



UGANDA

L'Uganda occupa un fertile altopiano nel cuore della regione dei Grandi Laghi in Africa Orientale. La geografia del paese è incredibilmente varia. Il confine occidentale è segnato dal ramo Albertino della Rift Valley, dove si trovano i Monti Rwenzori e i laghi vulcanici Albert e Edward. A nord l'altopiano centrale digrada verso il Sud Sudan in una regione semi-desertica, mentre il sud è fortemente caratterizzato dal Lago Vittoria, il più grande del continente africano. Soprannominato da Winston Churchill "La perla d'Africa" per la sua bellezza, l'Uganda è caratterizzato da una grande varietà di habitat e da una fauna molto ricca protetta in 10 parchi nazionali. Tra questi il più famoso è il Bwindi Impenetrable National Park, situato nell'angolo sud-occidentale del paese, la cui antica foresta pluviale ospita quasi la metà della popolazione mondiale di gorilla di montagna. Più a nord nel Kibale Forest National Park è possibile osservare ben 13 specie di primati, tra cui lo scimpanzé. L'Uganda però non è solo lussureggianti foreste pluviali ed emozionanti incontri con i primati. Nello spettacolare Queen Elizabeth National Park crateri, gole, fiumi e laghi si alternano a savane dove vivono elefanti, bufali, antilopi e leoni "arrampicatori". Sullo sfondo si staglia la catena dei Monti Rwenzori, i cosiddetti "Monti della Luna", un vero paradiso per gli appassionati di trekking. Il Nilo Vittoria e le imponenti Cascate Murchinson impreziosiscono il quadro di un paese meraviglioso.

INFO DI VIAGGIO



Documenti

Il visto per l'Uganda si può ottenere richiedendolo on-line sul sito it.ivisa.com o direttamente all'arrivo all'aeroporto di Entebbe e alla frontiera d'ingresso nel paese. Bisogna essere in possesso del passaporto con una validità residua di almeno sei mesi al momento dell'arrivo nel paese e di un biglietto aereo di andata e ritorno o di proseguimento. Per info aggiornate consultare il sito del Ministero degli Esteri www.viaggiasesicuri.it.

Norme sanitarie

Obbligatoria la profilassi contro la febbre gialla e l'antimalarica è raccomandata soprattutto durante le stagioni delle piogge. Non dimenticare, comunque a casa eventuali medicinali di uso quotidiano e medicinali per eventuali 'malattie del viaggiatore, non vi sono farmacie fornite lungo gli itinerari. Si consiglia di acquistare bevande in contenitori sigillati; evitare verdura e frutti di mare se non cotti; bere acqua e bibite imbottigliate senza aggiunta di ghiaccio; consultare immediatamente un medico e richiedere le analisi ai primi sintomi di malessere (vomito, febbre, diarrea). Per informazioni aggiornate consultare il sito del Ministero degli Esteri www.viaggiasesicuri.it.

Quando andare

L'Uganda gode di un clima molto gradevole, trovandosi a cavallo dell'Equatore e bagnata in larga parte dal Lago Vittoria; le sue temperature non subiscono dei grossi cambiamenti durante il corso dell'anno. Tuttavia i periodi migliori nei quali visitare il paese sono tra dicembre e febbraio e tra maggio e settembre, le stagioni più secche. Nella maggior parte del paese la temperatura varia tra i 20 e 27 gradi di giorno e tra i 15 e i 18 di notte. La stagione delle piogge è abbondante tra marzo e maggio, meno tra metà ottobre e metà dicembre. Durante le stagioni delle piogge alcune strade diventano impraticabili, anche per i veicoli fuoristrada. Oltre alle strade, anche i famosi percorsi di trekking nel Rwenzori o i 'gorilla Tracking' possono diventare, se non impossibili, disagiati.

Come spostarsi

Per visitare il paese in assoluta tranquillità è consigliabile viaggiare con una guida-autista locale. Il traffico, i camion, il grande affollamento di pedoni lungo le strade e la guida a sinistra possono essere fonte di inconvenienti, a volte spiacevoli. Le principali arterie del paese sono asfaltate, ed il manto stradale è in buone condizioni, tuttavia, nei parchi le strade sono piste di terra battuta, ricche di buche profonde. Tutto ciò rende necessario l'utilizzo di un veicolo 4x4. Durante la stagione delle piogge alcune strade possono diventare impraticabili, è dunque consigliato farsi accompagnare da un autista del luogo. Solo ai viaggiatori più esperti è consigliato noleggiare un'auto, anche per la quasi totale assenza di segnaletica stradale.



Cosa mettere in valigia

Si consiglia di sistemare il bagaglio in valigie morbide, soprattutto se si prende in considerazione un viaggio con spostamenti in volo, le compagnie aeree che effettuano i collegamenti interni non accettano infatti bagagli rigidi e dal peso superiore ai 15 kg. L'abbigliamento da mettere in valigia è prevalentemente estivo, il clima è molto gradevole con una temperatura attorno i 25° costanti; per la sera però è importante avere con sé una felpa o maglione di lana e una giacca impermeabile, pantaloni lunghi e comunque la regola è vestirsi 'a cipolla', in modo da essere a proprio agio e pronti ad ogni condizione atmosferica. Vanno messi in valigia in ogni stagione un impermeabile, scarpe da ginnastica e/o trekking (soprattutto nel caso si voglia visitare il Kibale National Park ed la Bwindi Impenetrable Forest), creme solari, cappellino, occhiali da sole, spray repellente per zanzare e dei guanti protettivi, utili soprattutto durante il trekking per evitare schegge di legno o fastidiose spine.

