

BUTÃO - INFORMAÇÕES ÚTEIS



SOBRE

DADOS GERAIS

PARA EMBARQUE

**PARA
COMER**

**PARA
COMPRAR**

**ARRUMANDO
A MALA**

**SUGESTÃO DE
BAGAGEM**

**INFORMAÇÕES
ADICIONAIS**

FOTOS





O **Butão** é um pequeno e fechado reino nos Himalaias que faz fronteira com a China ao norte e a Índia a leste, sul e Oeste. O **Butão** tem 38,4 mil quilômetros quadrados com 72,5% da sua área coberta por florestas, 34 rios e uma grande biodiversidade. É uma região muito montanhosa com as montanhas mais altas do mundo, a Gankhar Puensum (7541 metros acima do nível do mar) e a Jumolhari (7314 metros acima do nível do mar). Dividido em dzongkhang (distritos) - 20 no total - divididos em dungkhang (subdistritos).

Um país muito religioso abriga cerca de 2.000 templos e monastérios budistas.

Os butaneses são simples, hospitaleiros e muito gentis. Não apresentam os sinais de estresse, pressa e impaciência tão comuns nas culturas ocidentais. A qualquer pergunta do tipo: "posso fazer isso?", eles respondem invariavelmente o mesmo: "se isso te faz feliz, sim".

Acreditam que a mente, fala e corpo tem de estar em harmonia. Eles cultuam o budismo Mahayana, que tem garantia constitucional no país.





Informações turísticas: www.bhutan.gov.bt e www.tourism.gov.bt

Moeda: Ngultrum (BTN) é a moeda oficial do Butão. É possível comprá-la no aeroporto de Paro - único do país -, mas não é preciso muito. Deve-se comprar Ngultrum para cobrir despesas com bebidas alcoólicas, cafés, lanches, gorjetas, táxis, jantares extras e souvenirs. Não se pode contar com cartões de crédito no Butão. Para cotações atualizadas, acesse: www.oanda.com.

Quanto levar: Como as refeições estão inclusas em seu roteiro, os gastos dependerão da quantidade de souvenirs e lembranças você vai querer trazer na mala. Sugerimos algo em torno de US\$ 500,00 em notas pequenas para facilitar o câmbio. Não aconselhamos trocar tanto dinheiro, porque depois não será possível mudar de volta a moeda que trocou. Além disso, se estiver pensando em fazer uma compra de grande valor (têxtil ou artes), as lojas aceitam pagamento em dólares americanos.

Como levar: Apesar da probabilidade de você não utilizar cartão de crédito no Butão, é sempre bom ter pelo menos uma opção, principalmente para uso nas conexões e freeshop. Recomendamos levar cartão de crédito (Visa ou Mastercard - lembre-se de desbloquear seus cartões para uso no exterior), cartões pré-pagos como o Visa Travel Money goo.gl/M4MOks ou dinheiro (dólar americano de preferência).

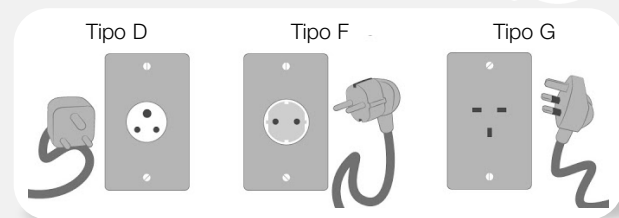
Saúde: As condições higiênicas no Butão são precárias. Recomendamos, portanto, não comer legumes crus ou frutas com casca. Beba somente água mineral (se comprar água na rua, dê preferência pela água com gás) ou refrigerante. Dores de cabeça, de ouvido ou sintomas de resfriado podem ser sentidos nos primeiros dias de trekking devido à altitude. Para quem sofre de problemas de pressão indicamos levar para a viagem os medicamentos tomados regularmente. Em caso de emergência, acionar o seguro-viagem

Fuso Horário: O Butão está nove horas à frente do Brasil. Quando o Brasil entra no horário de verão essa diferença cai para oito horas.

