



Guatemala ancestrale e selvatico

Dal seme al bosco commestibile

Turismo Responsabile

BREVE INTRODUZIONE

Questo è un viaggio che unisce natura, cultura, spiritualità, tradizione e sostenibilità. Di fatto, il tour “Guatemala ancestrale e selvatico, dal seme al bosco commestibile” è un’esperienza unica pensata per chi desidera scoprire e immergersi nel cuore delle tecniche di agricoltura sostenibile, della riforestazione e dell’integrazione tra popoli, intrecciando tutto questo con l’antica e affascinante cosmovisione maya.

Il viaggio si focalizza sull’apprendimento delle tecniche agricole sostenibili e della permacultura, con esperienze pratiche presso il Centro Mesoamericano di Permacultura (IMAP). Qui, potrai approfondire sistemi tradizionali come il famoso “sistema milpa” e il “bosco commestibile”, integrati con approcci moderni per la rigenerazione ambientale e l’autosufficienza alimentare. Imparerai a vedere la natura non solo come risorsa ma come alleata, scoprendo come le comunità indigene del Guatemala abbiano perfezionato modelli di gestione agricola in grado di rispettare e arricchire l’ecosistema.

La riforestazione comunitaria, legata alla sovranità alimentare delle comunità che visiteremo, sarà un tema centrale, non in quanto atto in sé, ma in quanto analisi della stessa e della sua importanza: visiterai riserve naturali come il Bosque Ik’tiaw, dove la biodiversità è protetta e valorizzata, e potrai capire come queste aree siano essenziali per la sopravvivenza del pianeta. Inoltre, esperienze uniche come il bosco commestibile ti mostreranno come le conoscenze ancestrali possano guidare soluzioni moderne per una sostenibilità concreta e duratura.

Non mancherà l’incontro con la spiritualità e le cerimonie condotte da guide spirituali: essenziale per comprendere il profondo legame tra le persone, la terra e l’universo. Questo itinerario ti porterà attraverso luoghi straordinari, dove la bellezza della natura si fonde con la saggezza ancestrale e l’innovazione moderna. Visiteremo anche uno dei mercati più vivaci e colorati del Centro America, come quello di Chichicastenango, un crocevia di culture e tradizioni millenarie, oltre che piramidi alte 70 metri immerse nella selva. Ti immergerai nella vita delle comunità indigene, vivendo con famiglie locali e scoprendo direttamente i loro modi di vita, dove la connessione con la terra e il rispetto per l’ambiente sono centrali.

Ogni momento di questo viaggio sarà un’occasione per apprendere, riflettere e partecipare. Dalla cucina selvatica con Alessia di The Vegan Side Of The Moon assieme a donne indigene che combinano tradizione e innovazione culinaria, alle notti trascorse in foreste tropicali rigogliose, l’esperienza si arricchisce di momenti di integrazione e scambio culturale. Attraverso il contatto diretto con le comunità locali e i loro progetti, contribuirai al sostegno economico e sociale delle popolazioni indigene, promuovendo al contempo a modelli di sviluppo sostenibile.

THE LABYRINTH, TURISMO RESPONSABILE E COMUNITARIO

ITALIA - Via Federico Fellini 21, 61122, Pesaro - P.IVA: 02688440417

GUATEMALA - Pachichaj, Zona 2, 05 AV PB CJ, Santiago Atitlan - IVA 99837943

Cel: +39 350 0392309 – Mail: info@thelabyrinth.it – Sito web: www.thelabyrinth.it



Questo viaggio non è solo un'opportunità per esplorare il Guatemala, ma un invito a partecipare a una rete di conoscenze, esperienze e azioni che puntano a creare un mondo più giusto, equo e in armonia con la natura.

ITINERARIO DI VIAGGIO

1° giorno. Volo Italia - Città del Guatemala

Sabato 15 novembre

Volo intercontinentale per Città del Guatemala. All'arrivo trasferimento all'Hotel Casa Salomé. Cena libera.

2° giorno. Chichicastenango, il più colorato mercato del Centro America, le storiche chiese, il sincretismo religioso.