Cosa mangiare:

La cucina ugandese non è molto varia ma abbastanza gradevole. Tra i piatti tipici il posho, una specie di polenta di mais condita con vari sughi vegetali o di carne e il matoke, una polenta di banane cotte. Come si può notare le pietanze non sono molto elaborate e saporite, vanno provate più che altro per soddisfare la curiosità. Negli alberghi le colazioni sono molto abbondanti, mentre i pasti principali propongono delle pietanze molto ricorrenti, quali il pollo, il pesce di lago o fiume, il riso e vari tipi di verdura e frutta.

Lettere consigliate:

Se volete un classico della letteratura, probabilmente la biografia di Diana Fossey, scritta dalla stessa autrice, "Gorilla nella Nebbia" potrebbe fare per voi ma consiglieri anche la bellissima guida "Un paradiso all'Equatore di Massimiliano Dorigo edita da Polaris.



COSA VEDERE IN UGANDA

Queen Elizabeth National Park

Ha un'estensione di 1978 km quadrati e confina nel versante occidentale con la Repubblica Democratica del Congo e le sue foreste impenetrabili e con il Lago Edoardo, mentre ad oriente confina con la scarpata della Rift Valley, occupando una depressione che si protrae fino ai lembi meridionali dei Monti Rwenzori. È uno dei parchi maggiormente visitati del paese proprio per la sua diversità di ambienti e per la ricca fauna. Nel 1979 è stato nominato 'riserva della biosfera per l'umanità dall'Unesco con l'obiettivo di integrare le attività delle comunità locali con la conservazione della biodiversità.

Murchison National Park

Si estende su una superficie di oltre 3.900 km quadrati ed offre una varietà straordinaria di ambienti: la parte meridionale è ricoperta da foreste rigogliose, piantagioni di banane ed alcuni villaggi, mentre verso nord, complice l'aumento delle temperature, le foreste lasciano lo spazio ad ampie zone di savana intervallate da alcune piantagioni di palme. Tra gli animali che popolano questo grande parco si possono trovare numerose giraffe, ippopotami, coccodrilli, babbuini, scimpanzé, diverse specie di piccole antilopi, leoni e ghepardi ed elefanti.

Kibale Forest National Park

Si trova a sud della cittadina di Fort Portal; le sue principali caratteristiche sono la rigogliosa foresta impenetrabile, e, in particolar modo, le numerose specie di primati, i più famosi sicuramente gli scimpanzé oltre ai colobi bianchi e neri, scimmie dalla coda rossa e scimmie velvet. Esperte guide conducono i visitatori sulle tracce di questi primati, gli incontri sono molto frequenti ed estremamente emozionanti. La foresta di Kibale ha la più alta concentrazione di scimpanzé in Uganda, circa mille su una popolazione totale rimanente di circa cinquemila; grazie a questo progetto di "ecoturismo" avviato dall'Istituto Internazionale Jane Goodal oggi si può parlare di conservazione della foresta e dei suoi primati.

Bwindi Impenetrable Forest National Park

Ha un'estensione di 331 km quadrati e per anni è stato l'unico luogo dove esisteva concretamente l'opportunità di avvistare i gorilla di montagna; infatti sia in Congo che in Rwanda questa possibilità è stata negata per anni a causa della difficile situazione politica di entrambi i paesi. I ricercatori stimano che nel parco Bwindi vivano circa 420 gorilla ed è stato recentemente ipotizzato che la popolazione del parco Bwindi potrebbe essere forse considerata una sottospecie. Il parco è patrimonio mondiale dall'Unesco ed oltre agli esemplari di gorilla, vi si trovano 120 specie di mammiferi, 200 specie di farfalle, circa 350 specie di uccelli.

Kidepo Valley National Park

Si trova al confine con il Kenya, la sua posizione così lontana dalle città dell'Uganda e dagli altri parchi lo hanno reso il parco più inesplorato del paese; questo è un peccato per chi non ha avuto modo di ammirarlo, ma un privilegio per coloro che decidono di inserirlo nel proprio itinerario. Si tratta di un gioiello incontaminato e di una delle aree più belle del paese e dell'Africa Orientale. Nel parco vi sono solo 3 lodge, questo permette di poter incontrare pochi turisti all'interno di un'area molto ampia e poter ammirare indisturbati la bellezza paesaggistica e l'abbondante fauna.

Lake Mburo National Park

Ha un'estensione di 260 kmq e presenta la tipica savana alberata con diverse specie di acacie, è poco visitato anche se non lontano dalla capitale; qui è possibile avvistare una grande quantità di ungulati tra i quali impala, zebre di Burchell, waterbuck, bushback, oribi e una buona popolazione di eland, oltre a più di 300 specie di uccelli. Rappresenta una tappa ideale partendo dalla capitale per spezzare il viaggio per raggiungere i grandi parchi dell'ovest.