Dados gerais



Eletricidade/tomadas: A voltagem no país é de 230 v. Embora hoje em dia a maioria dos equipamentos eletrônicos seja bivolt, vale à pena conferir antes do uso! Há 3 tipos de plugues no Butão: D, F e G. Para saber mais: goo.gl/53ytjZ.



Alfândega Brasileira: Na chegada ao Brasil são permitidos objetos de uso pessoal, roupas e brinquedos e US\$ 500 em eletrônicos, mais US\$ 500 de Free Shop. Para mais informações consulte aqui o link do site da Receita Federal.

Embaixada: Não há embaixada do Brasil no Butão. As embaixadas mais próximas ficam em Nova Déli, na Índia, e em Bancoc, na Tailândia.

Embaixadas do Brasil:

Nova Déli

Aurangzeb Road, 8, New Delhi, 110011 - Índia

Tel: 91 (11) 2301-7301

novadelhi.itamaraty.gov.br

Bancoc

Lumpini Tower, 34° andar, 1168/101

Rama IV Road - Thungmahamek, Sathorn

Bangcoc 10120 - Tailândia

Tel: 66 (2) 679-8567 / 8568

bangkok.itamaraty.gov.br

Ligações para o Brasil: Levar o smartphone pode garantir independência e mobilidade. É possível usar Skype, Whatsapp, Viber e Facebook Messenger pelo aparelho. Procure sempre utilizar uma rede Wi-Fi, já que o custo com o 3G ou 4G pode ficar bastante elevado. As operadoras brasileiras têm custos diferentes para roaming internacional. Consulte a tarifa praticada por sua operadora.

Existe ainda a possibilidade da compra de chip internacional (Sim card) de uma operadora local, possibilitando usar internet móvel e fazer ligações dentro do destino. O chip vai funcionar de acordo com a operadora local. Então se eles tiverem boa conexão você pode chegar a ter até 4G, mas a velocidade realmente vai depender da região. Para utilizar, basta o celular ser desbloqueado e aceitar internet 3G ou 4G, o pagamento é feito conforme o plano escolhido. É possível comprar um chip antes de sair do Brasil, saiba mais informações como adquirir o chip aqui: goo.gl/MpUvep



Documentos necessários

Para embarque: São aceitos somente passaporte (validade mínima de 6 meses)

Visto: Brasileiros precisam de visto para entrar no país. Para tirar o visto é necessário uma cópia colorida do passaporte, mas a emissão já está inclusa no seu roteiro.

Crianças ou adolescentes acompanhados por um dos pais

Autorização do outro genitor com firma reconhecida, conforme o modelo padrão, em duas vias originais.
Passaporte ou carteira de identidade (verificar a documentação exigida pelo país de destino).

Algumas Cias Aéreas exigem contratação de serviço próprio para o embarque de menores desacompanhados de ambos os pais.
Consulte-nos.

Estas informações estão sujeitas a alterações. Abaixo os links pertinentes para consulta
[Estatuto da Criança e do Adolescente - art. 83](#)
[Coordenadoria da Infância e Juventude - Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo](#)

Vacina

É obrigatória a apresentação do cartão de vacinação internacional contra a febre amarela, que deve ser tomada com um mínimo de 10 dias de antecedência da data de embarque.

Ministério da Saúde: goo.gl/57WVUA





Gastronomia

No Butão a comida baseia-se em arroz, batatas, “ema” (pimenta), queijo e peixe de água doce. Alguns dos pratos mais apreciados pelos butaneses são o "emadatshi" (queijo branco com pimenta), "sikam pa" (carne de porco seca), "shakam pa" (carne de boi seca) e batatas ao curry - influência da culinária indiana. Sanduíches e doces só são encontrados em hotéis e lanchonetes turísticas. Entre as bebidas típicas há o chang, a cerveja local e o arra, que é um licor muito particular, pois é destilado do arroz, do milho e do trigo.