Domenica 16 novembre

Colazione in hotel. Partenza per Chichicastenango (circa 3 ore), sede del più colorato e bel mercato dell'America centrale: indigeni di diverse etnie confluiscono da varie parti del paese per vendere manufatti e tessuti variopinti. Visita della chiesa di Santo Tomas costruita nel 1540 sui resti di un antico tempio preispanico e forte espressione di sincretismo religioso tra spiritualità maya e cattolicesimo. Sarà l'occasione perfetta anche per iniziare a parlare della struttura sociopolitica e amministrativa delle comunità indigene – molto affascinante –, e per acquisire gli strumenti di lettura e interpretazione del territorio che saranno poi utili anche durante il resto del viaggio. Pranzo libero. Ultimo giro per le vie del mercato, e partenza per Penajachel, uno dei paesi che circondano il lago Atitlán, da dove, a bordo di una imbarcazione, raggiungeremo Santiago Atitlán, villaggio di etnia maya tz'utujil, famoso per le sue storiche tecniche di resistenza e per aver conservato la cultura ancestrale nonostante i tentativi di colonizzazione e neocolonizzazione. Sistemazione in famiglia locale, e tempo libero per entrarci in confidenza. Cena in famiglia.

3° giorno. Lago Atitlán, uno dei più belli al mondo. L'incontro con la guida spirituale e con le piante medicinali di San Juan Laguna.

Lunedì 17 novembre

Colazione in famiglia. Escursione in barca per visitare i paesi sulle rive del lago: San Juan la Laguna e San Marcos la Laguna. A San Marcos la Laguna ci riceverà una guida spirituale per realizzare una cerimonia del cacao (o del fuoco), e durante tale cerimonia ci introdurrà alla cosmovisione maya e spiegherà ad ogni partecipante al viaggio il proprio nagual, ovvero le energie che lo caratterizzano all'interno dell'universo. Dopo pranzo (libero), andremo a San Juan la Laguna in cui visiteremo un centro di piante medicinali gestito da comadronas e curanderas – dottoresse indigene – le quali si metteranno a disposizione per spiegarci tutte le funzioni di piante, radici, semi e fiori con funzioni curative. Rientro a Santiago Atitlán. Cena in famiglia.

THE LABYRINTH, TURISMO RESPONSABILE E COMUNITARIO

ITALIA - Via Federico Fellini 21, 61122, Pesaro - P.IVA: 02688440417

GUATEMALA - Pachichaj, Zona 2, 05 AV PB CJ, Santiago Atitlan - IVA 99837943

Cel: +39 350 0392309 – Mail: info@thelabyrinth.it – Sito web: www.thelabyrinth.it



4° giorno. Santiago Atitlán, villaggio maya: Tour Urbano dell'Artigianato e della memoria storica, e laboratorio di cucina selvatica con The Vegan Side Of The Moon.

Martedì 18 novembre

Colazione in famiglia. In mattinata una guida locale di The Labyrinth darà il benvenuto e ci accompagnerà lungo il *Tour Urbano dell'artigianato e della memoria storica*. Si visiterà la piazza centrale, vari atelier di tessitura, tinte naturali e il Maximón: idolo maya venerato da cattolici e maya tz'utujil, ospitato in una confraternita, sede di grande sincretismo religioso. Durante le visite agli atelier capiremo come l'artigianato tessile sia uno strumento di emancipazione della donna dai meccanismi di violenza domestica che affronta quotidianamente. Il tour culturale urbano proseguirà nel pomeriggio con una visita focalizzata sulla recente storia del '900 che investono la chiesa cattolica di Santiago Atitlán, il Parco della Pace e testimoni ancora in vita di quello che è stato considerato uno dei genocidi coloniali più duri della storia. Pranzo in famiglia, e partenza a bordo di un pick up per il Centro Mesoamericano di Permacultura, IMAP, dove realizzeremo un laboratorio di cucina selvatica condotto da assieme ad Alessia di The Vegan Side of The Moon assieme a donne indigene di origine maya, e dove permarremo per i successivi 3 giorni realizzando pratiche e studi di sistemi ancestrali di agricoltura sostenibile. Per cena mangeremo le pietanze elaborate assieme durante il laboratorio.

5-6° giorno. Immersione nelle tecniche ancestrali di agricoltura sostenibile del popolo maya, dal seme all'agroforesta, passando per l'autosufficienza alimentare e la rigenerazione ambientale.

