



## Sri Lanka

# Découverte du Sri Lanka

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 15/11/2024 au 31/10/2025 inclus**

**Nombre de participants :** Minimum : 3 / Maximum : 24

Rythme : **3/5** Histoire & culture : **4/5** Nature : **3/5** Enfants à partir de 10 ans



Après la découverte du Triangle culturel et de ses anciennes capitales royales, votre voyage au Sri Lanka vous plongera en pleine nature. Vous emprunerez la route du Thé vers Nuwara Eliya, dans les montagnes couvertes de théiers, pour redescendre dans les plaines du Parc National d'Udawalawe peuplé d'éléphants. Votre séjour se terminera sur la côte sud, dont vous pourrez profiter des plages.

### Les **INCONTOURNABLES** Nouvelles Frontières

- La visite des sites majeurs du triangle culturel, dont plusieurs sont classés au patrimoine mondial de l'UNESCO.
- Le temple troglodytique de Dambulla, le Rocher du Lion à Sigiriya, le temple de la Dent à Kandy.
- Le spectacle de danses traditionnelles avec démonstration de marche sur le feu.
- La balade en train dans la région du thé et la visite d'une plantation.
- Le superbe jardin botanique de Peradeniya.
- Le safari dans le parc d'Udawalawe, à la rencontre des éléphants.
- La découverte des magnifiques plages de la côte sud.
- Les nombreuses occasions de déguster les spécialités locales.



## Jour 1 : France – Colombo

Envol à destination de Colombo.

Nuit à bord.



## Jour 2 : Colombo – Negombo (15 km / environ 30 min)

Arrivée à Colombo.

Accueil à l'aéroport par votre guide et transfert à Negombo, village de pêcheurs de bord de mer connu pour son marché aux poissons et son port de pêche.

Déjeuner libre.

Installation à l'hôtel.

Dîner et nuit.



## Jour 3 : Negombo – Site archéologique d'Anuradhapura – Dambulla (230 km / environ 5h30)

Départ vers la région du triangle culturel.

Vous visitez le site archéologique majeur d'Anuradhapura, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Anuradhapura fut la première capitale du royaume cinghalais, fondée au 5<sup>e</sup> siècle avant J.-C. Le site, qui s'étend sur une dizaine de kilomètres, présente des temples, des bassins, des sanctuaires, des palais ainsi que des stūpas, ces grands dômes caractéristiques du bouddhisme.

Vous y verrez l'arbre Bo, le plus vieux du monde. L'arbre du Sri Maha Bodhi est issu d'une graine de l'arbre sous lequel Bouddha aurait reçu l'Illumination en Inde.

Route à travers la superbe campagne sri-lankaise et ses jolis petits villages.

Installation à l'hôtel pour 3 nuits.

Dîner et nuit.



## Jour 4 : Dambulla – Sigiriya et le Rocher du Lion – Dambulla (40 km / environ 2h30)

Vous visitez la forteresse de Sigiriya, du roi Kassapa Ier. Inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, cette citadelle antique est perchée à 200 m au sommet d'un rocher de pierre.

On peut y voir des fresques peintes à même la pierre, les "demoiselles de Sigiriya", qui représentent 21 bustes de jeunes femmes conservées intactes depuis 1 500 ans.

Au pied du rocher, d'énormes griffes de lion vous accueillent avant votre ascension. Et quelle fantastique vue que celle qui s'offrira aux plus courageux ayant atteint le sommet !

Déjeuner avec dégustation d'un plat typique sri-lankais, le "bonchi curry" (haricots verts au curry).

Visite d'une fabrique de batiks. Puis, en cours de route, petite balade dans une rizière.

Dîner au cours duquel vous goûterez au "curd", yaourt sri-lankais de lait de bufflonne accomodé de miel de palmier, et dégusterez la boisson locale, l'arrack, réalisée à partir de sève de cocotiers.

Retour à Dambulla et nuit à l'hôtel.



## Jour 5 : triangle culturel

Profitez de cette journée libre pour vous détendre à l'hôtel ou partir à la découverte de la ville à votre guise.

