

Vale de Catmandu e Maratika | 6 a 18 Outubro 2024

## A sabedoria do Precioso Mestre Viagem ao Nepal



Impacto cultural: ★★★★★☆☆☆  
Ritmo da viagem: ★★★★★☆☆☆  
Nível de conforto: ★★★★★☆☆☆

*“Portanto, os sábios veem que toda adversidade e felicidade dependem da mente e buscam a felicidade dentro da mente. Uma vez que eles têm as causas completas da felicidade dentro deles, eles não dependem de nada externo. Eles não são afligidos pelos danos causados por outros seres sencientes nem são afligidos por qualquer outra coisa, e isso permanece verdade mesmo no momento da morte. Eles são sempre livres.” ~ Jikme Tenpe Nyima*

**Última alteração: 25 Setembro 2023**

Uma viagem de peregrinação e contemplação por alguns dos locais sagrados para o Budismo Tibetano do Vale de Catmandu e de Maratika. Durante este programa, para além dos lugares que vamos visitar e das experiências profundas que vamos ter, vamos ainda ter sessões de estudo e prática de meditação e imersão na Medicina Tibetana.

Esta é uma oportunidade para estarmos em contacto com os preciosos ensinamentos de Buda, vamos praticar meditação, visitar lugares sagrados, mergulhar nas tradições de cura usadas no Tibete e descobrir a cultura, gastronomia e tradições nepalesa e tibetana.

Durante esta jornada, vamos explorar lugares sagrados onde alguns mestres atingiram o conhecimento e iluminação perfeitos, estar em contacto com as comunidades monásticas e participar dos seus rituais, conviver com a população local de costumes tradicionais e conectarmo-nos profundamente com a natureza (e especialmente com a nossa natureza - interior - mais profunda).

**Neste programa, fazemos donativos para vários Mosteiros Budistas.**



## PROGRAMA



- **Datas:** 6 a 18 Outubro 2024
- **Alojamentos:** *Guest Houses*, Hotéis e Clínica de Medicina Tibetana
- **Refeições:** Vegetarianas
- **Incluído:** Alojamento 12 noites + 3 refeições vegetarianas diárias + Transportes locais + Guia local quando necessário + Todas as visitas e atividades do programa + Aulas de Yoga, Consultas e Tratamentos na Clínica de Medicina Tibetana + Sessões de Meditação e Estudo + Seguro de Assistência em viagem com cancelamento + Acompanhamento por 2 viajantes experientes.
- **Não incluído:** Voos internacionais para Catmandu (apoiamos na escolha dos voos) + Visto (30 USD à data de hoje) + 1 almoço + Despesas pessoais, donativos e gorjetas
- **Lugares limitados:** 16 participantes
- **Investimento:** 2.190€ (pagamento em parcelas)

### Esta é uma viagem onde vamos...

- ✓ *Receber preciosos ensinamentos, dados por Lamas que vamos encontrando nos diferentes Mosteiros*
- ✓ *Ter sessões regulares de estudo e prática de meditação*
- ✓ *Fazer circum-ambulações à volta de uma Stupa que é vista como a própria personificação da mente desperta do Buda, uma fonte inesgotável de bênçãos*
- ✓ *Visitar grutas sagradas onde Padmasambhava, o precioso Mestre, esteve em meditação e atingiu grandes estados de realização*
- ✓ *Testemunhar a morte num crematório - uma forma de contemplar a impermanência*
- ✓ *Contactar de forma próxima com as comunidades tibetanas em exílio no Nepal*
- ✓ *Fazer uma caminhada introspetiva na natureza até uma Gompa onde vivem monjas quase isoladas do mundo convencional*
- ✓ *Visitar a "Terra da Imortalidade", considerada a própria residência de Amitaba, o Buda da Vida Infinita*
- ✓ *Passar alguns dias numa Clínica de Medicina Tibetana, num retiro de saúde física e mental*
- ✓ *Regressar a casa com motivação renovada para prosseguirmos no caminho do Dharma*

## ITINERÁRIO

### Dia 1: Boudhanath

Chegada a Catmandu e *transfer* para o alojamento. *Check-in* na *Guest House* do Mosteiro onde vamos ficar alojados nas próximas noites.

Tendo como base Boudhanath, durante os próximos dias vamos visitar alguns mosteiros, grutas e outros lugares sagrados. Temos a oportunidade de participar em *pujas* e outras cerimónias, em ambiente tradicional. E, sempre que possível, recebemos preciosos ensinamentos sobre o Dharma dados por Lamas.

*Alojamento: Guest House \*\*\**

*Horas em viagem: 00:30 (estimativa)*

### Dia 2: Boudhanath // Pashupatinath // Boudhanath

Hoje temos o primeiro contacto com a cultura Tibetana, aqui tão presente. Começamos auspiciosamente a nossa jornada na Boudha Stupa, lugar onde Guru Rinpoché, numa vida anterior, junto com seus três irmãos, fez aspirações de espalhar os ensinamentos de Buda no Tibete. Estas aspirações continuam a dar frutos até hoje. Esta Stupa é vista como a personificação da mente desperta de Buda.

Damos um passeio a pé por Boudhanath, onde existem mais de 50 *Gompas* (Mosteiros Budistas Tibetanos) e ficamos a conhecer esta zona tão especial, local de peregrinação, onde vivem tantos refugiados Tibetanos.

Algumas refeições são feitas em pequenos restaurantes locais, onde saboreamos tanto comida vegetariana Tibetana, como Nepalesa. Outras em restaurantes mais sofisticados, onde temos outro tipo de experiências. Nos restaurantes pequenos familiares, alguns de aspeto sujo para os nossos padrões ocidentais, serve-se aquela que é para nós a melhor comida. Isto, se não tivermos em conta as refeições dos Mosteiros, onde também vamos fazer algumas refeições. Comida simples, mas mais saudável e para paladares mais apurados, deliciosa. Alimentarmo-nos de forma simples é extremamente benéfico, quer para o corpo, quer para treinarmos a mente.



Fazemos uma caminhada até às grutas de Tilopa e Naropa, onde podemos entrar e sentar durante algum tempo em meditação, absorvendo a energia deste lugar. Aqui, Naropa recebeu treinos e ensinamentos do seu Guru, Tilopa, atingindo o conhecimento e iluminação perfeitos.



Certified  
Company



As grutas ficam em frente ao sagrado rio Bagmati. Para chegarmos até aqui, tivemos de entrar num complexo Hindu, Património Mundial da Unesco, que visitamos. Não podemos entrar no templo principal (exclusivo a Hindus), mas visitamos os outros pequenos templos, grande parte deles dedicados a Shiva.

