

VIAGGIARE IN PERU'

IL VIAGGIO IN TRENO VERSO MACHU PICCHU

La "città perduta" degli Incas dista 112 km da Cusco ed è raggiungibile in treno con tre ore circa di viaggio oppure a piedi con un trekking di alcuni giorni lungo l'antico Camino Real. Il treno, in partenza dalla stazione di Poroy-Cusco, che dista 20 minuti dal centro di Cusco, attraversa la Pampa de Anta sul cui sfondo si stagliano i massicci del Veronica e del Salkantay con le loro nevi perenni, discende nella Valle Sacra degli Incas, corre a 2900 metri di quota costeggiando il fiume Urubamba e sosta nella stazione di Ollantaytambo. Il paesaggio cambia e la valle dell'Urubamba diventa una stretta gola rivestita da una fitta vegetazione. L'ultima fermata è nella stazione di Machu Picchu Pueblo (ex Aguas Calientes), il villaggio che sorge ai piedi della montagna sulla quale sorgono le famose rovine, che si raggiungono, da qui, con un percorso di una decina di chilometri in minibus che svolgono servizio navetta.

Treno Hiram Bingham Orient Express

Riservato ad un turismo d'élite, è un'immersione nelle atmosfere d'Ottocento dei viaggi a bordo del celebre Orient - Express. Ogni dettaglio è curato: dall'arredamento ai cibi, alla carta dei vini, il servizio impeccabile. Si compone di lussuose carrozze passeggeri, carrozza cucina e due carrozze ristorante. Opera tutti i giorni escluso la domenica. La prenotazione del viaggio in Perù con il treno Hiram Bingham è su richiesta per viaggi individuali o gruppi precostituiti.

Treno Vistadome

Treno panoramico che consente di cogliere spettacolari vedute del paesaggio. Più che un mezzo di trasporto è stato definito un'esperienza di viaggio, un'immersione nell'ambiente andino attraverso i suoi maestosi panorami, la musica, la danza, apprezzate sfilate di capi di moda peruviana, e il cibo, che rispetta la tradizione locale. Le carrozze sono straordinariamente luminose con confortevoli poltrone reclinabili, snack e bibite a bordo, servizio di hostess. Opera tutti i giorni.

Il percorso con il treno Vistadôme è previsto nei tour della sezione "Perù d'Autore", nel tour "Perù Fuoristrada" e nel tour "Perù, una grande natura".

Treno Expedition

È il treno più economico per raggiungere Machu Picchu. Dispone di normali carrozze, decorose e pulite, con finestre che consentono una buona visibilità e servizio di hostess. È possibile acquistare snack e bibite a bordo. Opera tutti i giorni.

Il percorso con il treno Expedition è previsto nei tour della sezione "Perù Budget" e nel Fuoristrada Express.

IL PERCORSO DALLA VALLE DI CUSCO AL LAGO TITICACA (CUSCO-PUNO)

Sino agli anni '90 il mezzo di collegamento tra le due città, in alternativa al tracciato stradale costituito da una lunga e disagiata pista, era il treno Cusco - Puno. Quello che un tempo era il leggendario e sbuffante "trenino delle Ande" oggi appartiene alla società Perù Rail che lo ha adeguato alle nuove esigenze. Con i lavori di ripristino della vecchia strada, che corre a lato della ferrovia e oggi completamente asfaltata, il trasferimento viene effettuato anche con bus turistici di linea (regular bus) che consentono tempi di percorrenza inferiori a quelli del treno e interessanti soste presso chiesette coloniali, siti archeologici e punti panoramici. I nostri tour prevedono il trasferimento con il "regular bus" solo per i passeggeri individuali o i gruppi inferiori ai 6 partecipanti, con mezzo privato a partire da 6 partecipanti o tutte le volte che ne viene fatta specifica richiesta. Negli itinerari della sezione "Perù fuoristrada" il percorso è sempre effettuato con le vetture fuoristrada utilizzate per il circuito.

Treno Andean Explorer

Il treno Andean Explorer è composto da una serie di carrozze arredate con cura, carrozza ristorante e bar panoramico che offre la possibilità di gustarsi lo scorrere dei maestosi paesaggi andini da una comoda poltrona. Il viaggio in treno da Cusco a Puno ha una durata di 10 ore circa ed è stato annoverato fra i 25 più bei percorsi in treno del mondo dall' Agenzia Internazionale dei Viaggiatori in Treno.