Sugestão de Restaurantes

Gorjetas: Dar gorjetas no Butão é oficialmente não incentivado, mas está se tornando uma prática comum e você pode recompensar um bom serviço se quiser.

Esta lista de indicações é composta por recomendações da Venturas, feedbacks de seus clientes e pelo ranking do site Tripadvisor

Thimpu: [Link](#)

Seasons Restaurant - Pizza. Street Doendrup Lam - Tel.: (975) 2327-413

Bhutan Kitchen - Himalaia. Gatoen Lam - Tel.: (975) 1761-3515

The Zone - Europeia. Street Chang Lam - Tel.: (975) 2331-441

Paro: [Link](#)

Bukhari Restaurant - Internacional, Asiática. Uma Paro hotel - Tel.: (975) 8271-597

Sonam Trophel Restaurant - Indiana, Asiática. Paro Tshongdue/ Above Paro Canteen, Paro 12001 - Tel.: (975) 8271-287



Para comprar

O artesanato e o vestuário também têm tradição milenar. Peças de prata e cobre, tecidos criados no tear, bordados feitos a mão, dragões e Budas esculpidos em madeira, pinturas e desenhos de fundo religioso enfeitam todas as casas e estão em todas as lojas de souvenirs do país. Butaneses misturam cores fortes e sóbrias, com um resultado sempre vibrante.

Lungta Handicraft Street Chang Lam

As melhores compras são itens grandes como caixas de bambu, tapetes, jarras de metal. É seguro comprar peças de antiguidade no local. Trabalham com envio de peças pelo correio.

Bhutan Archery Shop Street Gatoen Lam

Aqui são encontradas grande seleção de arcos e flechas, esporte tradicional do Butão. Desde peças importadas até as de bambu feitas a mão.

Gagyel Lhundrup Weaving Centre - Street Changzamtog

Este centro particular ao sul de Thimpu produz peças de lã feitas a mão e oferece uma seleção de tecidos e também roupas já prontas para venda. Esse é um dos poucos lugares onde você pode ver os tecelões trabalhando. Uma boa kira bordada pode levar um ano para ficar pronta e custa mais de USD 1000; as mais baratas partem de USD 50.

Handicrafts Emporium Street Norzin Lam

Se você quiser vestir uma roupa butanesa, há diversos complexos de lojas em Thimpu que já disponibilizam gho e kira prontos, em diversos tamanhos, tecidos e qualidades.



Temperatura / Clima

As melhores épocas para visitar o Butão são entre Março e Maio e de Setembro a Novembro. O clima é mais ameno entre esses dois últimos meses, quando o céu está limpo e os picos das montanhas estão visíveis.

No Butão as temperaturas variam enormemente conforme a altitude, no Sul o clima é tropical e ao Norte, a presença de neve sobre as montanhas é constante. O período de Maio a Setembro é o mais quente com temperaturas variando entre 25 e 30°C. Já de Outubro a Abril, as temperaturas são mais baixas indo de 10 a 20°C.



franquia

de

bagagem

Para confirmar a bagagem permitida, consulte o seu bilhete e/ou a cia aérea. Lembre-se de identificá-las e fechá-las com cadeados. Objetos cortantes ou líquidos devem ser colocados na bagagem a ser despachada; não podem ir como bagagem de mão.



Sugestão de bagagem

Verifique a estação do ano e as
Temperaturas antes de fazer sua mala.



Calçados • Botas de caminhada ou Tênis - Ambas as opções são boas para uso diário nos passeios. • Papete ou Chinelo - Podem ser boas opções para relaxar os pés à noite e a papete pode eventualmente ser usada em alguns passeios durante o dia.