Nos *Ghats* – degraus que levam ao rio –, ardem corpos a céu aberto. Estamos perante um crematório Hindu, onde as famílias assistem à total cremação dos corpos dos seus familiares, que se transformam em cinza em algumas horas. Testemunhamos a morte, uma forma de contemplar a impermanência. Mas estamos também cercados pela vida: há quem lave um *saree* no rio, os macacos roubam alguma coisa, os cães bebem água do rio, e alguns *Sadhus* – ascetas *Yogis* – mendigam.

Ao final do dia, juntamo-nos às centenas de pessoas que fazem *circum-ambulações* e orações, como forma de acumulação de mérito e purificação do *karma*. Admiramos a *Stupa* que domina o horizonte e que ainda parece mais bonita ao anoitecer, iluminada por tantas velas e luzes. Jantamos e recolhemo-nos.

Alojamento: *Guest House* \*\*\*

Horas em viagem: 00:30 (estimativa)

### Dia 3 | Boudhanath // Catmandu // Patan // Boudhanath

Dirigimo-nos a Catmandu a seguir ao pequeno-almoço, vamos visitar a Swayambhu Stupa, localizada no coração espiritual do vale de Kathmandu, onde Guru Rinpoche conheceu a sua consorte Newar.

Diz-se que esta Stupa surgiu naturalmente de forma espontânea a partir de uma única semente de lótus plantada pela mão de um Buda, muito antes de Shakyamuni viver nesta terra. Esta preciosa Stupa, no topo de uma colina, tem sido durante séculos o coração da vida budista no Nepal. Foi aqui que Guru Padmasambhava encontrou a princesa Shakyadevi. Juntos, aprofundaram e aprimoraram a prática do mantra secreto neste mundo.

Depois do almoço, viajamos até Patan onde chegamos a tempo do almoço em casa de uma família Nepalesa, sentados no chão, como tradicionalmente se come na região dos Himalaias. Comemos Dal Bhat, a comida típica do Nepal, composta por arroz, lentilhas (dal) e alguns pratos com legumes. Podemos comer com as mãos, como é típico por aqui.



Enquanto saboreamos esta refeição, ficamos a saber mais sobre esta família, o seu estilo de vida e cultura. E partilhamos, também nós, como vivemos no Ocidente.



Depois, damos um passeio a pé por esta cidade peculiar com milhares de *viharas* (templos Budistas). Longe da praça principal, percorremos ruelas e becos e descobrimos a arquitetura do Budismo Newar, tão diferente do que vimos até agora. Visitamos lugares sagrados, pequenos templos, um deles que sinaliza o local onde se diz que Guru Rinpoché entrou destemidamente em reinos horríveis para resgatar a Princesa Newar Kunla Kunsashi dos espíritos malignos.

Regressamos a Boudhanath, jantamos e recolhemo-nos.

*Alojamento: Guest House \*\*\**

*Horas em viagem: 05:00 (estimativa)*

#### Dia 4 | Boudhanath // Parque Natural // Boudhanath

Começamos o dia com uma sessão de meditação. Após o pequeno-almoço, saímos em direção a um parque natural. Depois de uma caminhada introspetiva de cerca de uma hora, imersos na natureza, só a escutar o silêncio e os sons da vida animal, chegamos a um mosteiro onde vivem algumas monjas isoladas, muitas delas ainda crianças.

Almoçamos na cantina deste Mosteiro, com a comunidade monástica, por entre olhares e risos curiosos e simultaneamente envergonhados. A comida é simples (o arroz, caril e *dal* que já conhecemos), mas saborosa, como costuma ser a comida dos mosteiros.



Passamos algum tempo aqui, em contemplação e meditação. Observamos os macacos e as estratégias que as Monjas encontraram para conviver com eles. Ao fim do dia, voltamos a descer por entre a natureza, em direção ao “mundo real”. Jantamos e recolhemo-nos.

*Alojamento: Guest House \*\*\**

*Horas em viagem: 04:00 (estimativa)*

*Dificuldade caminhada: Fácil*

#### Dia 5 | Boudhanath

Este dia é livre em Boudhanath para compras, passear, voltar a visitar a Stupa e, quem sabe, algum outro mosteiro. Se houver algum ensinamento a que possamos ir, propomos ao grupo. Despedimo-nos de Boudhanath, amanhã vamos para outras paragens.

*Alojamento: Guest House \*\*\**

*Horas em viagem: 06:00 (estimativa)*



*O almoço deste dia não está incluído*

### **Dia 6: Boudhanath // Maratika**

Dirigimo-nos para Maratika, num dia quase inteiramente passado em viagem. É uma viagem cansativa, com estradas em muito mau estado, em direção à zona que é considerada para os Budistas Tibetanos como “A Terra da Imortalidade”.

Chegamos à tarde, a tempo de descansar e esticar as pernas. Jantamos e recolhemo-nos.

*Alojamento: Hotel \*\*\**

*Horas em viagem: 08:00 (estimativa)*

### **Dias 7: Maratika**

Estamos em Maratika, a “Terra da Imortalidade”, um dos seis lugares mais sagrados no mundo para os Budistas Tibetanos. Esta é considerada a própria residência de Amitaba, o Buda da Vida Infinita. Uma zona muito auspiciosa, pois Guru Rinpoché e a sua consorte alcançaram aqui a imortalidade. É um lugar de sabedoria, compaixão, poder e longevidade.

Dizem também que a pedido do Bodhisattva Avalokiteshvara, Buda Amitabha ensinou aqui os dezoito tantras da Longa Vida. As dakinis escreveram-nos em papel dourado usando lápis-lazúli e depositaram esses escritos numa caixa feita com cinco joias preciosas que esconderam na caverna secreta de Maratika. Dizem que há muitos tesouros enterrados neste lugar sagrado.

Nas grutas sagradas que visitamos, os peregrinos, como nós, passam simbolicamente por quatro “Passagens da Libertação”. Diz-se que ao passar por estas quatro “portas” purifica-se uma variedade de faltas e karmas negativos.

Fazemos práticas, sessões de meditação, temos ensinamentos com um Lama num mosteiro próximo, almoçamos com os monges. Passamos todo este dia aqui, neste lugar especial, dedicados ao Dharma.

Ao final do dia, jantamos no hotel onde estamos alojados e recolhemo-nos.

*Alojamento: Hotel\*\*\**

*Horas em viagem: 00:30 (estimativa)*

### **Dia 8: Boudhanath // Clínica Medicina Tibetana**

Despedimo-nos de Maratika e dirigimo-nos para o próximo destino, pelas estradas que já conhecemos, que às vezes parecem um carrossel devido aos buracos, num dia quase inteiramente passado em viagem. Chegamos à tarde à Clínica de Medicina Tibetana, um espaço de saúde física e mental, onde vamos passar os próximos dias.