Il trasferimento Cusco-Puno o viceversa con il treno Andean Explorer viene effettuato su richiesta per i viaggi su base individuale o gruppi precostituiti. Per informazioni rivolgersi direttamente ai nostri uffici.

AEREI DA TURISMO E IMBARCAZIONI

Sorvolo delle linee di Nasca

Il sorvolo delle linee di Nasca è lasciato facoltativo per due ragioni: l'impossibilità di garantirlo a priori in quanto subordinato alle condizioni meteorologiche e il fatto che talvolta i visitatori non desiderano avvalersi di questo servizio. Il sorvolo viene effettuato con Piper mono o bi-motore da 3- 5 e 8 posti. Gli aerei sono oggetto di verifiche periodiche e la pista di atterraggio è stata sottoposta di recente a lavori di manutenzione. Va inoltre segnalata l'estrema perizia dei piloti che sono da anni impegnati quotidianamente in questo prezioso servizio.

Imbarcazioni

Gli itinerari in Perù prevedono l'utilizzo di imbarcazioni durante le escursioni alle isole Ballestas o sul lago Titicaca. Alcuni comprendono inoltre la visita della regione amazzonica dove le uniche vie di comunicazione sono rappresentate dai fiumi.

Navigazione alle isole Ballestas

I motoscafi utilizzati per l'escursione sono dotati di due motori fuoribordo e possono ospitare un massimo di 25 passeggeri. Sono forniti di giubbotti salvagente e l'equipaggio è formato da marinai particolarmente esperti della zona. La navigazione è sempre subordinata alle condizioni del mare.

Navigazione sul lago Titicaca

Le imbarcazioni disponibili sono di livello modesto con riguardo a tipo di sistemazione a bordo e potenza del motore. Si tratta di barche di 6 - 10 metri di lunghezza con semplici sedili in legno rivestiti di cuscini, dotate di motore fuoribordo e adatte alla navigazione in un'area di aspetto lagunare caratterizzata, in prossimità delle Isole galleggianti, da un dedalo di canali che si aprono tra i ciuffi di canna di totora. L'altitudine e la conseguente rarefazione di ossigeno riducono inoltre notevolmente la potenza dei motori utilizzati.

Navigazione sui fiumi amazzonici

Per la navigazione sui fiumi amazzonici vengono utilizzate le tipiche imbarcazioni locali denominate "bonguitos", dotate di motore fuoribordo, con panche in legno, cuscini e un'apposita copertura a tettoia per il riparo dal sole o da scrosci improvvisi.

CLIMA

La posizione geografica del Perù, compresa nella fascia che va dall'Equatore al Tropico del Capricorno, farebbe presupporre un clima uniformemente caldo. In realtà gioca un ruolo importante, nel quadro climatico del Paese, l'influenza di distinti fattori che contribuiscono a ridurne i caratteri torridi: il territorio variegato e complesso, l'altitudine elevata in tutta la fascia andina, l'influenza della corrente di Humboldt che ne lambisce le coste.

Il clima parlando di aree geografiche

Regione costiera: la temperatura media da dicembre ad aprile (estate) è di 25 °C con un tasso di umidità del 70% ma senza pioggia. Da maggio a novembre la temperatura scende leggermente, il tasso di umidità è dell'85% e con sporadiche leggere precipitazioni nei mesi di luglio e agosto.

Regione andina: il periodo da dicembre/gennaio a marzo corrisponde alla stagione piovosa con precipitazioni maggiori nei mesi di gennaio e febbraio. La temperatura media diurna è sui 18/20 °C e quella notturna sui 7/10 °C circa. I restanti mesi (da aprile a novembre), corrispondono alla stagione secca con cieli generalmente tersi e luminosi, giornate soleggiate e relativamente calde, temperature che si abbassano decisamente la notte e possono arrivare a sfiorare lo zero in luglio e agosto.

Amazzonia: durante la maggior parte dell'anno la temperatura varia da 25 ai 35 °C con tasso di umidità del 90%. Nei mesi di giugno, luglio e agosto può presentarsi il fenomeno noto come "friaje", cioè "ondata di freddo", con conseguente diminuzione della temperatura a 15 °C.

