



Arménie, Géorgie

## Voyage en terre caucase

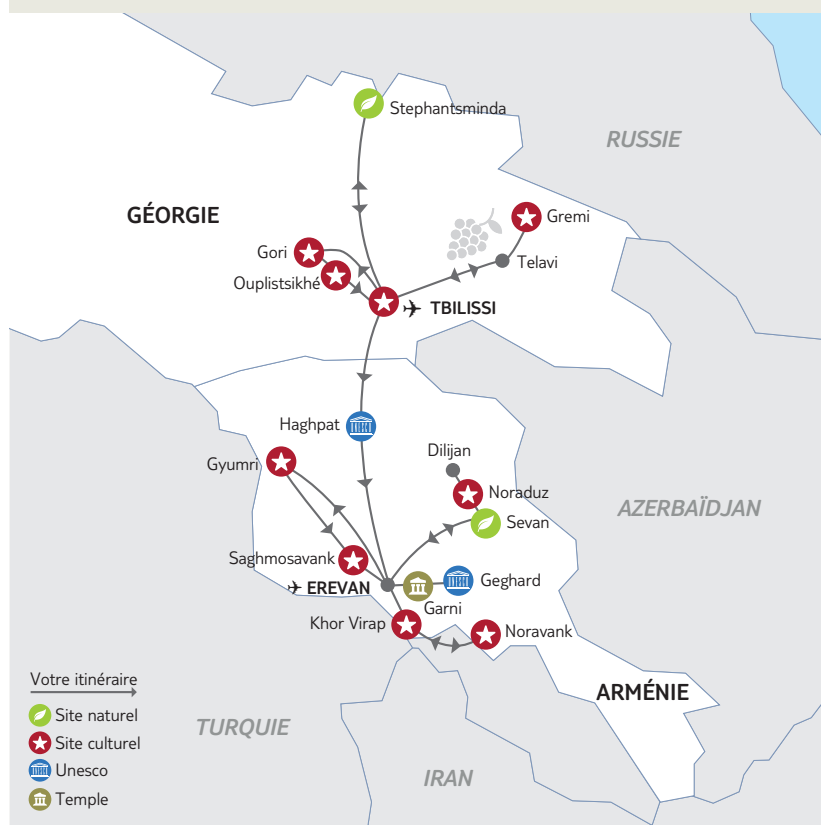
Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide.

Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

**Valable pour les départs du 04/06/2025 au 03/09/2025 inclus**

**Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 16**

Rythme : 3/5 Traditions : 3/5 Histoire & culture : 4/5



L'Arménie et la Géorgie, voisines établies au carrefour de l'Europe et de l'Asie, ont été le cadre d'invasions et de drames dont elles se sont relevées fièrement. Il ressort de leur histoire un patrimoine riche et émouvant. Entre montagnes et lacs, modernité et traditions, découvrez deux langues, deux cultures et des religions différentes, mais le même accueil chaleureux.

### Les INCONTOURNABLES Nouvelles Frontières

- Une nature époustouflante : montagnes verdoyantes, lacs limpides, steppes arides.
- La route militaire géorgienne, avec l'église Guerguétie et son panorama sur le Grand Caucase.
- Le lac Sevan et ses églises médiévales.
- La découverte de la région viticole de la Kakhétie.



## Jour 1 : Paris – Tbilissi

Envol pour Tbilissi.

Arrivée dans la nuit à l'aéroport international de Tbilissi et accueil du groupe par l'accompagnateur francophone. Transfert vers l'hôtel situé dans le centre-ville de Tbilissi. Installation pour 3 nuits dans un hôtel 4\*.



## Jour 2 : Tbilissi

Découverte de la capitale géorgienne : l'église Metekhi de la Vierge, qui offre une superbe vue sur la vieille ville, l'église Sioni et l'église Anchiskhati. Au travers de ses petites ruelles, passage devant les curiosités de la ville, dont la citadelle Narikhala qui la domine. La cité s'est peu à peu organisée autour de ses sources et le quartier des bains sulfureux reste aujourd'hui encore le cœur de la ville.

Déjeuner en cours de visite.

Dîner dans un restaurant local et nuit à l'hôtel.