*Alojamento: Clínica de Medicina Tibetana*

*Horas em viagem: 08:00 (estimativa)*



### Dias 9, 10, 11, 12: Clínica Medicina Tibetana

Estamos numa Clínica de Medicina Tibetana familiar. A Medicina Tibetana (Sowa Rigpa) está intimamente ligada ao Budismo. Este centro oferece consultas médicas, massagens terapêuticas, banhos quentes medicinais, sauna de ervas, tratamentos *detox* com Tsampa, moxabustão, ventosaterapia,... tudo de forma tradicional. É um santuário dedicado ao Buda da Medicina.



Começamos o dia com uma aula de Yoga. Aproveitamos para restabelecer a nossa saúde e recuperar dos dias passados em viagem. Repousamos, fazemos tratamentos que nos ajudam a ter uma vida mais longa e a melhorar a nossa prática espiritual, alimentamo-nos com comida vegetariana caseira, convivemos, passeamos e continuamos com as nossas sessões de estudo e meditação em grupo. O ambiente aqui é de natureza, silêncio e contemplação. Nas proximidades da Clínica, existem vários Mosteiros Tibetanos que podemos visitar e caso haja oportunidade podemos participar em algumas celebrações e quem sabe, até, receber ensinamentos. Num dos dias, vamos até uma gruta sagrada não muito distante onde Padmasambhava, o precioso Mestre, esteve em meditação e alcançou, aqui, um elevado nível de realização. Aqui, peregrinos como nós fazem oferendas, orações e aspirações.

São dias muito tranquilos, mais virados para dentro, dedicados à nossa saúde, através da sabedoria do Budismo e Medicina Tibetana, que não estão separadas como a medicina convencional da religião.

*Alojamento: Clínica de Medicina Tibetana*

*Estão incluídas 2 consultas de medicina tibetana + 1 tratamento diário + medicamentos para uso durante a estadia*

### Dia 14: Clínica Medicina Tibetana – Catmandu

Regressamos a casa com a nossa motivação renovada para prosseguirmos o caminho do Dharma. Ou, se tivermos disponibilidade, seguimos para o Butão (ver programa [aqui](#)).

**Notas:** 1) Este programa está sujeito a alterações, dependendo de condicionantes relacionadas com factos alheios à organização, não perdendo, no entanto, nunca a sua essência. 2) Esta viagem será acompanhada por Diana Chiu Baptista e Igor Chiu Soares. Caso por motivos de força maior estes não possam acompanhar o grupo, serão substituídos por outros professores / líderes de viagem, que cumprirão as funções previstas, mantendo-se o programa de viagem. 3) Todas as atividades mencionadas estão incluídas no programa, assim como os transportes para as mesmas. 5) As roupas utilizadas em todos os locais onde vamos estar, assim como a conduta de cada viajante, devem respeitar os costumes e a cultura local. 6) Somos uma empresa comprometida com uma política de Turismo Sustentável, assim pedimos que seja um viajante consciente, que leia as nossas recomendações ([aqui](#)) e que siga as sugestões relacionadas com sustentabilidade que serão dadas antes e durante este programa. 7) As viagens que organizamos são exclusivamente vegetarianas. Quando as refeições são feitas em sistema buffet, por vezes existem opções não vegetarianas que não são para o nosso grupo. Quando isso acontecer, assim como nas refeições livres, pedimos que respeite o cariz vegetariano da viagem e que opte apenas por alimentos que não incluam nem carne, nem peixe.



## INSCRIÇÕES E INVESTIMENTO

Para se inscrever nesta viagem, deve seguir estes passos:

- 1) Preencha o formulário de inscrição: <https://macroviagens.pt/inscricoes>
  - ✓ Num prazo máximo de 24 horas, irá receber um email com a validação da sua inscrição e dados para pagamento (transferência bancária). Se não receber, verifique a sua caixa de SPAM. Contacte-nos se não tiver recebido nenhum email.
- 2) Depois de receber confirmação por email, deverá formalizar a sua inscrição fazendo o pagamento de 590€. A inscrição só é válida após pagamento.

*Caso tenha algum problema relevante de saúde físico, mental, emocional, tenha sido submetido a tratamentos evasivos, esteja a tomar medicação relevante de forma continuada, tenha alguma alergia ou intolerância alimentar, converse connosco antes de se inscrever.*

### INVESTIMENTO

Valor do programa: **2.190€**

#### **Pagamento:**

- ✓ 590€ = sinal pago na inscrição
- ✓ Restante valor pago em parcelas a combinar

Se não quiser gastar mais do que o investimento feito neste programa, durante a estadia no Nepal, exceto 1 almoço, não terá necessidade de o fazer.

### POLÍTICA DE ENTRADA NO NEPAL:

- **Passaporte:** com pelo menos 6 meses de validade e 2 páginas para carimbos em branco
- **Visto:** *Visa On Arrival* 15 dias Turismo = 30 USD à data de hoje







## FAQ

### 1- QUEM SOMOS

A Macro Viagens é uma agência certificada pela BIOSPHERE *Responsible Tourism*.

Estamos comprometidos com práticas de Turismo Responsável desde o início da nossa atividade (em 2017), indo de encontro aos valores dos fundadores da agência, Diana e Igor, que acompanham esta viagem.

Viajar pode ser muito enriquecedor, mas tem um grande impacto negativo, a diversos níveis. Por isso, recomendamos que consulte a nossa política de Turismo Responsável e as nossas [recomendações para viajantes mais conscientes](#).

Em todos os programas apoiamos uma organização local, fazendo um donativo no final de cada viagem. Em alguns programas temos a possibilidade de visitar essa associação, noutros não.

Para além disso, durante o programa fazemos donativos para outras instituições e incentivamos que os viajantes com disponibilidade financeira o façam também.

### 2 – QUEM ACOMPANHA ESTA VIAGEM

Este programa será liderado pela Diana e pelo Igor, fundadores da Macro Viagens. Ambos são viajantes experientes e conhecedores profundos de países do Subcontinente Indiano como o Sri Lanka, Índia, Nepal e Butão, entre outros do Sudeste Asiático. Em alguns lugares teremos guias locais.

O Igor, para além de, conjuntamente com a Diana, liderar este programa, irá também conduzir sessões de estudo e prática do Dharma durante esta viagem.