Il clima parlando di stagioni

I mesi di aprile, maggio e giugno sono di norma i più indicati per visitare il Perù nel suo insieme. La zona costiera presenta temperature miti e quasi totale assenza di “garua” (la nebbia provocata dall’umidità dell’Oceano Pacifico che avvolge Lima e parte della costa nei mesi invernali). Il clima nella zona andina è simile alla nostra primavera. La stagione delle piogge appena terminata lascia il Paese verde e fiorito, le montagne colme di neve e i cieli di un azzurro intenso. Possibilità di brevi precipitazioni. Bassa l’affluenza turistica.

I mesi da luglio a novembre sono comunque favorevoli per un viaggio in Perù. Questo periodo corrisponde all’inverno e all’inizio della primavera ed è caratterizzato nella zona andina da clima secco, temperato di giorno (massime 20/22 °C) e freddo di notte (minime da 1 a 4 °C), le giornate serene e l’aria limpida delle alte quote consentono un’ottima visibilità delle montagne.

Durante **i mesi da dicembre a marzo**, corrispondenti all’estate, le temperature minime e massime sono più elevate con possibilità di piogge persistenti o alternate a schiarite. La regione amazzonica è caratterizzata da clima tropicale caldo - umido con temperature diurne sui 30 °C, notturne sui 20 °C, e possibilità di brevi acquazzoni giornalieri, precipitazioni più intense da dicembre a marzo.

Le informazioni sul clima qui fornite si basano sui dati registrati pubblicati dai servizi meteorologici. La maggior parte degli scienziati e gli organi preposti agli studi sul clima sono concordi nell’affermare che i cambiamenti climatici sul nostro pianeta sono una realtà che ha ripercussioni sui normali andamenti stagionali con riguardo alle temperature, alla durata e al regime delle precipitazioni.

LINGUA E RELIGIONE

Lo spagnolo è la lingua ufficiale parlata in gran parte del paese. Il bagaglio culturale del Perù si evidenzia anche nella varietà di lingue native che coesistono nel territorio. La costituzione riconosce il quechua con le rispettive varianti, che si parla nelle regioni andine, e l’aymara, predominante nel sud andino (dipartimento di Puno e Lago Titicaca). L’inglese è abbastanza diffuso tra gli addetti ai servizi turistici.

La religione prevalente è quella cattolica, professata dal 90% circa della popolazione. È presente la Chiesa evangelica e in minori percentuali altre religioni. In Perù vige la libertà di culto e le feste religiose sono l’espressione della convivenza tra le diverse credenze e i culti preispanici.

CIBI E BEVANDE

Fresca, varia, piena di colore, leggermente piccante, la cucina peruviana nasce da un crogiolo di culture, sapori, ingredienti e tecniche che rendono i suoi piatti così originali e nuovi. È il punto di incontro di diverse culture, di almeno 5000 anni di storia a partire dalle civiltà autoctone, preincaiche ed incaica, di tre secoli di contributi culinari spagnoli, influenzati a loro volta dalla presenza musulmana nella penisola iberica, dei costumi gastronomici importati dagli schiavi africani, della forte influenza degli chef francesi che fuggirono dalla Rivoluzione Francese e dei più recenti apporti degli immigrati cinesi, giapponesi, italiani.

Il Perù si è aggiudicato nel 2012 il premio come *World's Best Culinary Destination* ed è oggi considerato la culla di una nuova "rivoluzione gastronomica". L'area andina peruviana è ricca di prodotti di alto valore nutrizionale. Carni, tuberi (quasi 3000 sono le varietà di patate presenti in Perù con una incredibile varietà di forme e sapori) cereali (chi non ha sentito parlare della quinoa, che avrebbe come luoghi di origine il Perù e la Bolivia) ed erbe sono alla base della sana tradizione culinaria delle Ande. La loro preparazione, che richiede pazienza e dedizione, riflette una caratteristica della personalità andina, e la loro cottura semplice, senza troppi condimenti, assicura una buona digestione. La cucina andina rende omaggio anche al pane di cui esistono differenti tipi.

