



Piccoli Mondi

VIAGGI CONSAPEVOLI

## MOZAMBICO

### INFORMAZIONI UTILI PER IL VIAGGIO

**Passaporto e visti** - E' necessario il passaporto con almeno 6 mesi di validità dalla data di partenza con almeno due pagine bianche consecutive. Occorre il visto d'ingresso che si ottiene all'arrivo presso l'aeroporto di Maputo. Il costo al momento è di 25 Dollari US.

**Sanità e Medicine** - Non sono richieste vaccinazioni obbligatorie. I viaggiatori provenienti dall'Italia non hanno l'obbligo della vaccinazione contro la febbre gialla. Le ASL consigliano la profilassi antimalarica, i vaccini contro la meningite, il colera, il tifo e l'epatite A/B, ma è bene comunque consultare il proprio medico e/o i centri di vaccinazione al riguardo. Ricordiamo di portare i medicinali di uso personale poiché sono di scarsa reperibilità nelle zone visitate. Possono essere utili farmaci di base e antibiotici a largo spettro, le aspirine ed i disinfettanti bronchiali ed intestinali. Al fine di evitare spiacevoli disturbi gastrointestinali è buona norma bere solo acqua imbottigliata o bollita, evitare di mangiare verdura cruda e la frutta non sbucciata.

**Clima** - Trattandosi di un paese tropicale, è il regime delle piogge a determinare le stagioni e si distinguono quindi 2 periodi principali: la stagione secca, tra marzo e ottobre, e la stagione delle piogge, da novembre a febbraio. I mesi di luglio e agosto rientrano nel periodo secco in cui il clima è mite e si registra la minore piovosità di tutto l'anno, sebbene possano verificarsi brevi temporali. Le temperature minime si aggirano sui 12/15 gradi, mentre le massime raggiungono i 24/26 gradi. Naturalmente queste informazioni climatiche sono indicative e rientrano nella media del periodo, tuttavia al momento del viaggio, le temperature indicate possono variare. Per notizie aggiornate sul clima suggeriamo di consultare il sito ufficiale [www.worldweather.org](http://www.worldweather.org).

**Abbigliamento** - Occorre un abbigliamento comodo e informale, composto da capi primaverili per chi viaggia nel mese di luglio, estivi leggeri per chi viaggia nel mese di agosto, con qualche capo più pesante per la sera e le prime ore del mattino. Queste sono notizie di tipo generale, poi ognuno dovrà regolarsi in base alle proprie abitudini e necessità relative alla stagione indicata. Per proteggersi dalle punture delle zanzare consigliamo di utilizzare i repellenti sul corpo, privilegiare colori chiari o neutri come il beige, il verde ed il rosa soprattutto per i capi con maniche e pantaloni lunghi per l'alba e il tramonto, ed evitare profumi o creme odorose sul corpo. In loco le donne potranno acquistare dei tessuti colorati chiamati capulane (una sorta di pareo) che suggeriamo, senza alcun obbligo, di indossare durante le visite ai villaggi per condividere con le donne locali la tradizione di questo abito. Alle persone interessate al viaggio invieremo il promemoria "**Cosa portare in viaggio**" in cui indichiamo anche gli accessori utili.

**Bagaglio** - Si consiglia di viaggiare con bagagli leggeri e di portare uno zainetto a spalla per le escursioni. **Per questioni pratiche di spazio, carico e scarico del bagaglio dal pulmino richiediamo borsoni o zaini, NON VALIGIE RIGIDE.** E' ammesso spedire un bagaglio con franchigia di 20 kg. In cabina è permesso un solo bagaglio a mano che non deve superare i 5 Kg. Le nuove regole di sicurezza entrate in vigore nel 2006 limitano la quantità di sostanze liquide che si possono portare a bordo nel bagaglio a mano: essi dovranno essere contenuti in recipienti ognuno della capacità massima di 100 ml, inseriti poi in un sacchetto di plastica trasparente e ri-sigillabile di dimensioni non superiori a 18x20 cm. Le nuove misure non riguardano il bagaglio da stiva registrato al check-in.

**Valuta** - In Mozambico la moneta ufficiale è il Metical (1 € = 35,38; 1 USD = 26,67). Si consigliano Dollari Usa e Euro che possono essere cambiati direttamente presso gli uffici cambi o le banche delle maggiori città. E' bene verificare che le banconote di Dollari Usa in proprio possesso siano posteriori al 2000: NON vengono accettati dollari di vecchia matrice. Le carte di credito e i travellers cheque sono raramente accettate negli alberghi e nei negozi. Le carte di credito Visa (a volte anche i bancomat) possono essere utilizzate per prelevare moneta locale dai bancomat delle maggiori città, ma ciò a volte richiede lunghe attese. Lontani dalle principali città la moneta locale in contanti è l'unica possibilità per pagare.