Mercoledì 19 e giovedì 20 novembre

Le giornate iniziano con una colazione presso l'Istituto Mesoamericano di Permacultura (IMAP), seguita da un programma educativo suddiviso in moduli tematici. Questi moduli combinano attività pratiche, partecipative e collaborative, offrendo ai partecipanti una visione integrata di sostenibilità e tradizioni agricole maya.

Il primo modulo introduce i principi della permacultura, mettendo in relazione la filosofia e l'etica di questa disciplina con i valori della cosmovisione maya. Si prosegue esplorando la fertilità e la conservazione dei suoli, con tecniche di compostaggio e la creazione di semenzai ecologici per una gestione sostenibile delle risorse. Successivamente, i partecipanti approfondiscono i sistemi produttivi tradizionali, come la milpa e i boschi commestibili, scoprendo anche approcci moderni come l'acquacoltura e i sistemi biointensivi per ottimizzare la produzione alimentare.

Si passerà poi all'analisi della Legge 6086, che promuove la conservazione della biodiversità e il rispetto dei saperi ancestrali, integrandoli nelle pratiche produttive. Infine, attraverso percorsi nei boschi naturali e commestibili (cosa che avverrà durante il giorno 6), si studiano la biodiversità e i servizi ecosistemici che questi offrono, essenziali per la sostenibilità alimentare.



Durante queste giornate, l'attenzione si concentra sulla gestione responsabile delle risorse e sull'adozione di pratiche sostenibili. I partecipanti sono invitati a vivere un'esperienza che unisce conoscenze tradizionali e moderne, promuovendo l'autosufficienza alimentare e la rigenerazione ambientale, il tutto nel rispetto della natura e delle comunità locali. Colazione, spuntino, pranzo e cena inclusi.

7° giorno. Giornata immersiva nella natura e nella cultura agricola Maya: il Bosque Ik'tiuw e il Bosco Commestibile. In viaggio verso Antigua.

Venerdì 21 novembre

Colazione presso L'IMAP. La giornata inizia con una visita al **Bosque Ik'tiuw**, una straordinaria riserva naturale situata a San Lucas Tolimán, sulle rive del Lago Atitlán. Questa foresta nebulosa, millenaria e incontaminata, si estende per 308 ettari, offrendo ai visitatori l'opportunità di immergersi in un ecosistema ricco di biodiversità. Tra le fitte chiome degli alberi e il sottobosco rigoglioso, si possono ammirare orchidee, felci e piante epifite che prosperano in condizioni di alta umidità e temperature moderate. L'area ospita oltre 80 specie di uccelli, inclusi endemismi locali e migratori. Dal punto di vista ecologico, il Bosque Ik'tiuw svolge un ruolo fondamentale nella regolazione idrica del bacino del Lago Atitlán. La copertura forestale protegge il suolo dall'erosione, contribuisce alla cattura dell'acqua piovana e favorisce il ricarica delle falde acquifere. Inoltre, le fitte chiome degli alberi catturano carbonio, contribuendo alla mitigazione del cambiamento climatico. La visita al Bosque Ik'tiuw non è solo un'esperienza naturalistica ma anche culturale, grazie all'integrazione di coltivazioni tradizionali come caffè, mais e fagioli nelle zone periferiche, un modello di gestione sostenibile che riflette l'equilibrio tra uomo e natura.

Dopo la visita alla riserva, il viaggio prosegue verso il **Bosco Commestibile del Popolo Maya**, un esempio di agroforesta che incarna la saggezza ancestrale e la profonda connessione spirituale dei Maya con la natura. Questo ecosistema coltivato imita la struttura di un bosco naturale, integrando alberi da frutto, piante medicinali, erbe e tuberi, creando un ambiente autosufficiente e rigenerativo. Qui, le piante sono disposte in modo da interagire sinergicamente, migliorando la fertilità del suolo e favorendo la biodiversità. Durante l'esperienza, i visitatori scopriranno come questo sistema agricolo promuova la sicurezza alimentare e la sostenibilità ambientale, riducendo la dipendenza da risorse esterne. Inoltre, il bosco rappresenta un elemento chiave della cultura Maya, unendo simbolismo spirituale e pratiche sostenibili.