I dolci andini utilizzano come base il mais, latte e frutta che cresce ad altitudini elevate. Le regioni costiere, bagnate dall'oceano Pacifico, hanno invece una cucina maggiormente caratterizzata dalla presenza del pesce. Tra i piatti più noti spicca il cebiche, pesce o frutti di mare marinati in succo di limone, peperoncino, sale e con l'aggiunta di cipolla, patate dolci e mais bollito.

La cucina del Perù orientale (Amazzonia) si basa sulla incredibile biodiversità di questa terra con straordinari frutti esotici ed erbe raccolte nella foresta amazzonica. Il palmito, frutto della palma, è un alimento base della cucina amazzonica ed è utilizzato prevalentemente per preparare insalate. La banana è un altro ingrediente base dei piatti amazzonici. Le carni consumate sono diverse: di manzo, di pollo, di pesce e di altre specie che vivono sulle montagne del versante amazzonico, come il paca, noto nella zona per la sua carne dal sapore ricco e povera di grassi.

La cucina novoandina è uno stile culinario nuovo che recupera le tradizioni culinarie del passato preispanico fondendole con elementi provenienti da orizzonti culturali diversi, come quello europeo. Tra le bevande sono degni di nota i succhi di frutta (la quantità e la varietà di frutta che si produce in Perù è davvero invidiabile). Tra le birre la Cusqueña è una delle più popolari mentre la Cristal è conosciuta come la birra del Perù. Molte città hanno tuttavia una propria marca di birra che non si trova in altre parti. La bevanda nazionale del Perù è il Pisco (uno dei distillati d'uva più raffinati, secondo alcuni esperti), base per numerosi cocktail, come il gradevolissimo Pisco Sour. Tra le bevande tradizionali ricordiamo la chicha de jora e la creola chicha morada a base di mais fermentato.

All'atto dell'iscrizione al viaggio provvediamo ad inviare ai partecipanti un modulo sul quale chiediamo di indicare il tipo di alimentazione (vegetariani o non) preferita. Soddisfare le esigenze di una dieta vegetariana in viaggio può talvolta non essere semplice e la scelta di alimenti può risultare limitata.

ACQUISTI

Il Perù affascina anche per il colore, la creatività e la ricchezza del suo artigianato. Qui la tradizione artigianale ha origini molto antiche. La tessitura e la ceramica raggiunsero infatti un grande sviluppo già nelle civiltà anteriori all'impero inca. Grandissima è la varietà di prodotti tessili. Si possono trovare nei mercati o in negozi che offrono merci di ottima qualità con tanto di garanzia, così come sulle Ande, presso gli stessi produttori. Molto apprezzati anche i gioielli d'argento e d'oro, lavorati con foggia antica, riproducenti varie divinità incaiche.

Le ceramiche e terrecotte occupano un posto di rilievo nell'arte e nella cultura locale spesso riprendendo tecniche preispaniche come ad esempio i vasi, costosi e pregiati, riprodotti con le antiche tecniche a Nasca e in altre zone costiere. A Cusco è invece la tradizione incaica a prevalere. Semplici ma deliziosi souvenir sono poi le chiesette di Ayacucho, che esistono in tutte le misure. Da questa zona provengono anche piccoli altari pieghevoli in legno colorato con diverse figure intagliate, i cosiddetti "retablos", e i presepi composti da una miriade di minuscole figurine modellate ad una ad una nella ceramica e minuziosamente dipinte, una rappresentazione della vita quotidiana sulle Ande istintiva e di grande suggestione.

Chi volesse immergersi totalmente nella "artesanía" avrà occasione di passeggiare sotto i porticati di Cusco, a San Blas, nella piazza principale, dove artigiani-artisti lavorano e vendono le proprie opere. Questo vale per i piccoli oggetti in terracotta o in legno, per le tele che riprendono i canoni stilistici della famosa Scuola di Pittura Cuzqueña mentre per quanto riguarda i prodotti tessili, specie per i coloratissimi arazzi, si fanno ottimi affari anche nei mercati di Lima. L'artigianato peruviano riveste oggi una grande importanza non solo perché contribuisce alla conservazione della cultura del popolo peruviano ma rappresenta anche un mezzo di sostentamento per migliaia di famiglie e intere comunità.

