



Openeyes



Viaje India

2015

Turismo Responsable Bienestar



**BIENESTAR - ESPECIAL
DHARAMSHALA - 16 DIAS**

16 días en Delhi, Jaipur, Agra, Rishikesh y Dharamshala

Del 15 al 30 agosto
Grupos reducidos 5 - 14 personas

OPEN EYES - QUIÉNES SOMOS

Open Eyes es una Empresa Social en **Turismo Responsable**, Moda Sostenible y Consultoría que trabaja para lograr el desarrollo sostenible en India. El objetivo es contribuir mediante el turismo, a la sostenibilidad medioambiental y el desarrollo socio económico del país de forma más igualitaria.

Nuestra apuesta por un **Turismo Sostenible y Alternativo** es el ingrediente que nos diferencia del viaje organizado convencional.

Te descubrimos la **India más allá de los circuitos turísticos habituales**, para que disfrutes de los rincones más fascinantes del país y vivas una experiencia ética, mágica e inolvidable.

Nuestros viajes fomentan la **economía local**, **promueven un turismo más inclusivo**, favorecen la **protección medio ambiental/animal y preservan la cultura** y la diversidad local del país. Nunca perdemos la esencia de viajar y dejamos entrever otra manera de ver el mundo despertando la curiosidad de cada persona.



Hay muchas maneras de viajar, la de Open Eyes consiste no en pasar por un lugar, sino en que éste pase por ti.



VIAJE SOSTENIBLE BIENESTAR

Te explicamos en qué consiste esta ruta:



Siempre has soñado con viajar a la India de una manera especial y diferente.



Te gustaría introducirte en las tres religiones más fascinantes de este país: el hinduismo, el sijismo y el budismo.



Buscas lograr el bienestar y la armonía de cuerpo y mente en tu día a día, apoyándote en las terapias ancestrales y tradicionales como el yoga, la Ayurveda o la meditación, etc... que nos han estado proporcionando durante miles de años.

