

GRAMODAYA

per vivere in armonia

**mostra didattica itinerante sulla sostenibilità ambientale
dall'India al Trentino**

28 maggio - 28 ottobre 2011

Villino Campi, Riva del Garda

VIAGGIO DI INCONTRO CON LA CULTURA TRADIZIONALE DEL TAMIL NADU

Compagnia aerea: Ethiad.

Partenza da Milano il 18 gennaio 2012 con tappa negli emirati.

Ritorno il 31 gennaio 2012 con tappa negli emirati.

ITINERARIO:

19-20. arrivo a Trivandrum e incontro con Maria Pia Macchi, che sarà con il gruppo per i primi dieci giorni del viaggio. Sistemazione sulla spiaggia di Kovalam in un albergo dove sarà possibile sperimentare trattamenti Ayurveda. L'albergo sostiene le attività di un noto Ashram locale in cui si preparano farmaci ayurvedici di elevata qualità. Sarà anche possibile per chi sia interessato visitare un negozio equo solidale a Trivandrum. Sono comprese tutte le spese di viaggio e mezza pensione (cena libera). Sono esclusi dalla quota eventuali trattamenti ayurvedici.

21. Spostamento a Courtallam (120 km circa, 3 ore e mezzo di strada con pulmino privato) attraversando gli western ghat che separano Kerala e Tamil Nadu per immergerci in quella che Gandhi chiamava la vera India, il mondo dei villaggi che mantiene ancora la sua identità culturale quasi incontaminata.

In questa zona non si incontrano turisti, è un tuffo nella realtà locale, ma va tenuto conto che è necessaria una certa capacità di adattamento per quanto riguarda alloggi e cibo. Nella quota sono compresi vitto vegetariano, alloggio e trasporti. Sono escluse eventuali bevande alcoliche.

Sistemazione e pranzo in un albergo di standard medio per turisti indiani. Nel pomeriggio alle ore 16.30 visita alle note cascate di Courtallam e all'antichissimo tempio di Shiva. Possibilità di acquisto di spezie nel tipico mercatino locale. Cena etnica in un ristorante locale.

22. visita guidata al giardino etnobotanico dello Shiva Priya Ashram. Breve introduzione all'uso delle spezie e di alcune piante medicinali e tintoree. Pranzo etnico in giardino. Nel pomeriggio visita al villaggio di Moulalikuliruppu dove

opera Magia Verde Onlus, per ricevere il benvenuto dagli studenti del doposcuola visitando i loro piccoli giardini. Distribuzione di piante utili.
Cena in albergo.

23. escursione a piedi nella foresta della Dea Champaka (area di conservazione di piante medicinali) con possibilità di bagno al fiume. Pranzo e relax in albergo. Nel pomeriggio introduzione alla Medicina Siddha e Ayurveda, incontro con un 'medico scalzo', campo siddha di diagnosi e distribuzione gratuita di preparati a base di erbe in uno dei villaggi in cui opera Magia verde onlus. Cena in albergo.

24. Mattinata libera. Pranzo in albergo. Nel pomeriggio preparazione di oli medicati col medico scalzo Maharaja Pillai. In serata cena etnica all'ashram e rituale al tempio dedicato ai cinque elementi.

25. Visita ad un noto parco di conservazione della biodiversità con breve escursione a piedi. Visita al tempio e alle cascate sacre al saggio Agastya, fondatore della medicina siddha. Pic nic etnico. Cena in albergo all'arrivo. Distanza percorsa circa 120 km.

26. spostamento a Kanyakumari. Sistemazione all'ashram di Vivekananda. Visita al Gramodaya Park e incontro con lo staff della ong NARDEP che l'ha realizzato.

27. alba all'incontro dei tre mari sulla punta estrema dell'India. Visita al centro training Nardep. Incontro con i gruppi di agricoltori che praticano la coltivazione biologica. Visita ad una montagna sacra tempio della biodiversità, visita al tempio di Suchindrum sacro a Shiva.

28. visita al tempio della Dea, al Vivekananda rock memorial e al Gandhi memorial. Pomeriggio libero con momenti di interazione del gruppo per un approfondimento teorico sull'esperienza del viaggio e sulla cultura locale (Induismo, Medicina Tradizionale, Cucina).

29-30. spostamento a Kovalam per due giorni di relax e massaggi ayurveda. Nella quota è compreso il pulmino per questo spostamento e poi gli ultimi due giorni saranno autogestiti dal gruppo.

31. volo di ritorno.

Quota di partecipazione: 60 euro al giorno per i primi 10 giorni. 10 euro al giorno eventuale supplemento singola su richiesta. Assicurazione a carico dei partecipanti. Non sono richieste vaccinazioni. E' richiesto il visto da fare in Italia con un certo anticipo.

Minimo partecipanti 10. Massimo 15.

Ricordiamo che il viaggio si svolge in luoghi al di fuori dei circuiti turistici per cui è molto importante osservare rispetto nei confronti della cultura locale, è

necessario un abbigliamento consono agli usi ed alle tradizioni locali, durante le visite dei villaggi, dei templi e negli eventuali bagni alle cascate. Gli uomini dovranno indossare un asciugamano sopra il costume da bagno, le donne dovranno fare il bagno vestite con maglietta e pareo (questo solo alle cascate non al mare). Durante le visite ai templi e ai villaggi le donne dovranno indossare pantaloni lunghi e casacche con maniche, poco scollate, con una sciarpa leggera di seta o cotone sulle spalle. I partecipanti dovranno astenersi dal fumare in luoghi pubblici, in particolare in ashram e villaggi. Vi consigliamo di consumare solo cibo vegetariano e cotto per questioni di salute ed evitare l'uso di alcolici che offende la cultura locale.

Su richiesta è possibile aggiungere una giornata di apprendimento pratico relativo alla cucina locale e all'uso delle spezie (o utilizzare per questo scopo le due mezze giornate libere).

Il clima è caldo (25-30 gradi), fresco di sera. Nell'eventualità di brevi piogge è meglio munirsi di una giacca a vento leggera. Per le passeggiate a piedi scarpe da tennis leggere o scarpe comode. Si consiglia di portare un thermos o una borraccia per l'acqua. Abbigliamento primaverile, estivo, costume da bagno, creme solari. C'è comunque la possibilità di acquistare capi di abbigliamento locali nei primi due giorni di soggiorno.