En option :

- Visite de Polonnaruwa, site archéologique classé au Patrimoine Mondial de l'UNESCO et capitale du pays du 11<sup>e</sup> au 13<sup>e</sup> siècle.

ou

- Safari dans un Parc National (Minneriya ou Hurulu Eco Park) où vivent de grands troupeaux d'éléphants\* dans leur milieu naturel, ainsi que de nombreux oiseaux.

Déjeuner libre.

Dîner et nuit à l'hôtel.

\* : les éléphants se déplacent librement, il n'est pas garanti d'en voir.



## Jour 6 : Dambulla – Matale et son jardin d'épices – Kandy

(110 km / environ 3h)

Visite de Dambulla, haut lieu de pèlerinage au Sri Lanka.

Ce monastère rupestre abritant 5 sanctuaires est particulièrement remarquable pour ses peintures murales bouddhiques aux couleurs flamboyantes, couvrant 2 100 m<sup>2</sup>, et par ses 157 statues représentant Bouddha dans toutes les positions.

Visite d'un jardin d'épices à Matale, offrant toutes les variétés indigènes d'épices. Après quelques explications sur leur culture et leurs vertus, vous dégusterez du thé aux épices et profiterez d'un court massage avec des produits naturels.

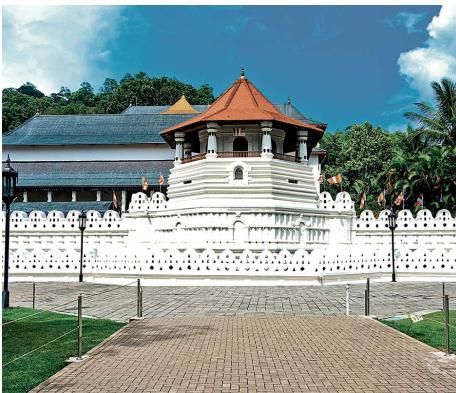
Déjeuner dans le jardin avec dégustation d'un plat sri-lankais typique, le "parippu curry" (lentilles au curry).

Poursuite vers Kandy, dernière capitale historique du royaume, cœur spirituel et culturel du pays.

Le soir, spectacle de danses traditionnelles kandines et démonstration de marche sur le feu.

Installation à l'hôtel pour 2 nuits.

Dîner et nuit.



## Jour 7 : Kandy – Jardin botanique de Peradeniya – Temple de la Dent – Kandy (25 km / environ 40 min)

Le matin, vous découvrirez à pied le marché local du centre de Kandy avec un temps libre pour effectuer quelques achats dans les nombreuses échoppes offrant soieries, artisanat local, bijoux, vannerie, masques et ombrelles.

Visite d'une manufacture de taille de pierres précieuses et d'un centre d'artisanat.

Déjeuner libre.

Après manger, direction Peradeniya pour la visite de l'un des plus beaux jardins botaniques au monde.

Lors de sa création en 1370, il constituait le parc du palais royal. Sur 60 hectares, il abrite aujourd'hui, entre autres, une superbe collection d'orchidées et une belle allée de palmiers plus que septuagénaires, plantés en 1950.

On pourra également y admirer un gigantesque figuier de Java, vieux de 140 ans, ainsi que toute la flore emblématique des pays tropicaux : des arbres à boulets de canon, des palmistes, des palmiers à cocos de mer, dont le fruit pèse jusqu'à 20 kilos, des bambous géants ou encore des arbres à caoutchouc d'Assam.

De retour à Kandy, visite du temple de la Dent qui abrite la fameuse relique de la dent de Bouddha, très convoitée durant l'histoire du royaume cinghalais. Ce haut lieu religieux visité par des centaines de milliers de pèlerins est inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Dîner et nuit à l'hôtel.



## Jour 8 : Kandy – Route du thé – Ramboda (55 km / environ 2h)

En empruntant la fameuse route du thé, découvrez des plantations d'un vert tendre qui ondulent à perte de vue, offrant un paysage caractéristique d'une grande beauté.

Visite d'une manufacture et d'une plantation, suivie d'une dégustation. Vous comprendrez le procédé de fabrication du thé et la différence entre les thés noir, vert et blanc. Le climat de cette région montagneuse est propice au thé, mais également aux cultures maraîchères.

Déjeuner.

Balade digestive dans les plantations, à la rencontre des cueilleuses\* qui perpétuent la cueillette du thé à la main.