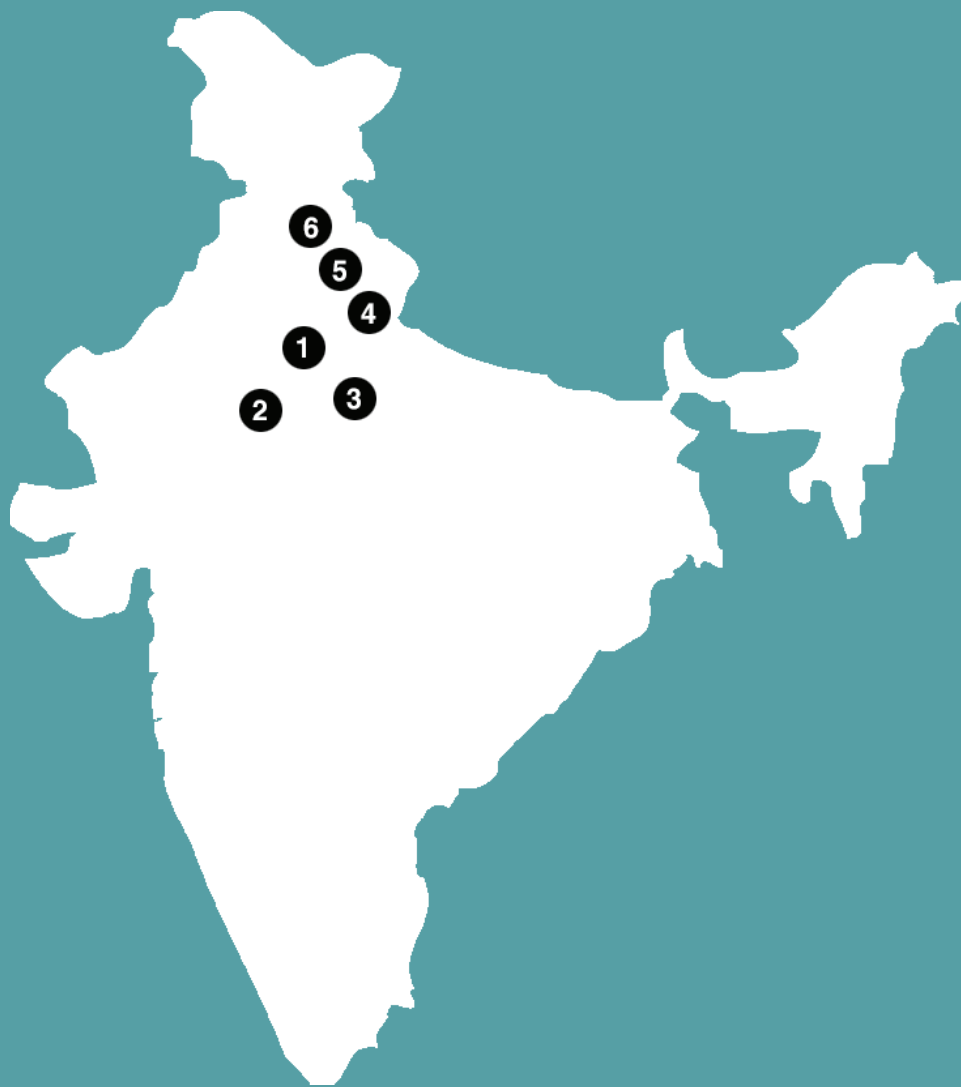


Quisieras maravillarte con la tranquila ciudad de Rishikesh y Dharamsala reposando en las faldas del Himalaya y desplegada a orillas del Ganges o con el impresionante y majestuoso Taj Mahal.

Si es así, éste es tu viaje. Durante 16 días descubrirás el origen y la esencia de las terapias más ancestrales que el ser humano utiliza para conseguir bienestar y armonía. Durante todo el viaje nos acompañara Carmen Navarro medico Ayurveda, Naturópata, Acupuntora y profesora de yoga, donde nos introducirá en diferentes

actividades y charlas durante toda la ruta. Por otro lado, desde Open Eyes, te mostraremos el significado de la palabra solidaridad y la fuerza de su acción; estamos plenamente seguros que esta experiencia será fruto de inicio de un cambio en tu vida.





ITINERARIO

- DIA 1 Barcelona - Delhi
- DIA 2 Delhi - Jaipur
- DIA 3 Jaipur
- DIA 4 Jaipur - Agra
- DIA 5 Agra - Delhi
- DIA 6 Delhi - Rishikesh
- DIA 7 Rishikesh
- DIA 8 Rishikesh
- DIA 9 Rishikesh
- DIA 10 Rishikesh – Anandpur Sahib
- DIA 11 Anandpur Sahib - Dharamsala
- DIA 12 Dharamsala
- DIA 13 Dharamsala
- DIA 14 Dharamsala
- DIA 15 Dharamsala - Delhi
- DIA 16 Delhi - Barcelona



DIA 1 Barcelona - Delhi

Llegada a Delhi y traslado al hotel.

DIA 2 Delhi - Jaipur

Por la mañana, partiremos a Jaipur, conocida también como la Ciudad Rosa y la puerta de entrada de Rajasthan.

Entre caminos de tierra llegaremos a una organización dirigida por Jaimala y Hitesh que, desde hace más de diez años, gestionan un centro de acogida que da cobijo a casi 60 niños.

El centro de acogida no se parece en nada a lo que entendemos por orfanato, ya que nada más entrar en él uno se encuentra con un hogar familiar, alegre y sostenible. El centro se encarga de supervisar el plan de enseñanza de los niños para que, posteriormente, pasen a una recibir una formación profesional.

La pareja también gestiona otros siete proyectos que incluyen educación extraescolar, cursos profesionales de integración para jóvenes de las zonas de los 'slums' y asistencia médica a mujeres maltratadas.

Esta noche dormimos en el mismo centro de acogida. Todas las instalaciones son básicas y compartidas pero limpias y acogedoras.



DIA 3 Jaipur

Día dedicado a conocer los proyectos y tendremos la oportunidad de visitar alguna aldea donde Open Eyes desarrolla el proyecto de Moda Ética.

Dormiremos en el centro.



DIA 4 Jaipur - Agra

Por la mañana nos desplazaremos a las afueras para visitar y subir hacia al increíble Fuerte Ambar, y callejaremos por el rebotante mercado de Jaipur.

Por la tarde partiremos hacia Agra.

Noche en hotel.

DIA 5 Agra - Delhi

A primera hora de la mañana tendremos la oportunidad de conocer el Taj Mahal, templo de la pasión y una de las maravillas del mundo, construido por el Emperador Mogol Shah Jahan en 1631 para que el amor por su reina Muntaz Mahal se mantuviera inmortal.