O Igor encontrou o Budismo em 2014 e começou a estudar de forma mais comprometida depois de ter feito um retiro de Vipassana de S.N.Goenka e de encontrar B. Alan Wallace. Desde 2015 que estuda de forma contínua com aquele que considera o seu professor raiz, B. Alan Wallace, aluno direto de S.S. Dalai Lama, participando também todos os anos no seu retiro anual de 8 semanas. Em 2016 fez o Cultivating Emotional Balance Teachers Training (CEBTT). Faz periodicamente retiros e estuda de forma contínua através de cursos e seminários com diferentes professores de Budismo Tibetano. Fez o Nalanda Certificate Course de Introdução à Filosofia Budista e atualmente frequenta o Nalanda Masters Course de 5 anos em Filosofia Budista na Tibet House (Delhi – Índia).

Caso aconteça alguma situação de força maior que limite a participação da Diana e/ou Igor, estes serão substituídos por outros líderes de viagem / professor, que cumprirão as funções previstas, mantendo-se o programa de viagem.

### 3 – REQUISITOS DE PARTICIPAÇÃO

Esta viagem é direcionada para pessoas que tenham interesse em visitar os lugares sagrados do Budismo Tibetano no Nepal, ter contacto com as suas gentes e cultura, conhecer a Medicina Tibetana. Não é uma





viagem meramente turística, mas não é necessário nenhum conhecimento prévio de Budismo, meditação, etc. É aberta a praticantes de qualquer tradição especial ou de quem simplesmente busca o autoconhecimento. Para fazer esta viagem, é apenas necessário genuíno interesse numa jornada desta natureza, num programa como é aqui apresentado.

As estradas no Nepal têm muito más condições e teremos algumas viagens longas. Por isso mesmo, os participantes não devem ter nenhuma condição física que impossibilite a sua participação numa viagem desta natureza e/ou que condicione o grupo. Em caso de dúvida, fale connosco antes de se inscrever. Os participantes devem ter uma personalidade flexível e paciente.

Grande parte dos viajantes que embarca neste tipo de programas inscreve-se sozinho, algumas pessoas com amigos / família outras em casal. Caso se inscreva sozinho, a distribuição dos quartos será feita pela organização, de forma aleatória. Irá partilhar o quarto com mais uma ou ocasionalmente duas pessoas (sempre do mesmo sexo).

Viajar com um grupo de desconhecidos é uma grande oportunidade para sair da zona de conforto e estar mais disponível para os outros, para praticar e refletir.

#### 4 – INCLUÍDO NO PROGRAMA

- Alojamento:
  - 12 noites em *Guest Houses*, Hotéis e Clínica de Medicina Tibetana
    - Os quartos são duplos com WC privativo anexado. Ocasionalmente poderão ser triplos.
- Alimentação:
  - Estão incluídas todas as refeições principais (pequeno-almoço, almoço e jantar). As refeições são sempre vegetarianas, comida típica Nepalesa ou Tibetana, nos locais indicados pela organização. A comida é condimentada, muitas vezes picante. Vamos alternando as refeições entre mosteiros, restaurantes mais simples outros mais sofisticados.
  - Bebidas: Água filtrada. Todas as restantes bebidas, serão pagas por cada viajante.
- Transportes terrestres:
  - Transportes privados durante toda a viagem
- Atividades:
  - *Fee* de entrada nos monumentos, complexos, lugares sagrados, etc. previstos no programa
  - Todas as atividades referidas do programa
  - Alguns tempos livres para exploração individual
  - Centro de Medicina Tibetana:
    - Aulas de Yoga diárias
    - 2 consultas médicas
    - 1 tratamento por dia
    - Medicamentos (caso necessário) para uso durante a estadia
- Seguro de Assistência em Viagem com cobertura Cancelamento | Plano Mochileiro da IATI Seguros com cobertura de:
  - Assistência Médica no Estrangeiro (inclui COVID-19): 500.000€
  - Convalescença em Hotel (inclui COVID-19): 60€ por dia (até 14 dias)
  - Repatriação (inclui COVID-19): 100%
  - Roubo e danos na bagagem: 1.500€





- Desportos de aventura: incluídos
- Busca e salvamento: 15.000€
- Extensão da viagem (devido a desastres naturais, catástrofes, greve, conflito social, etc.): 500€
- Responsabilidade Civil Privada: 60.000€
- Cancelamento - reembolso das despesas que não sejam recuperáveis diretamente do fornecedor da viagem (voos, etc.) em consequência do cancelamento da mesma, inclui positivo para COVID-19, quarentena médica, efeitos secundários causados pela vacina contra coronavírus: 2.000€
- Condições gerais e coberturas detalhadas: <https://www.iatiseguros.pt/seguros-viagens/13340/seguro-viagem-iati-mochileiro/>
- Acompanhamento:
  - Acompanhamento por 2 viajantes experientes;
  - Guias locais nos principais lugares de interesse histórico;
  - Sessões de prática e estudo de Budismo e meditação com o Igor.

**Não incluído:** Voos internacionais (apoiamos na escolha dos voos) + Visto (30 USD à data de hoje) + 1 almoço + Despesas pessoais, donativos e gorjetas

NOTA: as atividades, visitas e alojamentos poderão ser substituídos por outros, caso seja necessário, não pondo em causa a essência do programa.

## 5 – CLÍNICA MEDICINA TIBETANA

Na Clínica de Medicina Tibetana, para além de Yoga matinal, estadia e todas as refeições vegetarianas caseiras, estão incluídas 1 consulta médica inicial e 1 consulta médica final de Sowa Rigpa. Está ainda incluído 1 tratamento por dia: 1 Massagem de Relaxamento Ku Nye, 2 Banhos / Saunas de Néctar de Ervas, 1 Massagem Terapêutica Ku Nye. E ainda suplementos para 20 dias. Os tratamentos extra, caso alguém queira, são pagos à parte e, mediante disponibilidade, custam entre 20 USD e 40 USD.

## 6 – VOOS INTERNACIONAIS

Os voos internacionais não estão incluídos no programa. Assim que a viagem esteja confirmada, atingindo o número mínimo de participantes (8) avisamos todos os inscritos.

Normalmente, a melhor opção é da Emirates, tem voos regulares de Lisboa para Catmandu (ida e volta com 1 escala no Dubai) na casa dos 1.100€. Existem também outras opções.

Quando a viagem estiver confirmada, enviamos o melhor itinerário para partida de Lisboa. Poderá optar por esta opção e assim viajar com o restante grupo. Ou poderá optar por viajar noutros voos que lhe sejam mais convenientes.

Mais perto da data de partida, criamos um grupo no WhatsApp e podem combinar encontrarem-se e viajar juntos.





## 7 - PASSAPORTE

É necessário possuir Passaporte válido por mais de 6 meses após a data de saída do país e no mínimo duas páginas em branco. Aconselha-se ainda que, à chegada e saída, seja portador de bilhete de regresso impresso ou para visualização no telemóvel (esta última opção é mais prática e sustentável).