**Fuso orario** - Nel periodo di svolgimento dei viaggi (mesi di luglio e agosto) non c'è differenza di orario con il Mozambico.

**Geografia e ambiente** - Il Mozambico confina a nord con la Tanzania, a ovest con il Malawi, la Zambia e lo Zimbabwe, a sud-ovest con il Sudafrica e lo Swaziland, a est con l'oceano Indiano. Il territorio si estende per una superficie di 799.380 km<sup>2</sup> (98% di terra ferma e 2% di corsi d'acqua). Il Paese è diviso

in due macroaree: a Nord la regione degli altopiani, alti in media 600 metri, tagliati longitudinalmente dalla Rift Valley, lungo la quale si trova il lago Nyassa. La parte meridionale del paese è in maggioranza pianeggiante e solcata da numerosi fiumi, tra cui due dei più lunghi fiumi dell'Africa meridionale: lo Zambesi e il Limpopo. La costa, estesa per oltre 2400 Km, è in gran parte costituita da pianure alluvionali, in cui sopravvive il delicato ecosistema delle mangrovie. Procedendo verso occidente il paesaggio cambia radicalmente: da una stretta striscia di spiaggia ornata di palme si passa a un'ampia fascia di savana e quindi ad una fascia montuosa ricoperta di foreste. Questi tre ecosistemi costituiscono l'habitat di numerose specie selvatiche come elefanti, leoni, leopardi, antilopi, tartarughe, macaco e una grande varietà di uccelli. Il famoso Parco di Gorongosa che si estende per 5200 Km<sup>2</sup> era uno dei più ricchi del continente, ma durante i duri anni di guerra civile gran parte della fauna presente nel parco fu decimata.

**Divisione amministrativa** - Il Mozambico è diviso in dieci province suddivise a loro volta in 129 distretti. La città di Maputo pur ricadendo nella provincia omonima, data la sua dimensione e importanza, ha uno status autonomo. Le province, da nord, sono: Cabo Delgado, Niassa, Nampula, Zambezia, Tete, Manica, Sofala, Inhambane, Gaza, Maputo e Maputo città. L'itinerario proposto tocca 4 delle province meridionali e centrali del Mozambico: Maputo, Gaza, Inhambane, Sofala.

**Popolazione** - 20.905.585 ab., con una densità di 27 ab./kmq. Circa metà della popolazione è concentrata nel centro e nel nord del Paese. Più del 70% vive in zone rurali. Le etnie presenti sono africane (shangaan, chokwe, manyika, sena e makua) per il 99,5%; mulatti, europei ed indiani costituiscono la restante popolazione.

**Lingue** - Portoghese (ufficiale), nelle varie province si parlano le lingue locali bantu. L'uso dell'inglese è diffuso solo nelle principali località turistiche.

**Religioni** - Il 47% della popolazione segue i culti locali; circa il 30% dei mozambicani è cristiano, sia cattolici che protestanti (metodisti, presbiteriani, anglicani, ecc.); ed il 23% è di fede musulmana.

**Informazioni socio-economiche** - L'economia del Paese, dal punto di vista occupazionale si basa essenzialmente sull'agricoltura (circa l'83% della forza lavoro) e, in minima parte, sull'industria (circa l'8%), poco sviluppata anche a causa della passata guerra civile. Le colture commerciali più importanti destinate all'esportazione sono il cotone, il tè e la canna da zucchero; al mercato interno sono invece destinate le colture della manioca, patate, sorgo, mais, riso e frumento. Tra le fonti minerali vi sono il carbone, il sale, la bauxite ed il diamante.

(Fonte dei dati seguenti: Rapporto UNICEF "La Condizione dell'infanzia nel mondo 2008") Nonostante i lunghi decenni di colonizzazione e di guerra civile, il Mozambico ha una ricchissima tradizione artistica: scultori, pittori, scrittori mozambicani sono conosciuti in tutto il mondo.

Il paese è divenuto indipendente nel 1975 dopo quasi cinque secoli di colonizzazione portoghese e, all'indipendenza, era uno dei paesi più poveri d'Africa.

Questa situazione è peggiorata con l'emigrazione su vasta scala dei bianchi, detentori dell'economia, la dipendenza economica dal Sud Africa, una severa ed ancor oggi grave siccità e una prolungata guerra civile (1977-1992) che ne hanno minato lo sviluppo, causando anche una forte migrazione verso le città e le zone costiere con conseguenti danni ambientali quali l'inquinamento dell'aria e dell'acqua e la desertificazione delle terre sovrasfruttate.

