionale di Yala, alla scoperta dei suoi differenti habitat tra dune, foreste, colline rocciose, lagune costiere e mangrovie. Nel parco si trova inoltre la **più alta densità di leopardi di tutta l'Asia** e innumerevoli specie di altre animali, tra cui orsi giocolieri, elefanti e diverse specie di volatili. Cena e pernottamento in hotel a Tissamaharama.



02 MARZO 2019 - TISSAMAHARAMA / GALLE / COLOMBO (colazione, pranzo, cena)

Dopo la prima colazione in hotel, partenza per **Colombo**. Durante il tragitto, visita all'**antica città di Galle**, **dichiarata dall'UNESCO Patrimonio Mondiale**. Si dice che Galle sia la famosa Tarshish, nominata nella bibbia. Storicamente questa cittadina, fu un punto molto importante per commercianti cinesi, arabi e indiani. Il punto di riferimento della città è il **Forte di Galle**, costruito dai portoghesi al loro arrivo nel 1500. Edificato con fango e legno di palma, il forte venne rafforzato con grandi bastioni e alte mura dai successivi conquistatori olandesi e inglesi. Le invasioni che si sono susseguite nel corso dei secoli sono visibili anche camminando lungo le vie, visibili sono infatti le influenze olandesi nell'architettura della città, insieme ad alcune antiche residenze britanniche e varie moschee in stile arabo. Proseguimento per Colombo. Cena e pernottamento in hotel a Colombo.



03 MARZO 2019 - COLOMBO / BERGAMO

Dopo la prima colazione in hotel, trasferimento in tempo utile in aeroporto per il volo di rientro a Bergamo o Milano Malpensa. Arrivo in Italia.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE (minimo 15 persone):

• COSTO DEL VIAGGIO	€ 1.790,00
• SUPPLEMENTO CAMERA SINGOLA	€ 370,00
ACCONTO ENTRO IL 28 SETTEMBRE 2018	€ 500,00

LA QUOTA COMPRENDE:

- Volo Malpensa-Colombo-Bergamo (o Malpensa) in classe economica;
- Tasse aeroportuali;
- Visto d'ingresso in Sri Lanka;
- Sistemazione in hotel 4* in camera doppie dotate di ogni comfort;
- Pasti come da programma (pensione completa come indicato);
- Trasferimenti, escursioni e visite come da programma;
- Guida locale parlante italiano per tutta la durata del viaggio;
- Ingressi ai monumenti come da programma;
- Jeep safari al Parco Nazionale di Yala;
- Assicurazione annullamento e medico bagaglio;
- Accompagnatore dall'Italia.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- il trasferimento da Mantova all'aeroporto e viceversa (possiamo organizzarlo su richiesta dei partecipanti);
- mance, bevande, extra di carattere personale;
- tutto quanto non menzionato alla voce "la quota comprende".

SERVIZI A TERRA IN VALUTA

Le quote dei servizi a terra del presente preventivo sono calcolate in base al cambio Eur/Usd 1,23. In fase di conferma, se necessario, le quote saranno aggiornate in base al cambio in vigore. Variazioni dei cambi con oscillazioni maggiori del 1% comporteranno un adeguamento dei costi e verranno comunicati entro i 20 giorni dalla partenza. L'eventuale adeguamento valutario verrà calcolato prendendo come riferimento il cambio medio del secondo mese antecedente la partenza, da fonte Banca D'Italia.

DOCUMENTI. Necessario il passaporto con una validità residua di almeno sei mesi.

TERMINE ISCRIZIONI:

28 settembre 2018

ORGANIZZAZIONE TECNICA:



REFERENTE CAD BAM:

Chiara Steccanella

NOTA BENE: ricordiamo che per poter partecipare alle manifestazioni del Cad Bam è necessario essere iscritti alla nostra associazione come Soci ordinari e/o Soci aggregati e/o Soci annuali. I Soci "Annuali" dovranno versare la quota di partecipazione tramite bonifico bancario sul conto corrente del "Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana" IBAN IT18I0103011503000010000226, causale "Viaggio in SRI LANKA" solo nel caso non fossero correntisti di Banca Monte Paschi Siena.

INOLTRE: il Cad Bam non accetta prenotazioni telefoniche. È necessario iscriversi alla manifestazione esclusivamente tramite il modulo in calce alla circolare oppure tramite il nostro sito internet www.cadbam.it dove, dopo aver aperto la pagina della

circolare interessata, troverete il modulo di iscrizione online. Per coloro che si recheranno direttamente alla sede del Circolo per il pagamento brevi manu, sarà necessario compilare in loco il modulo di iscrizione e lasciarlo alla nostra Segreteria (aperta dalle ore 9:00 alle ore 13:00 sabato e domenica esclusi). Qualora le richieste di partecipazione eccedano il numero di posti disponibili, come di consueto, i partecipanti verranno ammessi seguendo tassativamente l'ordine di iscrizione. Eventuali segnalazioni

Per eventuali informazioni contattare la Segreteria del Cad Bam al numero telefonico 0376 262366 oppure inviare un'e-mail all'indirizzo info@cadbam.it oppure chiara.steccanella@cadbam.it.

DITECI COSA NE PENSATE: aprendo il nostro sito web www.cadbam.it, nella homepage, troverete il "modulo di feedback" che potrete compilare a vostra discrezione al rientro del viaggio in Sri Lanka e comunque entro 3 mesi dalla data di effettuazione della manifestazione. Ci farebbe piacere ricevere le vostre opinioni e i vostri giudizi. Grazie!

BANCA MONTE DEI PASCHI DI SIENA – FIL. 2222 MANTOVA
ALL'ATTENZIONE DELLA SEGRETERIA CAD BAM

MODULO DI ADESIONE AL VIAGGIO IN SRI LANKA DAL 23 FEBBRAIO AL 3 MARZO 2019

COGNOME E NOME	UFFICIO – IND. – CELL.- CODICE FISCALE	QUOTA €uro
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Totale quote di partecipazione dovute: _____

DICHIARO DI SOLLEVARE IL CAD BAM DA QUALSIASI RESPONSABILITA' PER DANNI CAUSATI E/O SUBITI DAI SOPRAELENCATI NOMINATIVI PER TUTTA LA DURATA DELLA MANIFESTAZIONE.

CONSENSO DLGS 196/03 SULLA TUTELA DELLE PERSONE ED ALTRI SOGGETTI RISPETTO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI: consapevole che in mancanza di consenso il CAD BAM non potrà dar corso ad iniziative o servizi che richiedano il trattamento dei dati personali già in suo possesso, acconsento al trattamento degli stessi per le specifiche finalità perseguite dalla presente iniziativa, compreso la loro eventuale comunicazione a terzi soggetti incaricati dell'organizzazione tecnica.

Mantova, _____ Firma Socio Cad Bam _____

Con il presente ordine irrevocabile, il sottoscritto _____ autorizza la Banca Monte dei Paschi di Siena a bonificare, anche in più soluzioni ed a richiesta degli organizzatori, l'importo complessivo di €uro _____ a favore del Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana addebitando il c/c n. _____ funzionante presso la dipendenza di _____ ed identificato dal seguente IBAN _____, quale totale quote di partecipazione alla manifestazione in oggetto.

Mantova, _____ Firma intestatario c/c _____