## Jour 3 : Tbilissi – Gori – Ouplistsikhé – Tbilissi

(205 km / environ 3h30)

Visite de l'ancienne capitale, Mtskheta, qui est aussi l'une des plus vieilles villes de Géorgie. Découverte du monastère de Djvari (6<sup>e</sup> siècle) et de la cathédrale de Svetitskhoveli (11<sup>e</sup> siècle), classés au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Arrivée à Gori, ville natale de Staline, où se trouvent son musée, la maison où il est né et son propre wagon blindé. Poursuite vers Ouplistsikhé, ville troglodytique (4<sup>e</sup> siècle av. J.-C.), située sur la fameuse grande route de la Soie. On peut y voir des grottes troglodytes, des caves à vin ("marani") et des poêles géorgiens ("thoné"), ainsi qu'une basilique à trois nefs creusées dans le rocher et un théâtre antique.

Déjeuner sur place.

Puis, visite du château Mukhrani dont l'histoire remonte au 16<sup>e</sup> siècle. Visite du palais et des anciennes caves à vin. Dégustation du vin traditionnel. Retour à Tbilissi.

Dîner dans un restaurant. Nuit à l'hôtel.



## Jour 4 : Tbilissi – Gremi – Telavi (195 km / environ 3h20)

Départ vers la région de la Kakhétie, connue pour son riche patrimoine médiéval. Cette région viticole de la Géorgie, réputée pour ses terres fertiles, est un ancien foyer d'agriculture et de viticulture dans lequel on dénombre aujourd'hui 80 sortes de cépages différents. La région compte des exploitations modernes qui exportent leurs vins dans le monde entier. Déjeuner dans une famille avec dégustation de plats et vin locaux.

Visite du monastère Nekresi, construit au 4<sup>e</sup> siècle, avec une magnifique vue sur la vallée d'Alazani. Puis, visite du complexe Gremi, ancienne résidence royale connue pour ses fresques et qui abrite aujourd'hui une église construite au sommet de la citadelle. Route vers Telavi.

Dîner. Nuit dans un hôtel 4\*.



## Jour 5 : Telavi – Tsinandali – Signaghi – Tbilissi

(200 km / environ 3h30)

Direction la petite ville voisine de Tsinandali, pour la visite de la maison-musée d'Alexander Chavchavadze et de la cave à vin vieille de 300 ans. Ici, on fabrique le vin selon les méthodes ancestrales et on le garde dans des jarres disposées sous terre. Dégustation. Cette méthode de fabrication est inscrite par l'UNESCO sur la liste du patrimoine culturel immatériel.

Déjeuner.

Visite du monastère de Bodbé et de la ville de Signaghi. Route pour Tbilissi.

Installation pour 2 nuits dans un hôtel 4\*.



## Jour 6 : Tbilissi – Stepantsminda – Tbilissi (320 km / environ 6h)

Départ pour la route militaire géorgienne, renommée, en direction de Kazbegi (Stepantsminda). Arrêt au complexe d'Ananouri (13<sup>e</sup> siècle). Cette forteresse dominant le réservoir de Jinvali abrite deux églises et un monastère orthodoxe.

Déjeuner.

Arrivée à Stepantsminda et trajet en 4 x 4 jusqu'à l'église de la Trinité de Guerguétie (14<sup>e</sup> siècle), située à 2 170 m d'altitude. Bâtie sur un promontoire offrant un panorama impressionnant, elle est le blason du Caucase géorgien. Par temps clair, vous pourrez contempler le mont Kazbek culminant à plus de 5 000 m d'altitude. Retour vers Tbilissi.

Dîner et nuit à l'hôtel.



## Jour 7 : Tbilissi – Dilijan (Arménie) (295 km / environ 4h30)

Route jusqu'à la frontière arménienne. Changement de guide-accompagnateur et de véhicule, puis entrée en Arménie. Visite du monastère de Haghbat, inscrit au Patrimoine Mondial de l'UNESCO.

Déjeuner.

Visite du monastère de Sanahin, également inscrit au Patrimoine Mondial de l'UNESCO.

Route vers Dilijan. Tour de ville de Dilijan.

Dîner et nuit dans un hôtel 4\*.



## Jour 8 : Dilijan – Sevan – Noraduz – Erevan (300 km / environ 4h)

Départ pour la visite du monastère de Haghartsin. Puis, excursion jusqu'au lac Sevan situé à 1 900 m d'altitude, où vous découvrirez le monastère de Sevanavank.

Déjeuner en cours d'excursion.

Visite du cimetière du village de Noraduz où se trouve la plus grande concentration de "khatchkar", sortes de stèles sculptées et dispersées dans un champ. Route vers Erevan.

Installation pour 4 nuits dans un hôtel 4\*. Dîner dans un restaurant. Nuit à l'hôtel.