Nota: Quando se inscrever e mesmo para fazer a reserva de voos não precisa de ter Passaporte válido. Mas deve tratar atempadamente desse processo e enviar-nos a digitalização da página dos seus dados pessoais.

## 8 - VISTO

Todos os viajantes Portugueses precisam de Visto para entrada no Nepal. O Visto pode ser pedido à entrada do país (*Visa On Arrival*). À data de hoje o *Visto Turismo 15 dias On Arrival* tem o custo de 30 USD.

## 9 – CONSULTA DO VIAJANTE

A Consulta do Viajante não é obrigatória. No entanto, caso tenha dúvidas sobre saúde, deverá agendar uma consulta idealmente para 4 a 8 semanas antes da data partida (se optar pelo SNS, faça a marcação com bastante antecedência).

Na Consulta do Viajante, serão esclarecidas todas as questões relativas à prevenção de doenças, recomendação de vacinas e medicamentos a levar. Não existem vacinas obrigatórias para quem entra no Nepal de Portugal (salvo se tiver estado em zonas afetadas pela Febre Amarela nos dias anteriores). Não vamos viajar em zonas de risco de Malária. Deve informar que irá numa viagem organizada em grupo com líder de viagens e as zonas em que estará.

## 10 – REÚNIÃO PRÉ-VIAGEM

Haverá uma reunião pré-viagem online. Nessa reunião vamos esclarecer dúvidas (o que levar para a viagem, questões culturais e outros pormenores importantes).

A reunião será ao fim-de-semana, a um sábado ou domingo à tarde, em data comunicada com antecedência.

Posteriormente será enviado um resumo com tudo o que foi falado na reunião para todo o grupo. Por isso, caso não possa assistir à reunião, não se preocupe, o resumo é bastante completo e podemos sempre esclarecer dúvidas pelo telefone / email.

## 11 – ALOJAMENTOS E QUARTOS

Os alojamentos são escolhidos criteriosamente, no entanto os padrões de limpeza nestes países não são os mesmos da Europa. Os participantes devem estar preparados e de mente aberta para uma realidade bem diferente da conhecida.

Grande parte dos alojamentos têm *wi-fi* disponível, embora não seja garantido que funcione nem que seja rápido.





Os alojamentos podem não ter todos os quartos na mesma categoria, os participantes serão alocados nas diferentes categorias de forma aleatória.

A divisão de quartos é feita pela organização, exceto no caso se tenha inscrito com outra pessoa (ex. casais, familiares, amigos). Quem se inscreve sozinho é sempre alocado aleatoriamente com outra pessoa do grupo do mesmo sexo.

Alguns dos alojamentos não têm quartos *Twin* (com camas separadas) suficientes, podendo ser necessário dividir uma cama de casal com outra pessoa do grupo.

A estadia é sempre feita em quartos duplos, ocasionalmente triplos, com casa de banho europeia privativa anexada. Há água quente em todos os alojamentos, mas pode nem sempre estar disponível.

Caso pretenda ficar num quarto single, consulte-nos para mais informações.

## 12 – TRANSPORTES LOCAIS

Vamos viajar em transportes terrestres privados. Todos os transportes estão incluídos no valor do programa. As estradas no Nepal estão muitas vezes em muito más condições (terra batida, buracos, etc.) e alguns trajetos têm muitas curvas. Isso faz com que as viagens sejam demoradas e um pouco desconfortáveis.

## 13 - ALIMENTAÇÃO

A alimentação durante toda a viagem está incluída no valor do programa e é sempre vegetariana (pequeno-almoço, almoço e jantar). Só não está incluído 1 almoço no dia livre.

Os *snacks* e lanches não estão incluídos. Recomendamos que se estiver habituado a comer entre refeições leve consigo alguns *snacks* não perecíveis (ex. frutos secos, barrinhas, etc.).

As bebidas incluídas são sempre água filtrada, salvo raras exceções. Se pretender outras bebidas, deverá pagar a sua despesa à parte, diretamente ao restaurante / alojamento.

As refeições são compostas por comida típica nepalesa e tibetana, a maioria completamente tradicional, podendo ser bastante picante e condimentada.

As refeições incluídas são sempre e apenas nos locais indicados pela organização. Por vezes faremos as refeições em mosteiros, outras em restaurantes locais, outras em restaurantes mais sofisticados. No final da viagem, as refeições serão na Clínica de Medicina Tibetana.

A rede sanitária no Nepal é deficiente, como tal não deverá nunca ingerir água que não seja engarrafada e selada ou purificada. Outros alimentos (como alimentos crus e fruta que possam ter sido lavados, gelados, gelo, sumos não engarrafados, etc.) deverão, por esse motivo, ser apenas consumidos em locais indicados pela organização.

No Nepal, e ainda por cima nas zonas onde vamos estar, é muito difícil que a comida não seja picante ou condimentada, exceto em alguns restaurantes mais adaptados a turistas ocidentais. Se isto não for um entrave, e se fizer um esforço por se adaptar, poderá ultrapassar facilmente essa questão.







#### 14 - BAGAGEM

Poderá escolher o tipo de bagagem que lhe for mais confortável (mala de viagem com rodas ou mochila ou saco de viagem). O importante é que a consiga facilmente transportar sozinho a sua bagagem dos alojamentos para os transportes e vice-versa, já que a manipulação de bagagens não está incluída.

Deve levar apenas 1 mala de viagem de porão + 1 pequena mochila / carteira para o dia-a-dia. Em alguns trajetos as malas poderão ir em cima da viatura, o ideal é que leve uma mala que seja impermeável (uma mala rígida por exemplo).

É conveniente levar uma pequena mochila / carteira, com os seus essenciais, documentação, etc., para usar no dia-a-dia.

#### 15 - CLIMA

Outubro costuma ser um mês soalheiro, de céu limpo, com pouca ou nenhuma chuva e de natureza verde. É a estação *Sharad Ritu* que corresponde ao Outono. A temperatura mínima costuma situar-se na casa dos 9º e a máxima na casa dos 20º. De dia, especialmente ao sol, costuma estar ameno. À noite, arrefece e mantém-se assim até ao início da manhã.

#### 16 – ROUPA A LEVAR

Toda a roupa que levar para esta viagem deve ser simples, prática e confortável.

Vamos visitar muitos lugares sagrados, muitos deles em locais bastante tradicionais. Só pelo facto de sermos ocidentais, já somos mais chamativos, quanto mais enquadrados estivermos, mais entrosados estaremos no ambiente. A roupa que usar deve cobrir pernas, ombros e peito, por questões de respeito cultural e para poder entrar nos lugares sagrados (tanto homens, como mulheres).