Nel 1992 si è concluso il conflitto interno tra le due parti in guerra, il Fronte di Liberazione del Mozambico (FRELIMO) e l'esercito della Resistenza Nazionale del Mozambico (RENAMO), e nel 1994 è stata promulgata una nuova costituzione che per la prima volta prevedeva il multipartitismo.

Nonostante il miglioramento della situazione economica seguito alla pace e alle riforme economiche intraprese dal nuovo stato multipartitico, la maggioranza della popolazione rimane al di sotto della soglia di povertà, il paese fortemente indebitato con l'estero e la gran parte della forza lavoro impegnata nell'agricoltura di sussistenza.

Tra le sfide più importanti cui deve far fronte il Mozambico vi sono la insicurezza alimentare e la vulnerabilità del paese alle avverse condizioni climatiche che aggravano la già forte povertà diffusa (2 bambini su 5 soffrono di malnutrizione e il 38% della popolazione vive con meno di 1\$ al giorno) e la grave diffusione dell'HIV/AIDS che colpisce il 12% delle persone tra i 15 e i 49 anni e che ogni giorno determina 500 nuovi contagi.

Solo il 3% delle persone colpite dall'HIV/AIDS ha accesso ai trattamenti antiretrovirali.

Le campagne di vaccinazione per immunizzare i bambini da malattie prevenibili e per la loro scolarizzazione stanno crescendo grazie agli sforzi del governo sostenuto dalle agenzie umanitarie internazionali.

Un milione e mezzo di bambini sono orfani, un terzo a causa dell'AIDS e sappiamo che i bambini orfani hanno minori possibilità di avere accesso alla scuola.

Meno della metà della popolazione ha accesso ai servizi sanitari di base (quali l'acqua potabile, i servizi igienici e l'assistenza sanitaria) in parte a causa della mancanza di personale competente e il colera e il morbillo sono problemi sanitari nazionali.

**Corrente elettrica** - La corrente elettrica é di 220 volts con frequenza a 50 Hz. Le prese utilizzate nel paese sono di tre tipi: quella a due fori tondi piccoli, come quelle italiane; a due fori tondi grandi, come quelle tedesche; a tre fori tondi disposti "a triangolo", come quelle sudafricane. E' consigliabile munirsi di un adattatore universale.

**Telefono** - Per telefonare in Italia occorre comporre il prefisso internazionale 0039 seguito dal numero dell'abbonato. Il prefisso internazionale del Mozambico è 00258. Informiamo che telefonare dagli alberghi o altre strutture ricettive è raramente possibile e piuttosto costoso: consigliamo di utilizzare i telefoni pubblici o munirsi di una scheda telefonica locale per cellulari. I telefoni cellulari hanno copertura nella rete GSM del Mozambico, è questa è ben estesa nel Paese, ma per notizie specifiche preghiamo di chiedere informazioni presso il proprio gestore.

**Materiale fotografico** - Non vi sono limitazioni nel portare materiale fotografico purché non di tipo professionale. Consigliamo di portare tutto l'occorrente dall'Italia, infatti potrebbe essere difficile reperire materiale nei luoghi visitati. Inoltre il materiale potrebbe rivelarsi di scarsa qualità e non compatibile con i nostri sistemi di sviluppo.

**Mance** - Anche se non obbligatorie, ormai fanno parte di una "consuetudine" adottata da tutti i paesi, quindi ben accette da facchini e personale nei ristoranti, oltre che dalle guide e dagli autisti. Una prassi che si spiega e si giustifica, in parte, con il fatto che gli stipendi del personale locale in questi paesi sono di bassa entità e la diaria viene integrata con le mance dei viaggiatori. Si ritiene che possano essere utili per un miglior svolgimento del viaggio, pertanto si consiglia di prevedere circa 40 Euro a persona.

**Fondo per lo sviluppo** - Come indicato nel programma di viaggio pubblicato, i partecipanti al viaggio sosterranno un progetto di solidarietà attraverso il "Contributo solidale CCS Italia Onlus", equivalente a 96 Euro. Tale quota sarà devoluta a CCS e servirà ad attivare un sostegno collettivo "SOSTIENI UNA SCUOLA" della durata di un anno. I nomi e gli indirizzi dei partecipanti al tour saranno comunicati alla sede del CCS di Genova per tenervi informati sul contributo inviato da ognuno, attraverso una lettera del direttore della scuola e una fotografia degli studenti o della scuola sostenuti. Dopo un anno il sostenitore sarà libero di scegliere se continuare o no, non sarà obbligato in alcun modo.