## Jour 9 : Erevan – Etchmiadzin – Zvartnots – Khor Virap – Erevan (280 km / environ 3h)

Départ pour la ville d'Etchmiadzin, "le Vatican arménien", connue pour son architecture ecclésiastique. Visite de la cathédrale d'Etchmiadzin, l'une des plus anciennes églises au monde. Votre guide vous contera l'histoire de l'adoption du christianisme comme première religion officielle par l'Arménie. Etchmiadzin est aujourd'hui le cœur spirituel de l'Église apostolique arménienne. Poursuite en direction de Zvartnots, avec la visite de la cathédrale (datant du 7<sup>e</sup> siècle).

Déjeuner en cours de route.

Vous reprendrez ensuite la route pour rejoindre Khor Virap, premier monastère de l'ère chrétienne, offrant une vue panoramique sur le mont Ararat et ses sommets recouverts de neige. On peut y voir la cellule souterraine du premier catholico-arménien, Saint Grégoire l'Illuminateur, qui convertit le pays au christianisme en l'an 301. Retour à Erevan.

Dîner au restaurant. Nuit à l'hôtel.



## Jour 10 : Erevan – Gyumri – Saghmossavank – Erevan (260 km / environ 4h)

Départ pour la ville de Gyumri. Son nom a changé plusieurs fois au cours de sa longue histoire : d'abord appelée Kumayri, puis Alexandropol et Leninakan à l'époque soviétique, la ville a retrouvé son appellation actuelle de Gyumri en 1991. Deuxième plus grande ville d'Arménie, elle est la capitale de la province de Shirak. Au cours de cette visite, vous découvrirez notamment la maison-musée Dzitoghtsyan, qui abrite le musée d'Architecture et d'Ethnographie. Ici, vous apprendrez comment vivaient les Arméniens du 19<sup>e</sup> siècle et quelles étaient leurs coutumes, leurs mœurs et leurs traditions.

Déjeuner.

Route pour visiter le monument de l'alphabet arménien, érigé en 2005 à l'occasion du 1 600<sup>e</sup> anniversaire du pays. Poursuite de votre itinéraire vers le monastère de Saghmossavank (1215). Retour à Erevan.

Dîner dans un restaurant traditionnel. Nuit à l'hôtel.



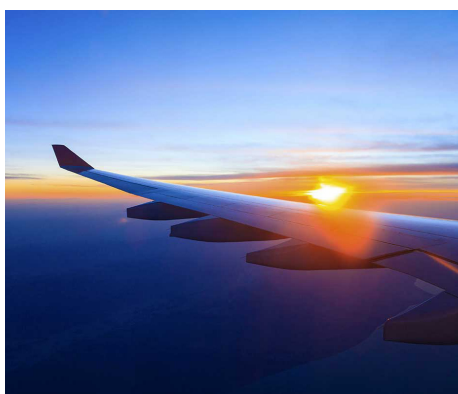
## Jour 11 : Erevan – Garni – Geghard – Erevan (90 km / environ 3h30)

Journée de visite autour de la capitale arménienne. Nichée derrière le mont Ararat, aux portes de la Russie, la ville d'Erevan est la capitale de l'Arménie depuis près d'un siècle. Découverte du Matenadaran, l'institut des manuscrits anciens, puis route pour le temple Garni et le monastère de Geghard. Le temple de Garni, aussi surnommé "temple du Soleil", est considéré comme un joyau de l'architecture hellénistique. La forteresse ancienne fut détruite par les Romains, puis restaurée par le roi Tiridate Ier en 77 apr. J.-C. Édifié sur un podium auquel on accède par des marches, le temple du Soleil est entouré de 24 colonnes. Son intérieur consiste en une salle dont la voûte comporte en son milieu une ouverture qui pourrait être liée au culte du dieu du Soleil, Mithra, adoré en Orient comme à Rome. Le monastère de Geghard et ses églises troglodytes, inscrits en 2000 au Patrimoine Mondial de l'UNESCO, sont l'un des hauts lieux spirituels de l'Arménie. Fondé au 4<sup>e</sup> siècle, le monastère s'appelait autrefois Aïravankle, "le monastère de la Grotte". Selon la tradition, il aurait abrité la relique de la sainte lance qui aurait traversé le Christ sur la croix.

Déjeuner en cours de visite.

Retour à Erevan.

Dîner et nuit à l'hôtel.



## Jour 12 : Erevan – France

Transfert matinal pour l'aéroport d'Erevan. Envol pour la France.