Levar um lenço / echarpe que dê para várias funções é bastante útil pois pode servir de agasalho, mas também para sentar no chão nos templos, grutas, mosteiros, etc.

A roupa a levar deve ser de outono, que agasalhe nos momentos mais frios, mas que possa vestir por camadas, para as alturas do dia mais amenas.

A nível de calçado, é suficiente levar 1 par de ténis e ainda 1 par de sandálias rasas com as quais se sinta confortável.

Deve também levar uma pequena mochila / mala de senhora para o dia-a-dia.

#### 17 – DESISTÊNCIAS E CANCELAMENTO

Caso pretenda cancelar a sua inscrição poderá fazê-lo a qualquer momento. No entanto recomendamos que:





- Consulte [aqui](#) as condições do seu seguro incluído neste programa (cobre gastos não recuperáveis de cancelamento até 2.000€);
- Consulte a nossa política de cancelamento e cedência de posição em [www.macroviagens.pt/termos-e-condicoes](http://www.macroviagens.pt/termos-e-condicoes), assim como as Condições Particulares na próxima página deste documento.

Caso esta viagem seja cancelada pela Macro Viagens por motivos extraordinários que impossibilitem a sua realização ou por não atingir o número mínimo de participantes, de acordo com a legislação à data de hoje, receberá todos os valores pagos à Macro Viagens num prazo de 14 dias a contar da data de cancelamento.

## 18 - CONTACTOS

Se tiver dúvidas, fale connosco! e-Mail: [diana@macroviagens.pt](mailto:diana@macroviagens.pt) ou T. +351 934 804 391 (WhatsApp ou custo chamada para rede móvel nacional).





## CONDIÇÕES PARTICULARES

**Organização:** A organização desta viagem foi realizada pela MACRO VIAGENS (Macro Bio, Unipessoal Lda.), doravante designada por MACRO VIAGENS, com sede no Monte do Almo, Caixa Postal 61 – 7100-580 Santo Estêvão (ETZ), matriculada na Conservatória do Registo Comercial R.N.P.C. (Registo Nacional de Pessoas Coletivas) com o número único de matrícula e de pessoa coletiva 514507578, com o capital social de 12.000€ e Registo Nacional de Agências de Viagem e Turismo (RNAVT) Nº 7304 no Turismo de Portugal.

**Inscrição:** No ato de inscrição, o Viajante – depois de ter preenchido o formulário de inscrição constante do site da MACRO VIAGENS e de ter recebido a aprovação por email -, deverá fazer o pagamento do valor da inscrição indicado neste programa. Os pagamentos à MACRO VIAGENS (quer da inscrição, quer todos os outros), devem ser sempre feitos pelos seguintes meios: transferência bancária ou depósito bancário. Estes dados são indicados no email que o Viajante recebe, depois de preencher o formulário de inscrição, com aprovação. No ato da inscrição, o Viajante deverá depositar o valor indicado no programa a título de sinal não reembolsável (exceto caso de cancelamento por parte da agência), liquidando o restante valor em falta consoante as condições explícitas no programa. Se a inscrição tiver lugar a 30 dias ou menos da data do início da viagem, o preço total deve ser pago no ato da inscrição. A MACRO VIAGENS reserva-se o direito de anular qualquer inscrição cujo pagamento não tenha sido efetuado nas condições apresentadas, não havendo lugar a reembolso. Ao inscrever-se, o Viajante assume vários compromissos perante MACRO VIAGENS, declarando que:

- Tomou conhecimento e aceita os [Termos e Condições](#) gerais e particulares constantes neste programa;
- Tomou conhecimento e aceita o [Plano de Contingência COVID-19](#);
- Cede os direitos de imagem à Macro Viagens nas condições mencionadas no formulário de inscrição;
- Confirma que todos os dados que preencheu no formulário de inscrição são atuais e verdadeiros;
- Se encontra em condições de saúde (físicas, mentais e emocionais) adequadas à viagem em que se inscreve e está consciente do tipo de exigências físicas, emocionais e mentais que a viagem na qual se inscreve poderá envolver;
- Compreende e aceita os riscos inerentes a este tipo de experiências;
- Estará no pronto de encontro (aeroporto do destino) da data e hora combinada com a organização para início do programa).

A idade mínima para inscrição no Programa é de 18 anos.

**Seguro de Assistência em Viagem:** O Seguro de Assistência em Viagem incluído neste Programa, é o [Plano Mochileiro da IATI Seguros](#) com cobertura de Cancelamento. No caso de alguma ocorrência, o Viajante é responsável pela ativação da sua apólice de seguro, por todas as eventuais despesas, todos os contactos entre o mesmo e a seguradora. Todas as questões logísticas e todos os comprovativos exigidos pela seguradora são também da responsabilidade do Viajante.

**Documentação:** O Viajante deverá possuir a sua documentação pessoal em boa ordem (passaporte, visto / e-Visa e outros eventualmente exigidos). A MACRO VIAGENS, declina qualquer responsabilidade pela





recusa de concessão de Vistos, a não permissão de entrada ao Viajante em país estrangeiro ou a expulsão do país, sendo ainda da responsabilidade do Viajante todo e qualquer custo que tal situação acarretar.

**Local de encontro:** O local e horário de encontro entre o Viajante e o líder de viagem da MACRO VIAGENS é no País de destino. O local exato será indicado ao Viajante atempadamente, sendo normalmente o aeroporto. É da inteira responsabilidade do Viajante estar no ponto de encontro indicado, no horário combinado.

**Agenda indicativa e briefings:** O Viajante receberá uma agenda digital com o programa detalhado diário no primeiro dia do Programa. Essa agenda é meramente indicativa, estando sujeita a alterações. Nos percursos feitos por via terrestre, as horas indicadas são aproximadas. Em todos os meios de transporte ressalvam-se os atrasos resultantes de razões técnicas ou outras relacionadas quer com os próprios meios de transporte, quer com as empresas transportadoras. Durante o Programa, os líderes de viagem da MACRO VIAGENS darão *briefings* diários ao grupo, reforçando as informações constantes na agenda / programa do dia / momento seguinte, dando outras indicações úteis (nomeadamente questões sobre respeito pela cultura local e de segurança e higiene), transmitindo eventuais alterações à agenda indicativa e fazendo a distribuição dos quartos. O Viajante é responsável por estar presente nos *briefings* diários à hora combinada e por estar atento à informação transmitida. Em caso de dúvida, pode sempre esclarecer com os líderes de viagem.