Questa giornata offre una combinazione unica di esplorazione naturalistica e apprendimento culturale, mettendo in luce due modi complementari di vivere in armonia con la natura, sia attraverso la conservazione che attraverso pratiche agricole tradizionali rigenerative.

Partenza per Antigua, e sistemazione presso l'hotel Camelias inn (o simile). Pranzo e cena liberi.



8° giorno. Antigua, vecchia capitale e città più romantica del Guatemala.

Sabato 22 novembre

Colazione in hotel. Mattino dedicato alla visita della città – capitale del regno di Guatemala durante l'epoca coloniale – dichiarata dall'Unesco Patrimonio dell'Umanità. Visiteremo il museo del cioccolato, il mercato interno e le principali chiese della città. Tempo libero. Alle 19:00 circa partenza verso la stazione della linea di autobus Fuente del Norte, con la quale alle 22:00 partiremo per la comunità di ex combattenti al nord del Guatemala, Petén. Il viaggio in autobus dura circa 8 ore. Nottata in Pullman.

Pranzo e Cena liberi.

9° giorno. Nuevo Horizonte, comunità di ex combattenti: i murales commemorativi, la laguna e le loro storie di guerra.

Domenica 23 novembre

Arrivo alla comunità di ex combattenti, *Cooperativa Agrícola Integrale Nuevo Horizonte*, alle ore 06:00 e sistemazione in famiglia o alloggio comunitario. Colazione in comunità. Mattinata libera per familiarizzare con la comunità, iniziare il processo di integrazione con i comunitari e organizzare le attività dei giorni seguenti. Prima di pranzo, il viaggiatore verrà introdotto in quello che è stato definito come il migliore modello di sviluppo comunitario presente in Guatemala: autonomia nei confronti dello Stato centrale, autosufficienza economica, ecosostenibilità, sicurezza, solidarietà e uguaglianza di genere fanno di Nuovo Horizonte un esempio unico per tutto il paese. I membri della comunità si metteranno a disposizione per raccontare la storia del conflitto armato interno al Guatemala (1960 - 1996) facendo luce sul contesto storico-politico nazionale e internazionale e su aneddoti di guerra personali che si riflettono sui famosi murales commemorativi che tappezzano le mura Nuevo Horizonte. Pranzo in comunità, e visita al vivaio forestale dal quale Nuevo Horizonte ricava le piante per la riforestazione di piante fruttali e forestali che poi vengono distribuite a 19 comunità sparse nel Peten, con l'obiettivo di rafforzare l'economia di migliaia di famiglie e lottare per un sistema di che punta a una vera e solida sovranità alimentare. Ad oggi, il vivaio forestale di Nuevo Horizonte rappresenta anch'esso il miglior modello di sviluppo sostenibile presente nel nord del Guatemala, capace di integrare riforestazione, sicurezza alimentare ed empowerment comunitario. Cena in Comunità.

10° giorno. Tikal, il più grande sito archeologico maya.

Lunedì 24 novembre

Alle ore 07:00 colazione in comunità. Trasferimento al Parco Nazionale di Tikal, il sito archeologico più importante del Guatemala, Patrimonio Culturale e Naturale dell'Umanità grazie alle sue piramidi del Gran Giaguaro, alla Plaza Mayor, Plaza del Mundo Perdido, il Palazzo delle Finestre etc. Picnic all'interno del parco. Tikal è situato all'interno della Riserva Naturale della Biosfera Maya, una fittissima selva che unisce il Guatemala, al Messico e al Belize, e che

THE LABYRINTH, TURISMO RESPONSABILE E COMUNITARIO

ITALIA - Via Federico Fellini 21, 61122, Pesaro - P.IVA: 02688440417

GUATEMALA - Pachichaj, Zona 2, 05 AV PB CJ, Santiago Atitlan - IVA 99837943

Cel: +39 350 0392309 – Mail: info@thelabyrinth.it – Sito web: www.thelabyrinth.it



rende l'esperienza al sito archeologico un'interessante contatto con la selva tropicale guatemalteca. Ritorno alla comunità Nuevo Horizonte.
Cena libera all'interno della comunità.