On doit aux Anglais le remplacement de la culture du café par celle du thé dans les années 1880. C'est alors un certain Sir Thomas Lipton qui contribua à donner au "thé de Ceylan" sa renommée mondiale.

À Ramboda, installation à l'hôtel Ramboda Falls 3\*. Situé non loin d'une très belle cascade, l'établissement offre une jolie vue sur les montagnes de thé.

Dîner et nuit.

\* : les cueilleuses ne travaillent pas le dimanche



## Jour 9 : Ramboda – Nuwara Eliya – Temple de Dowe – Udawalawe (160 km / environ 4h)

Après le petit déjeuner, route vers Nuwara Eliya, qui a su conserver son charme britannique. Promenade dans la célèbre station climatique créée par les Anglais. Installée à 1 900 m d'altitude, elle est située dans une vallée au pied du mont Pidurutalagala (2 520 m), le plus haut sommet du Sri Lanka. Ici, la fraîcheur de l'été tranche avec la chaleur qui enveloppe le reste de l'île.

Départ pour un trajet en train\* jusqu'à Ambewela. Une belle occasion de vous immerger dans la vie des Sri-Lankais !

Déjeuner.

Traversée de magnifiques panoramas donnant sur les plantations de thé.

Visite du temple rupestre de Dowe, abritant une statue colossale de Bouddha, puis découverte de la chute d'eau Rawana.

Poursuite vers le sud.

Très vite, le paysage change en descendant dans les plaines jusqu'à Udawalawe.

Installation dans un éco-lodge. Situé en pleine campagne, au bord de la rivière, il est constitué de bungalows mi-tentes, mi-durs avec ventilateur. Profitez de la piscine pour vous rafraîchir. Dîner et nuit à l'éco-lodge.

\* : ce trajet de 50 minutes peut être annulé ou reporté pour cause de retard, d'annulation de train ou de trop forte affluence. Les places assises n'étant pas garanties, vous pourriez voyager debout.

## Jour 10 : Udawalawe – Mirissa – Galle – Région balnéaire

(280 km / environ 6h)

Visite du Parc National d'Udawalawe, zone d'habitat naturel des éléphants\*, en véhicule 4 x 4.

La création du réservoir de la rivière Walawe a doté les pachydermes d'un immense abreuvoir. Le parc, qui occupe une surface de 30 800 hectares, compte plus de 500 éléphants regroupés en troupeaux d'une cinquantaine d'individus. Les balades au sein du parc permettent également de découvrir une faune et une flore variées. Il abrite notamment une importante population d'oiseaux, parmi lesquels des paons et des petits guêpiers, ainsi que des mangoustes, des crocodiles, des varans et une trentaine d'espèces de serpents.

Déjeuner.

Route vers la côte sud et ses magnifiques plages, avec un arrêt au village de pêcheurs de Mirissa.

Poursuite de l'itinéraire pour Galle et visite de la ville. À la pointe sud de l'île, au carrefour des routes maritimes du commerce des épices et des pierres précieuses, celle-ci fut très convoitée par les Européens. Fondée par les Portugais au 16<sup>e</sup> siècle, elle a miraculeusement conservé les bastions de son rempart de granit.

Installation à l'hôtel pour 2 nuits, en bord de mer.

Dîner et nuit.

\* : les animaux se déplacent librement, il n'est pas garanti d'en voir.



## Jour 11 : région balnéaire

Journée libre de détente à l'hôtel, sans votre guide.

C'est l'occasion d'explorer les environs à votre rythme, de faire vos derniers achats de souvenirs ou simplement de profiter de la plage.

Déjeuner libre.

Dîner et nuit à l'hôtel.



## Jour 12 : région balnéaire – Colombo – France (160 km / environ 2h)

Journée et repas libres (chambre à disposition jusqu'au transfert pour l'aéroport pour le programme sans extension Maldives uniquement).

Transfert pour l'aéroport en soirée.

Envol pour Paris et nuit à bord.



## Jour 13 : arrivée en France

**À noter :** l'intérieur de certains temples n'est pas accessible aux non-hindous, ainsi que lors de certaines fêtes, jours fériés et jours de congés locaux.

