

PARCO DEL TICINO – IL PAESAGGIO DI MORIMONDO

La splendida abbazia, le marcite e l'alimentazione nel Medioevo



SPECIALE PERCHÈ

- Camminare in mezzo alla natura del Parco, negli splendidi ambienti boschivi, agricoli e fluviali
- Conoscere l'abbazia medievale di Morimondo, una delle meglio conservate d'Europa.
- Scoprire una delle più antiche vie d'acqua d'Italia e tutto il contesto agricolo al suo intorno.

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Parco Regionale della Valle del Ticino



Nella natura del Parco del Ticino sorge uno dei borghi più belli d'Italia, dove è stata edificata per opera dei monaci cistercensi, l'abbazia di Morimondo nel lontano 1134, quando dalla Francia arrivarono i primi dodici monaci da Morimondo per dar vita a quello che ancora oggi rappresenta uno dei monasteri più belli e meglio conservati al mondo. In questo luogo si può ritrovare un ritmo di vita che scorre ancora su quadranti antichi: qui si possono riconoscere le tracce di un rapporto profondo tra uomo e natura, segni di un paesaggio che l'uomo ha saputo costruire sapientemente nel corso dei secoli. I boschi di ontano fanno da cornice a campi coltivati e testimoniano una selvicoltura arcaica ma efficace, capace di fornire legname a monaci e contadini. L'acqua corre copiosa in ogni direzione, perché in questo luogo magico sono presenti le acque provenienti dal vicino Naviglio, dal Ticino, dalla Roggia Nasino e dalla Roggia Rabica e dai caratteristici fontanili, dove l'acqua delle Alpi dopo un lungo percorso sotterraneo sgorga in questi luoghi e viene utilizzata sapientemente dall'uomo per l'irrigazione delle marcite.

Il nostro week end sarà quindi fra visite agli splendidi edifici storici della zona, escursioni fra campi e boschi e ... un tocco di enogastronomia, con la degustazione di prodotti tipici del Parco e un interessante approfondimento sull'alimentazione di oggi e nella storia, indietro fino al Medioevo!



INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Due giorni e una notte, date su richiesta.
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons (<i>min. 4 max. 14 partecipanti</i>)
GUIDA	Guida Ambientale Escursionistica del team di Four Seasons Natura e Cultura
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà  ; visite ed escursioni ai centri principali, alle abbazie rurali, ai monumenti più belli. <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Hotel 3*o agriturismo.
PASTI INCLUSI	Trattamento di mezza pensione, con colazione e cena in hotel
PASTI <u>NON</u> INCLUSI	i pranzi al sacco autogestiti
DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
COME SI RAGGIUNGE	In automobile, in autonomia.
DOCUMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Carta di Identità o Passaporto validi per tutta la durata del viaggio • Tessera sanitaria <p>Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiasesicuri.it</p>

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO

IL PAESAGGIO DI MORIMONDO, TRA NATURA E STORIA.

La prima grande trasformazione del territorio.

Una passeggiata per scoprire i luoghi dove i monaci cistercensi hanno attuato una prima trasformazione territoriale: le marcite, le risorgive e le grange dove vivevano i monaci conversi. Tutto intorno a noi, paesaggi che sanno di tranquillità e placida convivenza con la natura... Alla fine del percorso avremo la possibilità di degustare la merenda dei pellegrini. Cena e pernottamento.

Dislivello: nullo – **Lunghezza:** 9 km – **Durata:** 6 ore pause incluse – **Difficoltà:** 

2° GIORNO

DA MORIMONDO AD ABBIATEGRASSO LUNGO IL NAVIGLIO.

Un percorso lungo il Naviglio di Bereguardo per riscoprire la storia del trasporto del sale dall'adriatico verso Milano. Le conche sono la peculiarità di questo percorso, la prima di queste è datata 1438. Arrivando ad Abbiategrasso incontriamo dapprima il castello sforzesco e successivamente ci si avvia verso il ritrovato convento dell'annunciata. A fine visita torneremo verso le città di provenienza.

Dislivello: nullo – **Lunghezza:** 15km – **Durata:** 8 ore pause incluse – **Difficoltà:** 

ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatorie...

Scarponi o scarpe da trekking, pile o maglione per le giornate più fresche, giacca antipioggia ("hard shell") o mantellina, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 20/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva.

Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

... e consigliati

Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite e i momenti di relax. Coprizaino. Costume da bagno.