Divieto d'esportazione di beni del patrimonio culturale

Secondo quanto disposto dalla Legge Generale del Patrimonio Culturale della Nazione, è tassativamente proibita l'esportazione di tutti i beni culturali che si trovano contemplati nella suddetta norma, che include tessili, ceramiche, documenti, fossili, frammenti di beni o tessuti precolombiani, immagini religiose, articoli d'arredamento, argenteria ed altre antichità con più di 100 anni. La relazione completa dei beni protetti è disponibile nel sito web dell'Istituto Nazionale di Cultura (INC): www.inc.gob.pe Ricordiamo che è severamente proibito acquistare souvenir inseriti nella Convenzione CITES ricavati da parti di animali e piante locali protetti.

PREPARARE LE VALIGIE...

Bagaglio

In linea generale è importante, nella scelta del bagaglio, tenere presente il tipo di viaggio che ci si accinge ad intraprendere. Nei viaggi che prevedono percorsi in fuoristrada sono consigliate borse morbide, possibilmente impermeabili, ad apertura orizzontale e dotate di lucchetto: essendo di minore ingombro rispetto alle valigie rigide, la loro sistemazione sui veicoli risulta notevolmente semplificata. Per i viaggi o le vacanze di tipo tradizionale si potrà invece optare per una valigia rigida o semirigida che permette di organizzare meglio il contenuto al proprio interno. Si consiglia di prestare molta attenzione al proprio bagaglio, di non portare con sé oggetti di valore e di conservare documenti e denaro in un'apposita cintura o in una borsetta-marsupio al riparo da occhi indiscreti. Prevedere un'opportuna protezione per la videocamera e per la macchina fotografica sia per la polvere che per l'umidità presente in determinate zone o in determinati periodi. Una borsa a tracolla o un piccolo zaino a spalla potranno rendersi utili per il trasporto degli oggetti che si vogliono tenere a portata di mano durante le escursioni giornaliere.

Il vestiario per il viaggio

La scelta del vestiario per il viaggio deve rispondere in generale a criteri di praticità e comodità, rispondenza al clima ed all'ambiente.

Si consiglia pertanto di:

- optare per indumenti sportivi e confortevoli e calzature molto comode;
- escludere i capi in fibre sintetiche, che impediscono la traspirazione corporea, specialmente negli ambienti a clima caldo;
- scegliere l'abbigliamento adatto al clima dei luoghi che si intendono visitare senza dimenticare che anche nei paesi a clima caldo possono verificarsi sbalzi di temperatura tra il giorno e la notte;
- evitare gli indumenti con colori appariscenti o vivaci negli ambienti popolati dagli animali: una regola questa che si colloca nel rispetto della natura e che faciliterà l'approccio con la fauna locale;
- evitare sempre l'abbigliamento di tipo mimetico militare o assomigliante ad uniformi di tipo militare.

Un principio fondamentale da tenere poi presente quando si scelgono i capi di vestiario per un viaggio è quello dell'abbigliamento "a strati": è molto meglio infatti avere tanti capi leggeri o di medio spessore da indossare, se necessario, sovrapposti, piuttosto che uno solo pesante. Tale tecnica consente di adeguare il grado di copertura corporea alle variazioni climatiche e di ottenere un'efficace protezione contro gli sbalzi di temperatura e il vento, specie quando si viaggia in altitudine.

Lista consigliata

Data l'estrema varietà del clima che s'incontra durante un viaggio in Perù, si consiglia pertanto un abbigliamento sportivo, informale, con capi di vestiario che permettano di essere ben protetti e caldi mattino e sera e sufficientemente scoperti durante le ore centrali della giornata quando l'irraggiamento solare è più forte.



Per le zone andine sono indispensabili alcuni indumenti caldi, una giacca in goretex ed un paio di scarpe comode ma robuste; per la zona costiera meridionale e le isole Ballestas si consigliano indumenti leggeri, berretto per il sole, occhiali da sole, una giacca a vento o k-way (dipende dalla stagione d'effettuazione del viaggio); per chi si spinge sino alla zona amazzonica abiti leggeri a manica lunga e pantaloni lunghi per proteggersi dai mosquitos, scarponcini o pedule impermeabili, una leggera mantella impermeabile può rivelarsi più utile del classico k-way.

