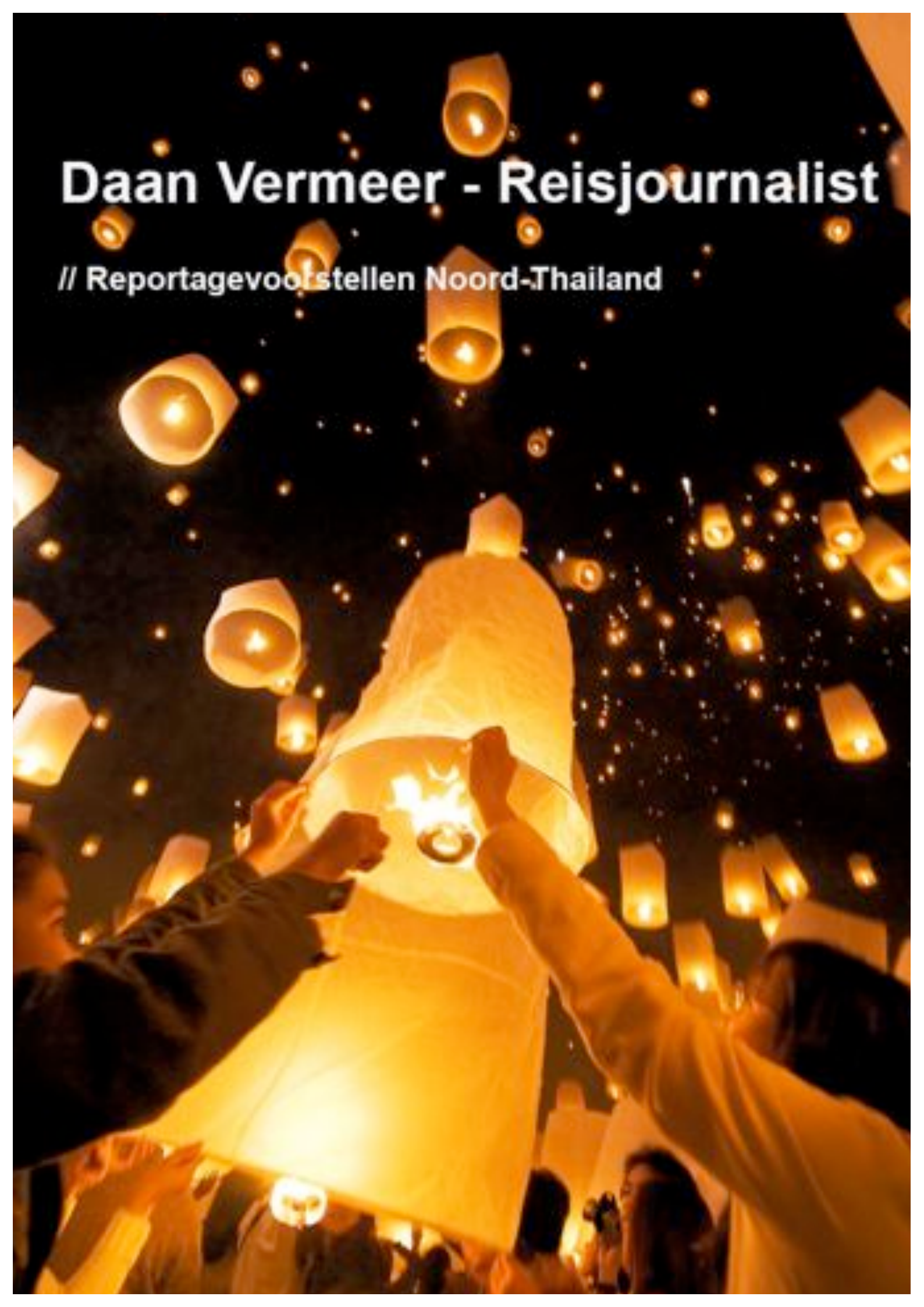


# Daan Vermeer - Reisjournalist

// Reportagevoorstellen Noord-Thailand



## Cultuur

### // Lichtfestival (Loy Krathong)

Tijdens het jaarlijkse lichtfestival bedanken de Thai hun goden voor het regenseizoen. Aan het eind van het jaar, tijdens volle maan, wordt het lichtfeest gevierd. Bootjes van gevouwen bananenbladeren met een kaars, wierrook en kleingeld worden te water gelaten op rivieren en meren, zodat een sliert van wakkerende lichtjes drijft.

Tevens worden er grote lampionnen van rijstpapier losgelaten die al dwarrelend richting de hemel gaan. En omdat er in Thailand geen festival zonder muziek, dansende vrouwen en versierde tempels voorbij gaat, is het dagenlang feest.



### // Sukhothai historisch park



Sukhothai is wat Angkor Wat voor Cambodja is: hier begon Thailand. Het boeddhisme werd hier als staatsgodsdienst uitgeroepen en dat is te zien aan de vele tempels, honderden stoepa's en Boeddhabeelden die het ommuurde paleis vergezellen. Het historisch park, aangemerkt Werelderfgoed, is de afgelopen decennia netjes gerestaureerd. Een bezoek aan dit park is daarom een must bij een bezoek aan Thailand.

## Actief



### // Duurzaam wandelen langs watervallen en bergvolkeren

Hét gebied om te wandelen door oerwouden en vlot te varen over rivieren is de jungle in Noord-Thailand. Maar de duizenden toeristen die met fotocamera's en geld de bergen overspoelden hebben er veel schade aangebracht. Watervervuiling, weggekapte bamboe waar vloten van gemaakt worden en een enorme financiële afhankelijkheid van de bergvolkeren.

Duurzame wandeltochten zijn er ook, maar weinig toeristen weten ze te vinden. Hoe kun je tijdens je vakantie in Thailand je impact op de natuur verminderen? Een reportage over echte wandeltochten door Noord-Thailand.

### // (Nacht)raften

Overdag raften door de Thaise jungle is een spektakel. Om 's avonds na het barbecuen nog even door te raften richting de bamboehutten en kampvuur is nog veel spannender.

### // Doe-het-zelf wandeltochten

De gebieden rondom Chiang Mai zijn prachtig om te wandelen, maar dagenlang achter een gids aan sjouwen om de toeristische bergdopen te zien is niet voor iedereen spannend. Daarom een reportage over zelf wandelen door bijvoorbeeld het Doi Inthanon Nationaal Park, waar Thailand's hoogste berg in ligt.

# Ontspanning

## // Grotmeditatie & Overnachting



Ergens in de jungle bij Chiang Mai zijn de Chiang Dao grotten. Twaalf kilometer aan ondergrondse tunnels vol met druipstenen. En boeddha-beelden, want monniken gebruiken de ingebouwde tempel om te mediteren. In deze berg kun je meditatielessen krijgen en zelfs overnachten. Dát is pas een worden met de natuur.

## // Vijf keer een Thaise massage



Een Thaise massage wordt op bijna elk strand in Thailand wel aangeboden; het is een lekker idee om met het geluid van de branding weg te dromen. Een iets spannendere beleving is een massage door een opgeleide gedetineerde uit de vrouwengevangenis, die zich voorbereidt op een toekomst na haar vrijlating. Ook uniek is een massage door een blinde, want zij schijnen meer dan wie dan ook te masseren met hun handen en gevoel. Voor een meer heelkundige behandeling zijn er in Bangkok door de overheid geaccrediteerde spa's met een scala van genezende behandelingen. Het summum is een massage in de Po tempel in Bangkok; hier huist hét massageinstituut van Thailand. Je kunt je hier laten masseren door een mastermasseur of zelf de kneepjes leren.