**Bagagem:** Dadas as características do Programa, o Viajante terá direito apenas ao transporte de 1 mala de porão + 1 pequena mochila de dia-a-dia + 1 carteira de senhora. O tipo de bagagem deve ser adequado à viagem, segundo as recomendações constantes neste programa e transmitidas na reunião pré-viagem. Para além disso, a bagagem está sujeita às políticas das companhias transportadoras aéreas domésticas (passíveis de alteração a qualquer momento). O Viajante tem a obrigação de reclamar junto da entidade prestadora dos serviços, no momento da subtração, deterioração ou destruição da sua bagagem.

**Refeições:** **Alimentação:** a alimentação incluída está especificada neste programa e salvo indicação em contrário são as três refeições principais (pequeno-almoço, almoço e jantar). A alimentação é exclusivamente vegetariana, maioritariamente comida típica do país de destino, sempre nos locais indicados pela organização. **Bebidas:** está incluída água filtrada. **Extras:** Snacks, refeições extra e todas as bebidas não mencionadas não estão incluídas e devem ser pagas pelo Viajante diretamente ao fornecedor.

**Alojamento:** As categorias dos alojamentos previstos, assim como o tipo de quartos, estão indicados neste Programa. Todos os alojamentos são escolhidos pela organização. Quando os alojamentos não tiverem número de quartos suficientes na mesma categoria para todo o grupo, o que acontece com frequência, o Viajante será alocado numa categoria / tipo de quarto (inferior, médio ou superior), de forma aleatória. A MACRO VIAGENS poderá agrupar (em grupos de 2, 3 ou 4), de forma aleatória e eventualmente rotativa, os Viajantes que se inscreverem individualmente para um programa de viagem, respeitando sempre a divisão por sexo. Em regra, sem carácter vinculativo, os quartos podem ser utilizados a partir das 15h do dia de chegada e deverão ser deixados livres até as 11h do dia de saída.

**Informação:** A MACRO VIAGENS reserva a possibilidade de modificar a informação contida neste Programa, sempre que existam razões alheias que o justifiquem, sem que isso possa ser considerada publicidade enganosa.





**Alterações:** Sempre que existam razões que o justifiquem, a MACRO VIAGENS poderá alterar a ordem dos percursos, modificar as horas de partida, substituir qualquer dos alojamentos previstos por outros de categoria similar ou superior, substituir atividades / visitas a locais eventualmente de risco por outras. Exceto por razões de força maior, a agência compromete-se a fornecer aos seus Viajantes a totalidade dos serviços contratados com as condições e características estipuladas. São causas de força maior as circunstâncias alheias à agência, anormais e imprevisíveis, cujas consequências não se poderiam evitar apesar de se ter levado a cabo as diligências devidas. Pelas mesmas razões, circunstâncias ou causas de força maior, poderão, em geral, os prestadores de serviços, modificar, alterar ou cancelar, no todo ou em parte, o serviço programado ou contratado, antes ou durante a realização do mesmo. Em caso de greve ou por causas de força maior, antes ou durante a viagem, a agência fará tudo o que estiver ao seu alcance em benefício dos passageiros que se vejam afetados por tal situação, se bem que todos os custos que resultem de tais circunstâncias sejam por conta dos passageiros.

**Número mínimo / máximo de participantes:** Caso não seja atingido o nº mínimo de participantes exigido indicado neste Programa, a MACRO VIAGENS tem o direito de cancelar a viagem, notificando o Viajante até 20 dias de antecedência da data da partida, não havendo neste caso, responsabilidade civil da agência por rescisão. Em caso de ser ultrapassado o nº mínimo exigido para a realização da viagem, os passageiros inscritos não têm o direito de exigir revisão do valor final, pressupondo a concordância destas condições na realização da sua inscrição, a não ser que exista indicação na apresentação do Programa, de valores diferenciados para números mínimos distintos, sendo obrigada a MACRO VIAGENS nesse caso a reembolsar os Viajantes pela diferença já paga.

**Mudanças:** Caso seja possível e todos os fornecedores em causa o permitam, sempre que o Viajante, inscrito para uma determinada viagem, deseje mudar a sua inscrição para outro programa ou para o mesmo com datas diferentes, poderá fazê-lo. Contudo, quando a mudança tiver lugar com 60 dias ou menos de antecedência em relação à data da partida da viagem, para a qual o Viajante se encontra inscrito, e/ou se os fornecedores de serviços não aceitarem a alteração, fica sujeito às despesas e encargos previstos na rubrica “Desistências”.

**Cessão da Inscrição:** O Viajante pode ceder a sua inscrição, fazendo-se substituir por outra pessoa que preencha todas as condições requeridas para a viagem, desde que informe a MACRO VIAGENS por escrito, com pelo menos 7 dias de antecedência à data de partida e que os diferentes fornecedores de serviços incluídos na viagem aceitem a substituição. A cessão da inscrição responsabiliza solidariamente o cedente e o cessionário pelo pagamento do preço e dos encargos adicionais originados pela cessão.

**Desistências por parte do Viajante:** A qualquer momento o Viajante poderá desistir da viagem, mediante comunicação escrita por email. Se o Viajante desistir da viagem até 90 dias antes da data de início do programa da viagem, o valor da inscrição, que foi entregue pelo Viajante à MACRO VIAGENS sob a condição de sinal não reembolsável, será convertido num voucher com validade de 24 meses a utilizar numa viagem futura organizada pela Macro Viagens com lugares disponíveis e para a qual o participante cumpra os requisitos de participação. Caso a desistência se verifique entre 90 a 60 dias antes da data de início do programa, o Viajante perderá o valor da inscrição que foi entregue à MACRO VIAGENS sob a condição de sinal não reembolsável. Caso a desistência se verifique a 60 ou menos dias antes da data de início do programa, o Viajante perderá o valor total do programa. Em qualquer caso, o Viajante perderá sempre também o valor de serviços adicionais que tenham sido por si pedidos ou/e que tenham encargos não recuperáveis (ex. Seguro de Assistência em Viagem + Cancelamento, Voos Domésticos, Reservas, etc.). Aos valores recuperáveis, poderão ser subtraídos gastos de gestão que a MACRO VIAGENS tenha tido para a obtenção das reservas e ainda um valor que poderá ir até 15% do total do preço dos serviços em causa. O Viajante tem ainda direito a rescindir o contrato de viagem antes do início da mesma, sem







pagar qualquer taxa de rescisão, mas sem direito a indemnização, caso se verifiquem circunstâncias inevitáveis e excepcionais no local de destino ou na sua proximidade imediata que afetem consideravelmente a realização da mesma ou o transporte dos passageiros para o destino.

**Impossibilidade de cumprimento por parte da agência:** Se antes de início do programa de viagem, por fatos imputáveis ou não imputáveis à MACRO VIAGENS, esta vier a ficar impossibilitada de cumprir ou tiver de anular o programa, o cliente terá direito de transferir a sua inscrição para qualquer outra viagem que tiver lugares disponíveis para a qual cumpra os requisitos de participação, pode optar por um voucher ou pode desistir da viagem, sendo reembolsado de todas as quantias pagas num prazo de 14 dias.