Non dimenticare un costume da bagno in caso di hotel dotati di piscina, vasca termale o SPA. Raccomandabile anche portare sempre con sé uno zainetto durante le visite giornaliere contenente crema solare, berretto, occhiali da sole e un repellente per insetti per escursioni a Machu Picchu o nella foresta amazzonica.

Altitudine

Un viaggio in Perù implica sempre la visita della regione andina. È infatti sulle Ande, ad altitudini in genere superiori ai 3000 metri s.l.m., che sorgono alcune tra le località più interessanti dal punto di vista storico - archeologico ed è qui che si possono cogliere paesaggi scenografici e di rara bellezza.

L'altitudine preserva le regioni andine dai rischi sanitari propri delle aree subtropicali ma può comportare problemi di adattamento durante i primi giorni di permanenza in quota. Infatti un organismo abituato a vivere a bassa quota può avere difficoltà ad adattarsi rapidamente alla diminuzione di ossigeno che inizia a manifestarsi a partire dai 2000 metri. Un maggiore affaticamento, leggero mal di testa, mancanza di appetito, sono alcuni dei sintomi che accusa generalmente il viaggiatore durante i primi giorni di permanenza e costituiscono reazioni normali di adattamento dell'organismo alla quota elevata. Si tratta generalmente di sintomi lievi che scompaiono in un paio di giorni. La migliore prevenzione all'alta quota si basa su semplici accorgimenti.

Durante i primi giorni in altitudine è buona norma evitare il fumo, l'alcool, le fatiche o camminate eccessive e gli appesantimenti di stomaco. Riposo, moderato consumo di cibo, abbondante ingestione di liquidi e caldi capi di vestiario sono i primi accorgimenti da tenere presenti. L'altitudine inoltre può provocare, soprattutto in presenza di clima secco e ventoso, leggeri sintomi di disidratazione ai quali è possibile ovviare bevendo molti liquidi per facilitare l'ossigenazione e lo smaltimento delle tossine. Negli alberghi situati nelle località che si trovano ad altitudini elevate è consuetudine offrire il "mate de coca", infuso di foglie di coca molto diffuso nei Paesi andini, che ha effetti tonificanti sull'organismo.

FOTOGRAFIA E RIPRESE CON VIDEOCAMERA

Si consiglia sempre di munirsi di un'adeguata scorta di materiale video-fotografico, che può risultare di difficile reperimento in loco, in particolare batterie, caricabatteria, memory card, cavi di collegamento, l'occorrente per pulire apparecchi ed obiettivi. È importante proteggere adeguatamente le apparecchiature dal sole, dalla eventuale polvere o dall'umidità. È bene procurarsi inoltre una spina universale e può essere utile portare con sé un carica batteria da auto qualora vi sia la possibilità di utilizzare una presa sui mezzi di trasporto.

L'uso della macchina fotografica e/o della videocamera all'interno di musei, siti di interesse ed edifici religiosi spesso è consentito previo il pagamento di una tassa all'ingresso. Ricordiamo che è tassativamente

proibito fotografare aeroporti, installazioni e automezzi militari, edifici governativi, ponti, militari in divisa. Certi momenti della vita quotidiana, le abitazioni, i luoghi di culto o i luoghi considerati sacri dalle popolazioni locali vanno rispettati. Particolare attenzione va posta nel fotografare la gente. È buona norma infatti chiedere prima il permesso, rispettando l'eventuale decisione negativa dell'interpellato.

Non dimentichiamoci mai che di fronte al nostro obbiettivo abbiamo delle persone, con una loro sensibilità, una loro cultura, una loro dignità. Taluni popoli pensano che la fotografia rubi l'anima, altri hanno scoperto, grazie al nostro passaggio, che lo scatto può essere anche una piccola risorsa in una magra economia di sussistenza. Il problema è molto dibattuto e di non facile soluzione. Tuttavia, di fronte a situazioni ormai consolidate, consigliamo di evitare comportamenti che possono creare tensioni ed attriti con le popolazioni locali, perciò conviene chiedere alla guida di trattare e pagare un forfait in modo da poter girare liberamente senza essere costretti a trattare volta per volta. L'aiuto della guida è importante per creare un buon rapporto con le popolazioni locali.

ORGANIZZAZIONE TECNICA

L'organizzazione tecnica del viaggio in Perù è a cura di: Il Tucano Viaggi Ricerca di Willy Fassio Srl.