# INFORMATIONS PARTICULIÈRES

## Pension

Ce circuit inclut la pension complète du petit déjeuner du jour 2 au dîner du jour 11. Ces différents repas seront autant d'occasions de découvrir la cuisine locale, notamment lors des repas chez l'habitant. Cette cuisine locale se compose de saveurs différentes venues de diverses régions. Le repas commence généralement par des soupes aux légumes ou des soupes de pommes de terre avec des morceaux de viande. Les plats sont souvent composés de brochettes de viande (mouton, poulet ou bœuf) accompagnées de salades. Parmi les spécialités, on retrouvera principalement les raviolis de viande. Vous remarquerez également une influence russe dans les différents restaurants de la région.

## Encadrement/ accompagnement

La personne qui vous accompagne vous fera partager son goût du voyage et sera votre interlocuteur privilégié. Guide local francophone pendant tout le circuit, votre accompagnateur saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays.

## Niveau de difficulté

Aucune difficulté technique n'est à prévoir. Vos bagages (un par personne) seront acheminés à chaque étape dans les hôtels. Vous ne porterez que votre sac à dos de la journée avec vos effets personnels (appareil photo, protection solaire, etc.). On ne trouve de porteurs que dans les hôtels. Dans les communautés, chacun devra porter ses bagages.

## Transport

Ce circuit est réalisé en minibus ou en bus en fonction du nombre de participants.

# HEBERGEMENT

Voici les noms des hôtels prévus pour ce circuit. Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires de même catégorie (normes locales):

TBILISSI : Astoria 4\* (jours 1 à 3 puis jours 5 et 6)

TELAVI : Old Telavi Hotel 4\*

DILIJAN : Dilijan Resort 4\*

EREVAN : Imperial Palace Hotel 4\*

**La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage environ 15 jours avant le départ .**





NOUVELLES  
FRONTIÈRES



NOUVEAU

## Voyagez avec l'essentiel.

Billets d'avion, carnet de voyage, itinéraire détaillé...

Retrouvez tout votre voyage sur l'appli

**Nouvelles Frontières**



Téléchargez  
l'appli







# Arménie

## INFORMATIONS PAYS

**Décalage horaire : +2h en été.**

**Temps de vol : 5h15 sans escale.**

### Climat

Le climat de l'Arménie est tempéré, avec des étés chauds et des hivers froids.

Avec ce climat nettement continental, les températures affichent un écart important entre hiver et été, encore plus marqué en altitude élevée.

Les températures moyennes en été vont de 18 °C à 33 °C.

L'influence océanique favorise le climat au centre du pays, mais occasionne beaucoup de vent.

Le climat est plutôt plus humide au sud du pays, avec de la pluie.

### Histoire

Le christianisme est la religion d'État depuis plus de deux millénaires. L'Arménie subira de multiples invasions (turque, ottomane, perse, mongole) à partir du 11<sup>e</sup> et jusqu'au 20<sup>e</sup> siècle. Le pays en garde une empreinte toujours visible en matière de gastronomie, d'édifices, de religion ou encore de population, bien que Perses et Mongoles soient très minoritaires. Le génocide des Arméniens par les Turcs reste à ce jour l'événement le plus marquant de par son caractère récent (1915-1916) et sa portée mondiale par la suite. La France sera le premier pays à installer une ambassade à Erevan après l'indépendance du pays le 21 septembre 1991, qui fait suite à la fin de l'URSS et donc de la république socialiste soviétique d'Arménie née en 1920.

### Culture et religion

Les Arméniens se réclament en grande majorité de l'église apostolique arménienne. D'autres minorités s'y côtoient, comme les orthodoxes, les musulmans ou encore le judaïsme, qui existe à travers les "juifs des montagnes", les Tates.

### Langue

L'arménien est parlé par 93,4 % de la population. Le russe existe comme langue minoritaire.

### Monnaie

La monnaie arménienne est le dram.

### Voltage

Votre véhicule est équipé d'une prise 12 volts (type allume-cigares) et d'une prise de courant sur 220 volts. Pour les auberges et hôtels, prévoir un adaptateur pour prises anglaises en 220 volts (il n'est toutefois pas obligatoire, une petite astuce permettant de s'en passer).

### Les pourboires

Les pourboires, donnés en signe de remerciement, ne sont pas obligatoires mais sont toujours appréciés. Lorsque le service vous apporte satisfaction, il est d'usage de laisser un pourboire aux guide, accompagnateur, cuisinier et chauffeur logistique (prévoyez 3 à 5 € par jour et par personne).