Por la tarde nos trasladaremos a Delhi.

Noche en hotel.



DIA 6 Delhi - Rishikesh

Delhi es la capital de India desde principios del siglo XX y fue fundada sobre siete ciudades históricas. Una ciudad de contrastes que queda ahora dividida en dos zonas: la Vieja Delhi, mayoritariamente de construcción mogola y Nueva Delhi, la ciudad construida por los ingleses en época colonial. En nuestra mañana visitaremos la tumba de Gandhi y realizaremos un City Walk por la zona antigua de Delhi y visitaremos la mezquita Jama Masjid, la más grande de la India, que se sitúa muy cerca del animado barrio de Chandni Chowk, famoso por sus mercaderes de oro y de plata.

Por la tarde nos trasladaremos a la estación para coger el tren que nos acercará a las montañas para encontrarnos con Rishikesh.

Pasar la noche en el tren sin duda será una experiencia inolvidable.



DIA 7 - 9 Rishikesh

Durante 2 días realizaremos varias actividades de formación en este extraordinario lugar. Descubriremos Rishikesh, capital mundial del yoga, bañada por las aguas del sagrado Ganges que nace en los cercanos Himalayas. Una ciudad de Ashrams y conocimientos terapéuticos donde nos enriqueceremos con un completo programa de actividades rodeados del frescor de las montañas, en un ambiente de espiritualidad, energía y Ayurveda.

Realizaremos una clase de yoga antes y asistiremos al “Aarti” ceremonia de fuego y canticos en honor a la madre Ganges, en un Ashram a orillas del río.

Opcionalmente se podrá realizar un curso de cocina Ayurveda, básica y de aprendizaje, con una familia local de 3 horas. (Por favor véase apartado nota). Disfrutaremos de tiempo libre para paseos, compras o masajes.

Noche en el hotel.



DIA 10 Rishikesh - Anandpur Sahib

A la hora convenida partiremos en ruta a Anandpur Sahib, conocida como la ciudad sagrada más importante de los Sikh, en el estado del Punjab.

Noche en el hotel.

DIA 11 Anandpur Sahib - Dharamshala

A primera hora de la mañana, visitaremos el templo santificado Sikh. Esta parada nos permitirá introducirnos en las tres religiones más fascinantes de este país: el hinduismo, el sijismo y el budismo.

Seguiremos nuestro recorrido entre montañas y nos introduciremos por los paisajes de los Himalayas llevándonos a unos 7 km de Dharamshala, situada al norte de la India, en el estado de Himachal Pradesh. Es una pequeña población que acoge al Dalai lama, actualmente en el exilio.

A primera hora de la tarde llegaremos a McLeod Ganj, conocido como 'el pequeño Tibet', lugar de exilio de miles de refugiados tibetanos y disfrutaremos de tres días de la naturaleza y la paz de este bello lugar.

Noches en un Monasterio Tibetano.





DIA 12 - 14 Dharamshala

Durante estos días aprovecharemos este valle para finalizar nuestras actividades de bienestar. Visitaremos la residencia del Dalai Lama, realizaremos paseos y conoceremos la artesanía del lugar. Además, existen decenas de templos y monasterios Tibetanos y entraremos en contacto con la religión Budista.

Noches en un Monasterio Tibetano.

DIA 15 Dharamshala - Delhi

A la hora convenida cogeremos un avión a Delhi y tendremos unas horas libres para paseos por el mercado de Nueva Delhi. Descansaremos unas horas en el hotel antes de que salga nuestro vuelo internacional a Barcelona. Actividad optativa, de una experiencia única, en el que visitarás un mercado local (fuera de las rutas turísticas convencionales) y encontraras a los mejores artesanos del país.


Este recorrido lo realizaremos mediante la colaboración al proyecto de mujeres taxistas, una organización que forma como conductoras de taxi a mujeres en situación marginal. Así se gana por dos lados: seguridad para las mujeres pasajeras, pero también con el empleo y empoderamiento para las conductoras

DIA 16 Delhi - Barcelona

Llegada a Barcelona.