Lors des visites de sites religieux, une tenue correcte est demandée : il est souvent obligatoire de se déchausser (le port de chaussettes est conseillé pour se protéger des insectes et de la chaleur) et de porter des vêtements couvrant les épaules et les genoux, aussi bien pour les femmes que pour les hommes.

Pendant les jours de pleine lune et les jours fériés, les hôtels ne servent pas d'alcool.

À Udawalawe, votre éco-lodge de charme est constitué de bungalows mi-tentes, mi-durs. La beauté des paysages et l'authenticité des lieux compensent la simplicité de l'hébergement et des infrastructures.

À certaines dates, ce circuit peut être regroupé, pour les 8 premiers jours, avec les participants du programme "Trésors du Sri Lanka".

Important : maximum 28 personnes sur les départs du 12/12 et 26/12/2025

# EXTENSION(S) OPTIONNELLE(S)

## Extension balnéaire aux Maldives • 4 nuits

LKACT10M

Prolongez votre séjour et profitez-en pour découvrir ou redécouvrir les magnifiques plages des Maldives.

Relaxez-vous, nous nous occupons de tout :

- les vols Colombo/Male A/R
- les transferts aéroport/hôtel A/R
- les 4 nuits en chambre double standard "beach front" et en formule tout inclus à l'hôtel **Bandos Island Resort 4\*** (ou similaire).

Niché au cœur d'une nature luxuriante, le Bandos Maldives se situe sur une île privée, au nord de Malé, entre 10 à 15 minutes de transfert en bateau rapide depuis l'aéroport (selon les conditions météorologiques).

Ses 80 chambres "beach front", spacieuses (env. 38<sup>m²</sup>), avec une petite terrasse donnant sur le jardin ou la plage, sont climatisées. Elles disposent d'un mini bar, d'un coffre-fort, d'une salle de bains avec baignoire, d'un sèche-cheveux, de la TV satellite, du téléphone, du wifi (gratuit) et d'un nécessaire thé/café. L'hôtel vous propose : 4 restaurants de spécialités (dont un snack sur la plage) et 2 bars, ainsi qu'une piscine, 1 spa, un centre nautique, une salle de sport et d'aérobic, un court de badminton, des courts de tennis et de squash, du tennis de table, un centre PADI, des boutiques, un centre médical...

(Cette extension n'est proposée qu'à certaines dates et en dehors des fêtes de Noël et du jour de l'an)

**A NOTER :** en raison de travaux de rénovation, le restaurant Gallery est fermé jusqu'au 28/02/2025 inclus. Le service est assuré au restaurant Seebreeze.



## INFORMATIONS PARTICULIÈRES

Pendant les jours de pleine lune et les jours fériés, les hôtels ne servent pas d'alcool.

En raison d'événements spéciaux (conditions météorologiques, jours de fermeture de certains sites ou monuments, état des routes et autres situations imprévisibles), certaines étapes pourront être modifiées.

Les horaires pouvant changer, nous nous réservons le droit de modifier l'itinéraire de votre circuit et ne pourrons en être tenus responsables.

Bien que le rythme des visites ait été étudié au mieux pour allier découverte et confort, les aléas liés aux transports peuvent rendre certaines étapes très longues.

### REPAS

**Pension complète** à l'exception de 6 repas : le déjeuner des jours 2, 5, 7, et 11, et le déjeuner et le dîner du jour 12.

**L'extension aux Maldives** n'est proposée qu'à certaines dates et en dehors des fêtes de Noël et du jour de l'an.

# ACTIVITES OPTIONNELLES A REGLER SUR PLACE

Les excursions optionnelles du programme sont à réserver et à régler sur place en espèces (dollars, euros ou roupies - **les cartes bancaires ne sont pas acceptées**).

Les tarifs sont donnés à titre indicatif et susceptibles de changer sans préavis.

Un minimum de personnes est requis selon l'excursion.

**Jour 5 :**

- **Visite de Polonnaruwa** : 60 \$US par personne (minimum 6 pers.) hors repas (le prix inclut les frais d'entrée + le transport).  
ou
- **Safari dans un Parc National** (Minneriya ou Hurulu Eco Park selon la présence d'éléphants) : entre 35 \$US et 65 \$US par personne (minimum 6 pers.) hors repas (le prix inclut les frais d'entrée + le transport).  
ou
- **Découverte du village d'Hiriwaduna** : 20 \$US par personne (minimum 4 pers.) hors repas.