# FORMALITÉS & SANTÉ

## FORMALITÉS ADMINISTRATIVES\*

- **Passeport en cours de validité** pour la durée du séjour.
- Pour un séjour inférieur à 6 mois, le visa n'est pas exigé.
- Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Les **mineurs** voyageant seuls, ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire.
- Nous vous recommandons de vous munir d'une copie papier recto-verso de vos certificats et formulaires ou de numériser ceux-ci sur votre propre adresse électronique.

## FORMALITÉS SANITAIRES

### Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

\*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

# BOUCLER SA VALISE

## Bagages

Prévoyez de préférence un sac souple de 20 kg maximum, ainsi qu'un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

## Chaussures

En toute saison, n'oubliez pas de vous munir de chaussures confortables et adaptées à la marche.

## Vêtements

Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics. Privilégiez des vêtements confortables, mais évitez les tenues trop légères, notamment lors des visites d'églises. Prévoyez également une veste et un pull pour le soir.

## Matériel

- Lunettes de soleil.
- Crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier).
- Une casquette ou un chapeau, et un foulard.
- Vos affaires de toilette personnelles.
- Petite pharmacie personnelle.



## POUR EN SAVOIR PLUS

### La vie en groupe

Pour faciliter les échanges et la convivialité, nous limitons la taille de nos groupes à 16 participants, et parfois moins. Néanmoins, vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Nos équipes s'occupent de tout, ainsi vous ne serez pas contraints d'effectuer les tâches collectives. Votre aide sera néanmoins appréciée et contribuera à renforcer vos liens avec vos accompagnateurs, guides et chauffeurs.

### Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages dans les meilleures conditions. Ainsi, l'eau est un bien précieux dans de nombreux pays, désertiques ou non : ne la souillez pas ! Pour ce faire, prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables. Les animaux que vous pouvez rencontrer dans la nature y sont chez eux : ne les dérangez pas et faites-vous discrets. Enfin, certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. En bref : ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

### Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont différemment perçues selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez et de créer avec elles des liens privilégiés. Là encore, les conseils de votre guide seront précieux ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. À titre d'exemple, il convient de demander sa permission à toute personne que vous souhaitez prendre en photo. Établir un contact préalable est le meilleur moyen qu'elle réponde favorablement. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout-va. Cela peut en effet inciter les enfants à mendier. Afin d'éviter ce genre de dérive, mieux vaut s'en remettre aux structures locales compétentes (pour faire un don à l'école, à l'hôpital, autorités locales, etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté, etc.) et à éviter les comportements exubérants.

### Recommandations

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter avec vous des objets de valeur. Si vous voyagez avec des chèques de voyage, pensez à noter leurs numéros préalablement et séparément. Il est aussi conseillé d'assurer votre matériel vidéo et photo.

Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité.

Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billet d'avions) dans votre chambre, votre bus ou au restaurant. Chaque fois que cela est possible, laissez-les plutôt dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Notre prestataire et nous ne saurions être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.



## Géorgie

# FORMALITÉS & SANTÉ

Décalage horaire : +2h en été.

Temps de vol : 5h15 sans escale.

4h30 sans escale.

### FORMALITÉS ADMINISTRATIVES\*

- **Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité** pour la durée du séjour.
- Pour un séjour en Géorgie inférieur à 1 an, le visa n'est pas exigé.
- Il est **obligatoire de souscrire un contrat d'assistance ou d'assurance** couvrant tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- **ATTENTION** : Les agents de police chargés des contrôles aux frontières peuvent vérifier l'objet du séjour, la possession de moyens de paiement suffisants pour couvrir sa durée, la souscription d'une assurance voyage ainsi que l'existence d'une réservation d'hôtel et d'un billet retour. Il convient donc de se munir de ces différents justificatifs avant votre départ.
- Pensez à vous munir également d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.
- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent présenter une autorisation de sortie de territoire.

### FORMALITÉS SANITAIRES

#### Vaccinations et/ou traitements conseillés :

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.
- **ATTENTION** : La réglementation géorgienne réprime sévèrement la détention et le trafic de stupéfiants ainsi que certains produits utilisés dans les traitements de substitution ou contre les douleurs importantes. Certaines substances contrôlées contenues dans des médicaments délivrés sur ordonnance en Europe ne sont pas autorisées à l'import par des particuliers en Géorgie. Ceci concerne notamment les benzodiazépines et les opiacés, dont fait partie la codéine. L'entrée avec ce type de médicaments pour usage personnel n'est tolérée que dans de strictes conditions, parmi lesquelles la possession d'un dossier complet à présenter en douane à l'arrivée.