**Preço:** O preço mencionado no Programa diz respeito ao valor final a ser pago pelo Viajante, não havendo nenhum valor mais a ser liquidado à MACRO VIAGENS. A indicação do que está incluído no valor do programa está no mesmo. O IVA tributado é referente ao regime especial de margem de lucro das Agências de Viagens. O preço constante deste Programa está baseado nos custos dos serviços e taxas de câmbio vigentes à data de publicação do Programa, pelo que está sujeito a alterações que resultem de variações no custo dos transportes ou do combustível, de direitos, impostos, taxas e flutuações cambiais. Sempre que se verifique uma alteração ao preço da viagem, o Viajante será imediatamente informado. No caso de o aumento do preço referido exceder 8 % do preço total da viagem organizada, são aplicáveis os n.os 2 a 6 do artigo 24º do Decreto-Lei n.º 17/2018.

**Reembolsos:** Depois de iniciada a viagem não é devido qualquer reembolso por serviços não utilizados pelo Viajante.

**Aceitação das Condições Particulares:** A inscrição num dos Programas MACRO VIAGENS, pressupõe a aceitação plena e consciente das condições gerais (disponíveis [aqui](#)) e das condições particulares (neste documento), assim como o Plano de Contingência COVID-19 (disponível [aqui](#)) que é um compromisso mútuo entre o Viajante e a agência.

**Responsabilidade Civil:** A responsabilidade da MACRO VIAGENS, encontra-se garantida por um Seguro de Responsabilidade Civil, Apólice nº 0004550929 da Tranquilidade.





## FICHA INFORMATIVA NORMALIZADA PARA CONTRATOS DE VIAGEM ORGANIZADA

A combinação de serviços de viagem que lhe é proposta constitui uma viagem organizada na aceção da [Diretiva da \(UE\) 2015/2302](#).

Por conseguinte, beneficiará de todos os direitos da União Europeia aplicáveis às viagens organizadas. A Macro Bio Unipessoal LDA, doravante designada por MACRO VIAGENS, com sede no Monte do Almo, Caixa Postal 61 – 7100-580 Santo Estêvão (ETZ), matriculada na Conservatória do Registo Comercial R.N.P.C. (Registo Nacional de Pessoas Coletivas) com o número único de matrícula e de pessoa coletiva 514507578 e Registo Nacional de Agências de Viagem e Turismo (RNAVT) N° 7304 no Turismo de Portugal, é plenamente responsável pela correta execução da globalidade da viagem organizada.

Além disso, conforme exigido por lei, a MACRO VIAGENS tem uma proteção para reembolsar os pagamentos que tenha efetuado e, se o transporte estiver incluído na viagem organizada, assegurar o seu repatriamento caso seja declarada insolvente.

Mais informações sobre os principais direitos ao abrigo do [Diretiva da \(UE\) 2015/2302](#). Clicando na hiperligação, o viajante receberá as seguintes informações:

### Direitos essenciais previstos na [Diretiva da \(UE\) 2015/2302](#)

- Os viajantes receberão todas as informações essenciais sobre a viagem organizada antes de celebrarem o respetivo contrato.
- Há sempre pelo menos um operador responsável pela correta execução de todos os serviços de viagem incluídos no contrato.
- Os viajantes dispõem de um número de telefone de emergência ou dos contactos de um ponto de contacto para poderem comunicar com o organizador ou a agência de viagens.
- Os viajantes podem ceder a viagem organizada a outra pessoa, mediante um pré-aviso razoável e, eventualmente, mediante o pagamento de custos adicionais.
- O preço da viagem organizada só pode ser aumentado em caso de aumento de custos específicos (por exemplo, do preço do combustível), se essa possibilidade estiver expressamente prevista no contrato e, em qualquer caso, até 20 dias antes do início da viagem organizada. Se o aumento do preço for superior a 8 % do preço da viagem organizada, o viajante pode rescindir o contrato. Se o organizador se reservar o direito de aumentar o preço, o viajante tem direito a uma redução do preço em caso de redução dos custos relevantes.
- Os viajantes podem rescindir o contrato sem pagar uma taxa de rescisão e obter o reembolso integral dos pagamentos efetuados em caso de alteração significativa de algum dos elementos essenciais da viagem organizada, com exceção do preço. Se, antes do início da viagem organizada, o operador responsável pela mesma a anular, os viajantes têm direito ao reembolso e, se for caso disso, a uma indemnização.
- Os viajantes podem rescindir o contrato sem pagar uma taxa de rescisão antes do início da viagem organizada, em circunstâncias excecionais, por exemplo em caso de graves problemas de segurança no destino suscetíveis de afetar a viagem organizada.
- Além disso, os viajantes podem rescindir o contrato a qualquer momento antes do início da viagem organizada mediante o pagamento de uma taxa de rescisão adequada e justificável.
- Se, após o início da viagem organizada, não for possível prestar elementos significativos da mesma conforme acordado, terão de ser propostas alternativas adequadas ao viajante, sem custos suplementares. O viajante pode rescindir o contrato de viagem organizada sem pagar uma taxa de rescisão caso os serviços não sejam executados nos termos do contrato, esta falta de





conformidade afete consideravelmente a execução da viagem organizada e o organizador não supra esta falta.

- Os viajantes têm também direito a uma redução do preço e/ou a uma indemnização por danos em caso de incumprimento ou de execução deficiente dos serviços de viagem.
- O organizador e o retalhista têm de prestar assistência se um viajante estiver em dificuldades.
- Se o organizador ou o retalhista for declarado insolvente, os pagamentos serão reembolsados.
- Se o organizador ou o retalhista for declarado insolvente após o início da viagem organizada e se o transporte estiver incluído na viagem organizada, é garantido o repatriamento dos viajantes.

A MACRO VIAGENS subscreveu uma proteção, em caso de insolvência, com o FUNDO DE GARANTIA DE VIAGENS E TURISMO (FGVT). Se for recusada a prestação de serviços devido à insolvência da MACRO VIAGENS, os viajantes podem contactar esta entidade devendo para tal recorrer ao Turismo de Portugal I.P, entidade responsável pelo respetivo acionamento: Turismo de Portugal, I.P. / Rua Ivone Silva, Lote 6, 1050-124 Lisboa / Tel. 211 140 200 (custo chamada local) | Fax. 211 140 830 / [info@turismodeportugal.pt](mailto:info@turismodeportugal.pt)

A Diretiva (UE) 2015/2302, conforme transposta para o direito nacional, está disponível para consulta clicando [aqui](#).