Bastoncini da trekking o da nordic-walking: sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili. Se desiderate portarli con voi, ricordate che in aereo NON possono essere imbarcati in cabina con il bagaglio a mano ma devono essere inseriti nel bagaglio in stiva, altrimenti... rassegnatevi, rischiate di doverli lasciare in aeroporto alla partenza!

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione: € 140,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati; tasse di soggiorno; la prima colazione; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per l'intera durata del viaggio; tasse di soggiorno.

NB su alcune partenze la guida potrebbe partire da un aeroporto diverso da quello degli altri partecipanti, o essere già in loco all'arrivo.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica e fondo cassa comune (vedi sotto; i pasti non espressamente inclusi e tutte le bevande; spese per trasporto, carburante, pedaggi e parcheggi; le entrate ai musei, ai parchi e ai monumenti; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 10,00 obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO₂ derivanti dalla partecipazione ai viaggi

IMPORTANTE! ANNULLAMENTO VIAGGIO. In caso di annullamento, fare riferimento alle "Condizioni Generali" del catalogo, consultabili cliccando [QUI](#).

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO. Non è inclusa nella quota, ma è possibile stipularla con un costo che va dal 4% al 6% circa (a seconda del tipo di copertura scelta) del totale dell'importo assicurato. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione e comunque **non meno di 30 giorni prima della partenza.**

L'opuscolo informativo è disponibile cliccando [QUI](#) o visitando il sito www.polizzaviaggio.it

NOTE: La quota è basata sulla sistemazione in doppia, con abbinamento con un altro compagno di viaggio dello stesso sesso. Nei rari casi in cui ciò non sia possibile, il partecipante che pur non avendone fatta richiesta dovesse essere sistemato in camera singola sarà soggetto ad un supplemento pari al 50% del supplemento singola, da corrispondere prima della partenza. Tale supplemento sarà comunque rimborsato nel caso in cui l'iscrizione di un ulteriore partecipante consenta di procedere con l'abbinamento.

COME PRENOTARE:

RIVOLGENDOSI ALLA SEDE DI MILANO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA

telefonando al numero 0270634800 o scrivendo a segreteria.milano@fsnc.it

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da ns. catalogo consultabili cliccando [QUI](#)

Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo" e ss. mm. e ii.

PER SAPERNE DI PIÙ

LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere i **cellulari spenti durante le escursioni** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.

Per questioni di sicurezza l'uso di ombrelli in caso di pioggia non è consentito durante le escursioni.

In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca [QUI](#)

GLI ALIENI SONO FRA NOI: COMBATTIAMOLI INSIEME!



Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto **Life ASAP – Alien Species Awareness Program (programma di consapevolezza sulle specie aliene)**.

COSA SONO. Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva.

Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

PERCHÈ COMBATTERLE. Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA. I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

COSA POSSIAMO FARE A CASA.

1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.

2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO. Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.



VIAGGIA NATURALE



IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: **attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.**

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- **Proteggere l'ambiente** naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- **Cooperare con le comunità locali** assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- **Rispettare la natura** e le popolazioni dei luoghi visitati.
- **Conservare flora, fauna** e zone protette.
- **Rispettare l'integrità delle culture locali** e delle loro abitudini.
- **Seguire le leggi e le regole dei paesi** visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- **Dare sempre informazione**, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.





L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

**Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole.
Da oltre 25 anni impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla
passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.**

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- **Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:**

- » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
- » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
- » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
- » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente

- **Compensiamo la CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO₂”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contribuiti in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.



- Siamo soci e partner di **WWF Travel** ed abbiamo adottato i principi della **Carta di Qualità WWF**
- Siamo soci di **AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile**, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi: www.aitr.org
- Siamo membri attivi della rete internazionale **ECOLNET, European Ecotourism Network**, e ne adottiamo i principi di standardizzazione e controllo: www.ecotourism-network.eu
- **Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi** a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
 - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
 - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
 - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
 - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.

FOUR
SEASONS
NATURA E
CULTURA
ADERISCE A:



THE CODE
Organizzazione mondiale
contro il turismo sessuale
e l'abuso sui minori



AIAT Associazione
Italiana Agenti di Viaggio,
iscritto al Codice di
Autoregolamentazione
della Impresa Turistica



Four Seasons Natura
e Cultura è socio di
Intergrip Europe

ANCHE IL
VIAGGIO PIÙ LUNGO
COMINCIA CON UN PASSO.
IL TUO.

CURIOSI DI NATURA
VIAGGIATORI PER CULTURA