**Sistemazione alberghiera** - Insieme alla lettera d'iscrizione sarà fornito l'elenco delle strutture ricettive confermato per il viaggio, la cui categoria rimane quella indicata nel programma di viaggio. Ricordiamo che la classificazione va rapportata ai canoni locali, che non sempre corrispondono agli standard europei. Nell'ottica di far sì che le condizioni di viaggio siano sicure e sane, le strutture ricettive sono il più possibile accoglienti e decorose, pur rimanendo conformi all'etica di viaggio scelta e quindi semplici ed essenziali. E' pertanto richiesto un **buono spirito di adattamento**. Non è possibile garantire sempre servizi privati, acqua calda e corrente per tutto il giorno.

**Pasti** - Il trattamento previsto è indicato giorno per giorno nel programma. La cucina mozambicana è molto buona e varia. Abbondante il riso, il pesce, le verdure e la frutta. Nelle aree rurali la pietanza principale è quasi sempre costituita da un piatto di riso o una sorta di polenta di farina di mais o manioca, accompagnato da pece, verdure o legumi. Le condizioni igienico-sanitarie sono buone, ma si consiglia di non mangiare verdura cruda e frutta non sbucciata.

I pasti inclusi sono previsti in ristoranti locali la maggior parte delle volte o, in alcune occasioni, al sacco. I pasti previsti presso le missioni o nei villaggi non sono stati inclusi nella quota di viaggio e saranno ricompensati con una donazione in loco. Pensiamo che la soluzione migliore per la gestione di questa spesa sia l'istituzione di un fondo cassa di circa 70 Euro a persona. Tale fondo potrà essere gestito in autonomia e a vostra discrezione indifferentemente dall'accompagnatore o da un membro del gruppo.

**Materiale utile per le missioni** - A volte i missionari o gli enti con cui siamo in contatto per la visita di alcuni loro progetti ci chiedono, se possibile, di portare del materiale specifico difficilmente reperibile in Mozambico. Le persone che vogliono partecipare agli aiuti sono benvenuti. Siamo disponibili a fare da tramite tra voi e gli enti in loco, coordinando e dividendo gli aiuti tra i partecipanti.

**Guida** - In omaggio, alle persone iscritte invieremo la guida del Paese (edizioni EDT o Polaris).

**Viaggio e trasporti** - I viaggi di gruppo saranno effettuati con un accompagnatore dall'Italia che funge da facilitatore interculturale e punto di riferimento per il gruppo. E' prevista la presenza di un accompagnatore/guida locale parlante inglese e di un autista. Gli spostamenti interni sono effettuati con

pulmino privato fornito dai corrispondenti locali. Le strade a tratti sono buone, a tratti il manto è molto dissestato. Sono previsti lunghi spostamenti (alcuni di più di sei ore) e una gita in barca o gommone di una giornata intera presso l'Arcipelago di Bazaruto.

Il viaggio si svolge in un paese in via di sviluppo, uno tra i più poveri del mondo, e al di fuori dei circuiti turistici tradizionali; offre la straordinaria possibilità di scoprire luoghi eccezionalmente belli e unici al mondo, tuttavia, **data la povertà e le problematiche sociali del Paese visitato è necessario un buono spirito di adattamento e di accettazione degli imprevisti, accompagnati da un sincero rispetto per la gente e le situazioni locali.**

Il personale degli uffici corrispondenti, gli autisti e le guide si adoperano per fare in modo che il vostro viaggio sia il più sicuro ed affascinante possibile; ma per quanto ci si impegni affinché il viaggio funzioni regolarmente, possono verificarsi piccoli imprevisti. E' bene quindi partire per questa destinazione munendosi di molta pazienza e spirito di adattamento se le strutture ed i servizi non sono sempre come si vorrebbero: questa destinazione, come tante altre in Africa, è considerata "Terzo Mondo". Ciò viene pienamente compensato dalla gentilezza e disponibilità della popolazione e dalle bellezze naturalistiche.

A tale proposito preghiamo di leggere quanto riportato nella sezione [In viaggio con noi](#) e le accortezze che richiediamo alle persone interessate a compiere questo tipo di esperienza in [Il vademecum del viaggiatore consapevole](#).

#### **Contatti utili:**

##### **Consolato del Mozambico in Italia**

Via F. Corridoni, 14 - 00144 Roma  
Tel. 06 37514675 - Fax. 06 37514699  
[consolato@ambasciatamozambico.it](mailto:consolato@ambasciatamozambico.it)

##### **Ambasciata d'Italia in Mozambico**

Av. Kenneth Kaunda, 387, Maputo  
Centralino: +258. 21.492227, 21.492229, 21.491605, 21.492260;  
Cell.: +258.84.3022270, 84.3034595