11° giorno. Nuevo Horizonte, laboratorio di cucina selvatica, e notte nella "Selva della Vita" tra recenti storie di guerra, tecniche di sopravvivenza e antico retaggio maya.

Martedì 25 novembre

Colazione in comunità, e laboratorio di cucina selvatica con Alessia presso il ristorante comunitario della comunità con la finalità di diversificare il menù dello stesso ristorante. Sarà un momento di intercambio, integrazione e socialità, in una comunità che cerca sempre di migliorarsi, crescere e apprendere. La stessa comunità è un laboratorio a cielo aperto, e sarà veramente interessante vedere come il presente laboratorio di cucina verrà accolto, con amore e saggezza, che sono alla base anche di tutto il processo di sviluppo stesso della comunità. Pranzo con il cibo elaborato durante il laboratorio. Piccolo riposo, e partenza per una delle attività più belle di tutto il viaggio: l'accampamento nella *Selva della Vita*, così denominata perché durante la guerra salvò la vita – dando riparo, cura, cibo e acqua – ai combattenti. Al suo interno è stato riprodotto un accampamento militare guerrigliero per onorare la memoria e nel quale ci accamperemo con amaca, zanzariera e tetto impermeabile. Lungo il sentiero della Selva capiremo come le erbe medicinali, retaggio della cultura maya, abbiano assistito ai combattenti nei momenti più critici dello scontro bellico. Prima di dormire faremo un grande falò, attorno al quale ceneremo e ascolteremo la storia degli ex-combattenti. La notte nella selva è un'esperienza unica per entrare in contatto con la natura tropicale e i suoi incredibili suoni. Un'esperienza che di per sé ha un valore inestimabile, dove apprenderemo a fare nodi, riconoscere i punti migliori per accamparsi, e acquisiremo tecniche base di sopravvivenza.

12° giorno. Rio Dulce e Livingston, luogo in cui risiede l'unico popolo di neri africani in Guatemala: i Garifuna

Mercoledì 26 novembre

Colazione in comunità e trasferimento in bus al lago di Izabal. A bordo di una imbarcazione si raggiungerà la Finca Tatin attraversando laghi e fiumi, tra cui lo spettacolare Rio Dulce, fino a sfociare sull'oceano atlantico. La Finca Tatin è un esempio locale di armonia con la natura dove le abitazioni sono state costruite con materiali locali e di riciclo. Alloggiare nella finca significa diventare parte di questa armonia tra selva e struttura ricettiva. I servizi turistici, sia per quanto riguarda le attività che i trasporti, sono messi a disposizione dalla stessa finca, anche quelli dei giorni seguenti in cui si visiterà il canyon del Río dulce e Livingston, comunità abitata dall'unica popolazione di neri africani presente in Guatemala, i Garifuna, raggiungibile solo in barca. Tempo libero a disposizione per godere della finca e con l'aggiunta di 20 Quetzales (2.5 €) si potrà provare il temascal, ovvero la sauna maya. Pranzo e cena liberi.



13° giorno. Mare Playa Blanca: dove “iniziano i caraibi”. Le piscinette di 7 Altares e il meraviglioso Rio Cocoli.

Giovedì 27 novembre

Colazione alla Finca. Partenza la bellissima Playa Blanca, definita dai locali come l'introduzione al mare dei caraibi, e di fatto: sabbia bianca, palme e acqua azzurra sono i colori che caratterizzano il luogo, così come lo spirito delle gente del posto, piacevolmente caraibico. Nel tragitto attraverseremo il meraviglioso Canyon del Rio dulce – luogo di antiche piraterie –, paesaggisticamente definito uno dei più belli del centro America (si contende il titolo con Ometepe, in Nicaragua) per via della sua oggettiva bellezza estetica, geologica, faunistica e floreale. Prima dello sbarco a Playa Blanca visiteremo 7 Altares, un percorso che si snoda tra pietre e piscinette naturali dall'acqua cristallina che conducono a una cascata finale, dove faremo il bagno. Sosta a Playa Blanca per rilassarsi al sole e godere della spiaggia. Nel primo pomeriggio partenza per Livingston, con previa visita al Rio Cocoli, un paesaggio fluviale tropicale e caraibico davvero interessante, ricco di mangrovie e sulle cui sponde ci vive la popolazione Maya Q'eqchi – cui nome italiano significa “figli della terra” – all'interno di capanne fatte di legno e paglia. Rientro alla Finca Tatin. Cena.