300 110141

YOGA MEDITATION HOME



कर्म

KUNDALINI YOGA • HATH YOGA
ASHTAANG YOGA • GARVA YOGA
ASTROLOGY • HOROSCOPE
PALMISTRY Facilities is Available
HINDI LESSON IS ALSO
MEETING HOURS : 6 P.M. TO 8 P.M.
S. Bhattacharya

← →

দেয়ালিষ অনুসন্ধান কেন্দ্র

DEEPU



ACOMPañANTE - EXPERTO

Carmen Navarro Zanon

www.praanam.es

Aunque su formación académica fué en derecho y otras materias relacionadas con la empresa (rrhh, márketing industrial...), hace ya muchos años que empezó a formarse en estudios de Naturopatía, Homeopatía y en Medicinas Orientales tales como Medicina Ayurveda, Yoga, Medicina Tradicional China o Medicina Tibetana.

Después de haber calibrado la posibilidad de estudiar medicina alopática se decidió por las Terapias tradicionales y autóctonas de Europa y Asia y recorrió diversos centros estudiando en España, Inglaterra, EEUU e India. En la actualidad, es médico Ayurveda en Barcelona, impartiendo seminarios, conferencias y cursos para centros privados, públicos y oficiales (Diputación de Barcelona, Ayuntamientos, Casa Asia...) y formando alumnos en Medicina Ayurveda y otras materias. Carmen, es fundadora de la escuela de Ayurveda Tradicional Praanam y forma parte del Advisory Council de las Asociaciones "BHAA" y "SNAK" en India.



ACTIVIDADES DE SALUD y BIENESTAR EN EL VIAJE

- Charla informativa y asesoramiento
- Yoga terapéutico y energético
- Especioterapia
- Entender la vida desde la mentalidad india y la mentalidad toccidental
- Masaje Ayurveda
- Rituales de la India
- Mahamrityunjaya Mantra
- Estilo de vida saludable

ANTES DEL VIAJE – CHARLA INFORMATIVA

Un mes antes de iniciar el viaje se realizará una charla informativa y de asesoramiento a manos de Carmen Navarro en pautas de prevención de la salud y preparatorias al viaje. Esta reunión tendrá lugar en Barcelona.

NOTA

Todas las actividades realizadas por Carmen Navarro se distribuirán y estructurarán a lo largo del viaje según el interés de los participantes y la disponibilidad del viaje. Carmen Navarro está a disposición de los viajeros y asesorará y responderá a las dudas que surjan en cualquier momento.

El alojamiento en el Monasterio Tibetano y las actividades realizadas por personas locales (por ej. el curso de cocina Ayurveda en Rishikesh), se confirmarán días antes del inicio del viaje, estando sujetas a cambios.



CONDICIONES

Precio

Precio basado para 12-14 personas y en régimen de habitación doble: 1.695€ +395€ TASAS AEREAS

Suplemento de 9 a 11 personas: 95€

Habitación individual: 195€

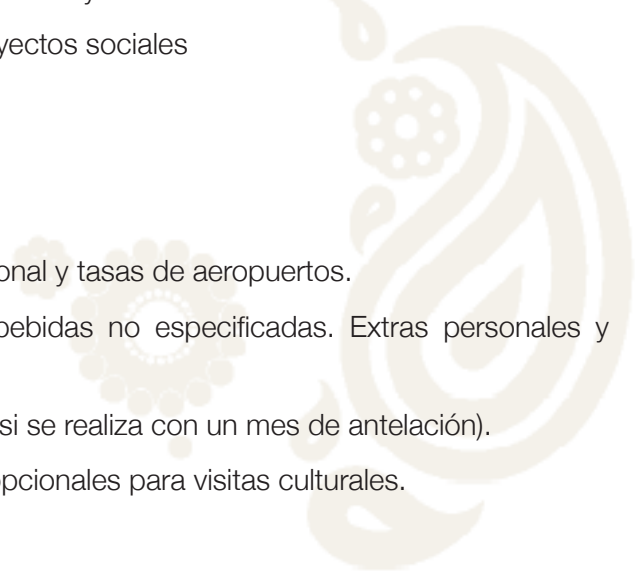
Incluye

- Vuelo interno: Dharamsala – Delhi.
- Noche en tren: Delhi - Rishikesh en 2 clase- aire acondicionado siempre que haya disponibilidad.
- Traslados aeropuerto. Todos los traslados por carretera serán en un vehículo equipado con aire acondicionado.
- Habitación doble en hoteles con encanto, en régimen de alojamiento y desayuno.. (Sujetos a disponibilidad. Si no hay plaza, se ofrecerán hoteles de categoría similar)
El alojamiento en el centro de acogida son dormitorios compartidos por el mismo sexo. Las habitaciones son sencillas pero acogedoras y el baño es compartido. En estos días se incluyen las comidas que se hagan en el centro.
El alojamiento en el Monasterio Tibetano son habitación básicas pero muy limpias teniendo unas vistas espectaculares. Posibilidad de que el baño sea compartido.
- Actividades de yoga, meditación y charlas formativas a cargo de Carmen Navarro durante todo el trayecto.