Malas e Mochilas • Mochila Ataque 20/30L - É a melhor opção para os passeios diários, pois tem tamanho ideal para levar água, máquina fotográfica, protetor solar, e o que mais você precisar para passar bem o dia. Pochetes grandes podem substituir a mochila dos mais econômicos. • Malas de viagem - Como bagagem principal, fique a vontade para optar pelo estilo sansonite (quadrada, dura e com rodinhas) ou por uma mala maleável. O importante é que estejam sempre identificadas e trancadas com cadeado para aumentar a segurança dos seus pertences.

Acessórios • Protetor Solar • Protetor Labial • Repelente • Óculos de sol • Câmera fotográfica • Nécessaire • Cantil térmico - Bastante importante para que você possa ter água sempre a mão durante os passeios e assim manter-se bem hidratado. Aconselhamos os térmicos para manter a temperatura da água mais agradável. • Bloquinho de anotação - Para quem curte anotar todas as curiosidades e histórias explicadas pelo guia durante a viagem. • Medicamentos tomados regularmente. • Álcool em gel - Vale a pena ter um tubinho na mochila para auxiliar na higiene das mãos.

Vestuário • Roupas leves - calças, shorts, camisetas (algodão, suplex, tactel, dryfit) para serem usadas durante os passeios. • Agasalho leve para as noites. • Maiô / Biquíni / Sunga / Boné / Chapéu. • Capa de chuva para os meses de chuva (Abril a Novembro, sendo os meses de Setembro e Outubro os mais chuvosos).

Dica: é solicitado que mulheres não utilizem shorts, saias curtas e blusas sem mangas fora dos lugares mais turísticos. Nos templos, os ombros e joelhos (se for mulher) devem ser cobertos ou as pernas inteiras (no caso dos homens). Vá de camiseta ou blusa de mangas curtas. Use calçados confortáveis e fáceis de retirar, já que só se entra descalço nos lugares sagrados. Mas evite chinelos e sandálias porque sujam muito.



Informações adicionais

Festividades

A benção dos arrozais: Dentro das festas mais importantes que se celebra no país, encontramos a denominada "benção dos arrozais" com data na primavera, nessa época realiza-se uma larga procissão, que leva homens e mulheres a descer da colina até o primeiro campo regado, pois se mantém os outros secos até passar o evento. Uma vez embaixo, os homens tiram as roupas e as mulheres arremessam copos de barro. A continuação termina em uma batalha na água em que ganham as mulheres enchendo aos camponeses do campo, em um gesto que consideram como de boa sorte para uma colheita abundante.

As bodas: Um dos costumes mais singulares do Butão é a maneira que celebram as bodas. A cerimônia dura vários dias e começa no umbral do dzong, quando a futura sogra recebe a esposa e oferece-lhe a cinta branca augural. A esposa recebe a benção do lama no pátio do dzong e logo se dirige ao quarto, onde a espera o marido. Intercambiam outras cintas brancas de bom augúrio. Posteriormente, sentam-se juntos ao altar e servem o chá de açafreão e arroz doce. Logo o lama oferece uma oração e coloca no centro do quarto um grande recipiente cheio de chang (cerveja) e o oferece ao casal que, logo após prová-lo, recebe a benção. Depois, cada convidado oferece uma cinta augural ao esposo e outra a esposa. Os dias festivos oficiais são o dia 17 de Dezembro, Dia da Independência e as festas budistas que variam dependendo do calendário.





Curiosidades

Uma das nações mais pobres do globo, de acordo com a ONU (Organização das Nações Unidas), o Butão também figura entre as dez mais felizes, segundo pesquisa da University of Leicester, no Reino Unido. O país tem fome zero, analfabetismo zero, índices de violência insignificantes e nenhum mendigo nas ruas. Não há registro de corrupção administrativa e o povo adora o rei, Jigme Khesar Namgyal Wangchuck, o quinto em cem anos de monarquia (1907-2007). Felicidade é levada a sério no país - único do mundo a ter Gross National Happiness (Felicidade Interna Bruta, na tradução para o português) como política pública. Ao Estado cabe prover as condições necessárias para que a população possa se concentrar na busca da felicidade, por meio dos ensinamentos do budismo. O conceito de Gross National Happiness tem quatro pilares - preservação das tradições butanesas e do meio-ambiente, crescimento econômico e bom governo. Instituída pelo quarto rei, Jigme Singye Wangchuk, em 1972, a política foi criada para se contrapor à ideia do PIB (Produto Interno Bruto) que é baseado em valores materiais e mede a qualidade de vida da população. O salário mínimo no Butão é cerca de US\$ 100 mensais.