14° giorno. Partenza per Città del Guatemala

Venerdì 28 novembre

Colazione alla Finca Tatin. Ultime ore di relax e poco dopo pranzo partenza verso città del Guatemala. Alloggio presso Hotel Casa Salomé.

Pranzo e cena liberi.

15° giorno. Verso l'aeroporto

Sabato 29 novembre

Arrivo in aeroporto e volo di rientro in Italia.

16° giorno. Rientro in Italia

Domenica 30 novembre

Arrivo in Italia.

COSTO DEL VIAGGIO

Con 6 persone: **2075 €**

Con 7 persone: **2000 €**



Con 8 persone: **1950 €**

Con 9 persone: **1900 €**

Da 10 persone in avanti: **1850 €**

La quota non include volo intercontinentale e assicurazione viaggio (obbligatoria). Possiamo mandare noi preventivo volo + assicurazione.

IMPORTANTE:

Il programma di viaggio può subire variazioni (raramente) sia per quanto riguarda gli incontri che l'itinerario. Tali modifiche possono essere determinate dalla momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o da variazioni delle condizioni politiche, sociali ed ambientali nel momento in cui si effettua il viaggio. Inoltre, può subire variazioni di costo dovute all'aumento del costo del carburante per i trasporti o delle fluttuazioni internazionali del tasso di cambio tra euro dollaro e quetzal.

VOLO AEREO E ASSICURAZIONE VIAGGIO

Il biglietto aereo intercontinentale può essere acquistato in via autonoma dal turista (in tal caso consigliamo www.skyscanner.it), oppure tramite vostra agenzia di fiducia. Altrimenti ce ne occupiamo noi tramite le agenzia con le quali collaboriamo, inviandovi un preventivo senza impegno. In quest'ultimo caso necessitiamo di: nome, cognome, data e luogo di nascita, residenza, in quanto proponiamo anche preventivo assicurazione viaggio (comprensiva di copertura Covid)

TRASPARENZA ECONOMICA

Per una maggiore trasparenza delle azioni che si effettueranno durante il viaggio le spese delle attività turistiche verranno dettagliate passo a passo lungo l'itinerario. Per agevolare la logistica del viaggio verrà richiesto un anticipo che include: alloggio presso Casa Salomé, alcuni trasporti locali, spese di The Labyrinth e di The Vegan Side Of The Moon, eccetera. Sempre ai fini della trasparenza economica comunichiamo che circa il **43%** delle spese totali del tour si fermano direttamente a **beneficiare le comunità indigene**, il **21% di The Labyrinth** e ai progetti che sostiene nelle differenti comunità, il **17% a The Vegan side of the moon** e locali del Guatemala. Tale percentuale è proiettata anche nei grafici che trovi nelle prossime pagine del presente itinerario.

IMPORTANTI DETTAGLI SUGLI ALLOGGI

Prima di dare una spiegazione dettagliata degli alloggi che si prenderanno lungo il viaggio, ci teniamo a precisare che l'esperienza in comunità – di forte integrazione, inclusione e apprendimento – è supportata da valori e principi per i quali si va ben al di là delle caratteristiche



dell'alloggio. Questi valori e principi appartengono all'amicizia, all'amore, alla solidarietà e, in termini più generali, al buon senso. Quindi, la soddisfazione sarà più che appagante: ne siamo certi, ed ogni viaggiatore che riceviamo è la conferma a quanto appena detto.

CARATTERISTICHE ALLOGGI:

- *Hotel casa Salomé*: pulito, ordinato, situazione intima e familiare. Situato a due passi dalla via principale della città. Bagni e docce comode, in formula privata o condivisa.
- *Alloggio in famiglia a Santiago Atitlán*: Stanza singola, o doppia per coppie. Acqua calda, internet, cucina vegetariana/vegana o tarata a necessità del visitante;
- *Alloggio presso IMAP*: stanze doppie, triple, quaduple o più, tutte molto comode, ampie e in legno. Acqua calda e internet. Cucina interna molto buona.
- *Alloggio presso la comunità Nuevo Horizonte*: stanza singola o condivisa. Bagno e docce condivise.
- *Finca Tatin*: bellissima struttura ricettiva costruita seguendo regole ecologiche. Il pernottamento previsto nel prezzo è in bungalow spazioso condiviso con altri membri del viaggio. Possibilità di riservare in singola (+ 30€) o doppia (+ 20€).