\*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.



## INFORMATIONS PAYS

### Climat

Le climat géorgien, nettement continental, est tempéré avec des étés chauds et des hivers froids.

Les températures affichent un écart important entre hiver et été, tout particulièrement en altitude. En été, les températures moyennes varient de 18 °C à 33 °C.

L'influence océanique est favorable au climat du centre du pays, mais occasionne des vents importants.

Au sud du pays, le climat est plutôt plus humide et les pluies fréquentes.

### Culture et religion

Le christianisme orthodoxe est la religion largement majoritaire en Géorgie. Les Géorgiens affirment le caractère autocéphale de leur Église, sous la direction du catholicos de Tbilissi. Le pays compte également quelques communautés de vieux-croyants et de membres de la secte des doukhobors, ainsi que quelques communautés catholiques et assyriennes.

### Langue

Le géorgien est la langue officielle parlée en Géorgie.

### Monnaie

La monnaie géorgienne est le lari (GEL), qui se divise en 100 tetri. Pour connaître le taux de change actuel, consultez le site [www.xe.com](http://www.xe.com).

### Les pourboires

Les pourboires, donnés en signe de remerciement, ne sont pas obligatoires mais sont toujours appréciés. Lorsque le service vous apporte satisfaction, il est d'usage de laisser un pourboire aux guide, accompagnateur, cuisinier et chauffeur logistique (prévoir 3 à 5 € par jour et par personne).

### Voltage

Le véhicule à bord duquel vous voyagerez est équipé d'une prise 12 volts (de type allume-cigares) et d'une prise de courant sur 220 volts. En Géorgie, on utilise des prises de type C / F : vous n'aurez donc pas besoin d'un adaptateur.

## BOUCLER SA VALISE

### Bagage

Prévoyez de préférence un sac souple n'excédant pas 20kg, ainsi qu'un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

### Chaussures

En toute saison, n'oubliez pas de vous munir de chaussures confortables et adaptées à la marche.

### Vêtements

Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics. Privilégiez des vêtements confortables mais évitez les tenues trop légères, notamment lors des visites d'églises. Pensez également à emporter une veste et un pull pour le soir.

### Matériel

- Une paire de lunettes de soleil
- Une crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier)
- Une casquette ou un chapeau, ainsi qu'un foulard
- Vos affaires de toilette personnelle
- Une petite pharmacie personnelle

## POUR EN SAVOIR PLUS

### La vie en groupe

Pour faciliter les échanges et la convivialité, nous limitons la taille de nos groupes à 16 participants, et parfois moins. Néanmoins, vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Nos équipes s'occupent de tout, ainsi vous ne serez pas contraints d'effectuer les tâches collectives. Votre aide sera toutefois appréciée et contribuera à renforcer les liens avec vos accompagnateurs, guides et chauffeurs.

### Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages dans les meilleures conditions. Ainsi, l'eau est un bien précieux dans de nombreux pays, désertiques ou non : ne la souillez pas ! Pour ce faire, prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables. Les animaux que vous pouvez rencontrer dans la nature y sont chez eux : ne les dérangez pas et faites-vous discrets. Enfin, certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. En bref : ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

### Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont différemment perçues selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez et de créer avec elles des liens privilégiés. Là encore, les conseils de votre guide seront précieux ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. À titre d'exemple, il convient de demander sa permission à toute personne que vous souhaitez prendre en photo. Établir un contact préalable est le meilleur moyen qu'elle réponde favorablement. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout-va. Cela peut en effet inciter les enfants à mendier. Afin d'éviter ce genre de dérive, mieux vaut s'en remettre aux structures locales compétentes (pour faire un don à l'école, à l'hôpital, aux autorités locales, etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté, etc.) et à éviter les comportements exubérants.

### Recommandations

- Comme dans tout voyage, évitez d'emporter avec vous des objets de valeur. Si vous voyagez avec des chèques de voyage, pensez à noter leurs numéros préalablement et séparément. Il est également conseillé d'assurer votre matériel vidéo et photo.
- Emportez une photocopie de vos papiers d'identité ou téléchargez-les sur une plateforme de type Google Drive pour pouvoir y accéder depuis n'importe quel ordinateur.
- Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus ou un restaurant. Chaque fois que cela est possible, placez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nouvelles Frontières et notre prestataire ne sauraient être tenus pour responsables des conséquences d'éventuels vols ou pertes.