- É totalmente seguro andar em qualquer cidade do país a qualquer hora. Violência e crime são incomuns no Butão.
- No país antitabagista, os butaneses confiam no que diz o rei, que banuiu o fumo do país em 2005, proibindo a venda de tabaco.

Foi a primeira nação do mundo a adotar a medida. De qualquer forma, quem consegue obter cigarros - por intermédio dos turistas ou da venda clandestina pode fumar. Não tem punição para quem fuma, só para quem vende tabaco. Estabelecimentos que vendem cigarro clandestinamente correm o risco de ter a licença cassada.

Religião: A religião predominante no Butão é o Budismo.





Tradição: O pequeno reino do Himalaia é também conhecido como "Land of Thunder Dragon". Por isso, o Butão ostenta um dragão branco em sua bandeira laranja e amarela. O dragão é um símbolo nacional, tanto quanto o a papoula azul e os ciprestes, tão comuns no país. Em vez de futebol, vôlei, tênis ou basquete, o esporte nacional do Butão é o arco e flecha.

A população é adepta à poligamia, e isso vale para homens e mulheres. Alguns butaneses se casam com várias pessoas de uma mesma família. O quarto rei, Jigme Singye Wangchuk, por exemplo, é casado com quatro irmãs.

Ao ver as roupas de um butanês, tem-se a sensação de viagem no tempo. Os homens usam "gho" - espécie de vestido longo preso na cintura por uma faixa. Dentro do vestido, os homens usam camisa com gola e longos punhos brancos. Os sapatos são sociais - pretos e feitos de couro. Nos dias frios, meias de lã preta esticadas até os joelhos aquecem as pernas dos butaneses. As mulheres vestem "kira" - uma peça de pano longa e colorida, sustentada por presilhas na altura dos seios, num modelo tomara-que-caia. Os ombros são cobertos por blusas de seda de mangas longas e cores vibrantes.

Geografia: O Butão é uma nação muito montanhosa de interior, situada no Himalaia Oriental. Os picos do norte atingem mais de 7.000 m de altitude, e o ponto mais elevado é o Gangkhar Puensum, com 7.570 m. A parte sul do país tem menor altitude e contém vários vales férteis densamente florestados, que escoam para o rio Bramaputra, na Índia.

Arquitetura: A arquitetura é uma das maiores atrações do Butão. Os prédios e casas têm estrutura de madeira e taipa (barro amassado). As estacas são esculpidas e encaixadas umas nas outras sem a ajuda de pregos. O acabamento dos telhados é feito e pintado à mão. Em muitas construções, desenhos de pênis enfeitam as paredes caiadas (pintadas com pó branco, extraídos do arroz), em homenagem ao guru Drukpa Kuenley, deus da fertilidade. Casas são geralmente construídas sem projeto arquitetônico, mas os butaneses fazem consultas astrológicas antes de erguer suas residências, algumas com cerca de 900 anos. Os dzongs têm formato ligeiramente piramidal - largos na base e mais estreitos no topo. Algumas pinturas dos prédios são verdadeiras obras de arte, com dragões e desenhos de flores, bolas, portais e rodas da sorte (um dos símbolos do Butão) - todos coloridos.





VENTURAS

www.venturas.com.br

atendimento@venturas.com.br

Tel: +55 (11) 3879-9494 / Emergência: +55 (11) 9 9906-3809

Rua Plínio de Moraes, 422 - Sumaré - São Paulo - SP - Brasil - 01252-030