LA QUOTA COMPRENDE:

- Alloggio e prima colazione. Sono inclusi anche 5 pranzi e 6 cene. Per i pasti fuori programma, si stima un costo di circa 120€;
- Guide locali all'interno delle comunità;
- Accompagnatrice: Alessia di The vegan side of the moon
- Tutti i trasferimenti con bus privato e imbarcazioni;
- Tutte le attività turistiche previste nell'itinerario e che si svolgeranno nel Lago Atitlán, IMAP, Nuevo Horizonte, nella zona del Rio Dulce, Chichicastenango, Tikal e Antigua.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- Le attività che si svolgeranno liberamente;
- Entrata a 7 Altares (Q 20, ovvero 2,5€) e Playa Blanca (Q 35, ovvero 4€ circa)
- Biglietto aereo Italia / Guatemala;
- Assicurazione medico bagaglio e annullamento (anche in caso di Covid);
- Tutto quanto non indicato nella quota comprende;
- Bevande e spese personali;
- Facchinaggio;
- Mance.

Grafico 1. Istogramma. Dove si fermano i tuoi soldi?

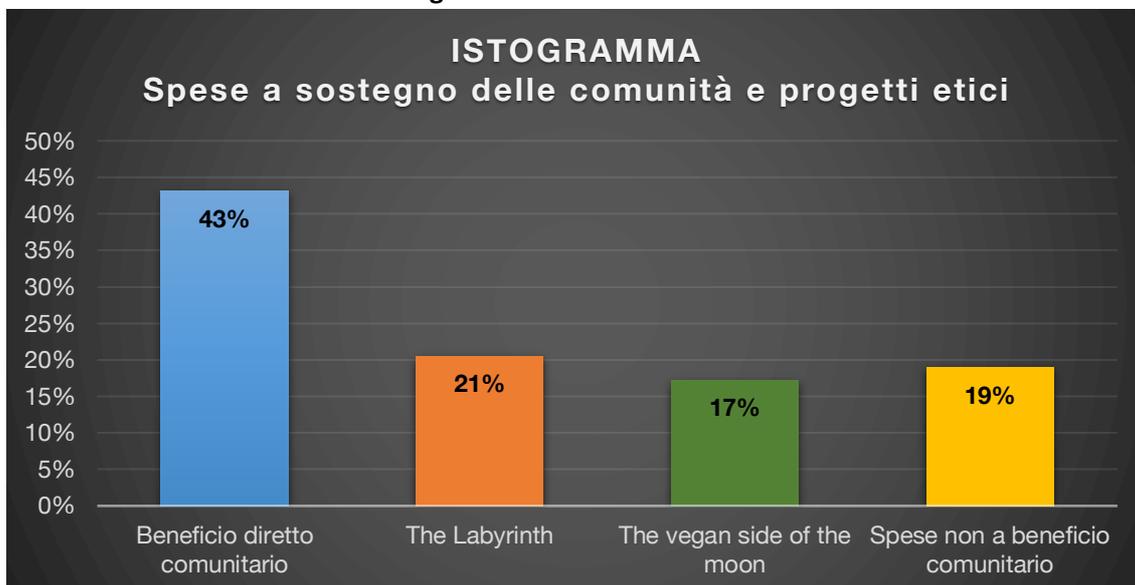


Figura 1. **Azzurro:** spese a sostegno comunitario; **Arancione:** Ingresso The Labyrinth; **Verde:** Ingresso The Vegan Side Of The Moon; **Giallo:** Spese non a sostegno di progetti etici o comunità locali.

Grafico 2. Grafico a torta. Dove si fermano i tuoi soldi?