- Entradas a los monumentos y actividades culturales: Qutub Minar (Delhi), Fuerte Ambar en Jaipur, Taj Mahal y Fuerte Rojo en Agra.
- Acompañante de habla español desde la llegada a Delhi hasta la salida.
- Seguro de asistencia y cancelación VIP2500
- Visita a los proyectos sociales

No incluye

- Vuelo internacional y tasas de aeropuertos.
- Comidas y/o bebidas no especificadas. Extras personales y propinas.
- Visados (100€ si se realiza con un mes de antelación).
- Suplementos opcionales para visitas culturales.



ACTIVIDADES OPTATIVAS

Durante el viaje se ofrecerán actividades opcionales para que puedas enriquecerte con la cultura india. Algunas de las actividades son: un curso de cocina con una familia local, masajes Ayurveda o clase de yoga, en Rishikesh.

Desde 2015, Open Eyes no promueve la subida en elefante al Fuerte Amber pero para todos aquellos que quieran realizar la actividad se les acompañara para la compra del ticket el mismo día.

RESERVAS **TARANNÀ** VIAJES CON SENTIDO

Hay que tener en cuenta que los viajes solidarios son organizados y promovidos por Open Eyes, y gestionados por la Agencia de Viajes Tarannà.

Para realizar la reserva contáctanos en:

viajesresponsables@taranna.com o al teléfono 93 411 83 73.

Los precios de vuelos y tasas han sido calculados según las tarifas, cambios de moneda, combustibles y cotizaciones en enero 2014. Pueden estar sujetos a modificación hasta 20 días antes de la salida.

Al ser un viaje alternativo, este requiere de características especiales y la ruta de viaje podría verse modificada en caso de problemas en las carreteras, climatología, imposiciones del país, cancelaciones etc. Si fuera el caso la coordinación del itinerario y actividades, serían lo más parecido posible a la prevista y se avisaría lo antes posible.

En caso de cancelación una vez realizada la reserva, éste generará unos gastos de penalización sobre el viaje que dependerán de la fecha en que se realice la cancelación y de su cuantía total.

VISADO

Para acceder a la India se necesita un visado de turista en vigor de 6 meses con entrada múltiple. El visado es imprescindible para la entrada al país debiendo tener el pasaporte una vigencia de más de 6 meses desde el día de entrada a India. Consulta con nuestro colaborador para cualquier gestión del visado.

SEGURO DE ASISTENCIA

Este seguro es obligatorio y se requerirá una copia de la póliza para realizar el viaje.



INDIA

Información de interés

Nombre oficial: República de la India

Superficie: 3.287.590 km²

Población: 1.040.003.817 hab.

Capital: Nueva Delhi

Nacionalidades y etnias: 72% indoarios, 25% drávidos y 3% otros.

Idioma: el hindi y el inglés son los oficiales, pero se hablan centenares de lenguas y dialectos más.

Religión: 80% hindúes, 14% musulmanes, 2,4% cristianos, 2% sijs, 0,7% budistas, 0,5% jainistas y 0,4% otros.

Régimen político: República Federal.

Electricidad: 230-240 V, 50 Hz

Moneda: Rupia india. Aprox. 65 INR por €

Hora local: GMT + 5 y 1/2 horas (Depende del cambio horario puede ser 4 y 1/2)

En la India conviven muchas realidades. Según el Banco Mundial, el país ocupa la cuarta posición económica global; sin embargo concentra el mayor índice de pobreza del mundo. Sin embargo, es también un espectáculo de rincones llenos de vida, gente por todas partes, una amalgama de vehículos decorados de las maneras más extrañas, de animales sagrados, una mezcla de olores, de sensaciones y el esplendor de una cultura que impresiona, descubrirla resulta una experiencia inolvidable





www.opteneyesproject.com

Fotografías: Diego Barrero ©