Figura 2. Il **43%** delle spese che compie il turista durante il viaggio si ferma a beneficio diretto delle comunità indigene e locali del Guatemala. Solo il **19%** delle spese non sono a diretto



beneficio delle comunità per questioni logistiche come alcuni trasporti di linea guatemalteca, le notti presso Finca Tatin e altri. Il **19%** rappresenta l'ingresso che corrisponde a The Labyrinth, e il mantenimento di tutta la sua struttura in Guatemala e Italia. Il **17%** è la quota destinata a The Vegan side of the Moon. Occorre considerare che se sommiamo il 44% destinato alle comunità, al 19% di TL e il 17% di The Vegan, arriviamo a un totale di investimento in progetti di stampo etico di **80%**: dettaglio, questo, che determina sicuramente la differenza e l'apporto di strutture, come la nostra, che fanno dell'etica la ragion d'essere, e non come generalmente è abituata l'industria che destina tra uno 0,5 e un massimo del 2% in sostenibilità e responsabilità di impresa.

INFORMAZIONI UTILI

Si consiglia dotarsi di spray antizanzare, creme solari, occhiali da sole, cappellino. Medicinali d'uso personale, tra cui disinfettante intestinale e fermenti lattici. Abbigliamento molto pratico, idoneo sia alla stagione primaverile che estiva. Scarpe comodissime e un indumento impermeabile da tenere sempre appresso date le precipitazioni che si potrebbero incontrare. Un costume da bagno potrebbe a Playa Blanca, a Los Siete Altares, nel Lago Atitlán, nel Rio Dulce e presso l'isola caraibica. Una pila. Un porta valori del tipo cintura con tasca da indossare sotto i vestiti. Il marsupio potrebbe esser preso di mira dai borseggiatori. Quando possibile lasciare gli oggetti di valore presso l'alloggio. Il pericolo di borseggio aumenta nelle zone affollate, come ad esempio mercati o vie trafficate da pedoni, ma se seguirete le indicazioni del mediatore culturale i pericoli saranno bassissimi.

VISTO E PASSAPORTO

Non è necessario alcun visto dall'Italia per recarsi in Guatemala solo quando si è in possesso di passaporto italiano. Invitiamo a controllare la data di scadenza del passaporto, la cui validità deve protrarsi minimo sei mesi dalla data del viaggio.

CLIMA

Il clima, di tipo tropicale, a seconda dell'altitudine delle regioni, si divide in tre fasce: le tierras calientes, che comprendono la selva e le coste fino a 800 mt di altitudine, dove le temperature minime sono superiori ai 25°C e quelle massime ai 35°C; le tierras templadas, fino ai 1500 mt con 20° costanti durante tutto l'anno; le tierras frias, le regioni sopra i 1500 mt che registrano una forte escursione termica. Qui le notti sono fredde in particolare nei mesi invernali, e la temperatura scende sotto i 10°C. La piovosità è variabile: la stagione delle piogge va da maggio a metà ottobre. È da tenere presente che la stagione secca è quasi inesistente sulla costa caraibica, che è costantemente investita da venti caldi e umidi.



FUSO ORARIO

La differenza di orario con l'Italia è di -7 ore, -8 quando in Italia è in vigore l'ora legale.

VALUTA

L'unità monetaria del Guatemala è il Quetzal (GTQ). Euro e dollari USA si cambiano tranquillamente negli appositi uffici. In generale, pur essendo anche questo un aspetto in via di evoluzione, c'è più consuetudine a commerciare in dollari USA. Sono accettate le carte di credito VISA (mastercard non sempre funziona).

LINGUA

La lingua franca è lo spagnolo ma in Guatemala sono presenti 23 idiomi maya differenti. L'inglese non è diffuso. L'italiano viene capito da un modesto numero di persone, essendo lingua gemella dello spagnolo.

RELIGIONE

La popolazione guatemalteca si suddivide prevalentemente tra cattolici ed evangelici. Non pochi sono quelli ancora fedeli alla spiritualità maya, specie sugli altipiani. La resistenza culturale religiosa maya si manifesta soprattutto nelle confraternite: luoghi di grande simbolismo e sincretismo. Gli effetti della colonizzazione hanno prodotto quello che viene definito come sincretismo religioso, ovvero la fusione tra la religione maya e quella cattolica.

PREFISSI TELEFONICI

Dall'Italia: comporre il prefisso internazionale 00502 seguito dal numero dell'abbonato. Dal Guatemala: comporre il prefisso internazionale 0039 seguito dal numero dell'abbonato.