## VOS HÉBERGEMENTS

Voici les noms des hôtels prévus pour ce programme.

Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous héberger dans des hôtels de catégorie et au confort similaires.

La classification des hôtels est donnée en normes locales.

**Negombo** : Rani Beach Hotel 3\* ou Earls Regent 3\* ou similaire

**Dambulla** : Cassandra Culture Resort 3\* sup. ou Pinthaliya Resort 3\* ou Pelvehera Village Resort 3\* ou similaire

**Kandy** : Ganga Addara Hotel 3\* ou Oakray Regency3\* ou Senani Hotel 3\* ou similaire

**Nuwara Eliya** : Ramboda Falls Hotel 3\* ou similaire

**Udawalawe** : Atghira River Camp ou similaire

**Région balnéaire** : Koggola Beach 3\* ou similaire

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

**Hôtels :**

l'enregistrement dans la plupart des hôtels s'effectue à partir de 15 h. Les clients seront sujets à la disponibilité de la chambre.

En cas d'arrivée à l'avance, attendre dans le hall de l'hôtel.

Les chambres triples sont composées d'un lit double et un lit d'appoint ou canapé-lit.



NOUVELLES  
FRONTIERES



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





Sri Lanka

## FORMALITÉS & SANTÉ

Décalage horaire : +4h30 en hiver, +3h30 en été

Temps de vol : +/- 10h30 sans escale, +/- 13h avec escale

### FORMALITÉS ADMINISTRATIVES\*

- Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de votre retour. Vous devrez être en mesure de présenter un billet de retour et un justificatif de ressources pour la durée du séjour.
- Visa, ETA <https://www.eta.gov.lk/slvisa/> obligatoire payant (50 USD à ce jour).
- Il est vivement recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (chirurgie, hospitalisation, etc.) et de rapatriement sanitaire, au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.
- 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.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

### FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Traitement anti paludéen pour certaines régions.
- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

### CIRCUITS EXTENSION MALDIVES

Information importante en cas de séjour avec extension aux Maldives :

- Formulaire de déclaration en ligne obligatoire sur le site : <https://imuga.immigration.gov.mv/traveller> au plus tôt 96 heures précédant le vol, à l'aller et au retour des Maldives.
- Fournir une preuve de contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (chirurgie, hospitalisation, etc.)
- L'importation de matériel de vapotage et de ses pièces détachées est interdite aux Maldives.

\*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

### Monnaie

Au Sri Lanka, la monnaie locale est la roupie cinghalaise.

Vous aurez la possibilité de changer vos euros ou dollars en arrivant à l'aéroport, dans les hôtels ou dans les nombreux bureaux de change que l'on trouve en ville. Certaines banques ont des distributeurs automatiques (ATM) à Colombo, Kandy, dans les stations balnéaires ou dans les endroits touristiques. Certains achats plus conséquents peuvent en outre être réglés par carte de crédit. Pour connaître le taux de change actuel, consultez le site : [www.xe.com](http://www.xe.com).

Aux Maldives, euros et dollars américains sont acceptés sur les îles et dans les hôtels.

### Savoir-vivre et coutumes

Attention, durant le nouvel an nouddhique (Songkran), Poya (chaque jour de pleine lune) et autres fêtes religieuses, certaines activités sont susceptibles d'être annulées ou modifiées : cueilleuses dans les plantations de thé, pêcheurs sur échasse, trajet en train.

Par ailleurs, l'intérieur de certains temples n'est pas accessible aux non-hindous et lors de certaines fêtes, jours fériés et jours de congé locaux.

### Langue

Les trois quarts de la population sri lankaise parlent le cinghalais. Près de 20 % des habitants parlent le tamoul, essentiellement dans le nord de l'île. L'anglais, parlé couramment par 20 % de la population, est généralement pratiqué dans les hôtels.

## INFORMATIONS CIRCUIT

### Bon à savoir

Le guide ne reste pas avec les clients durant les journées libres, pendant les extensions ou lors des dernières nuits dans les hôtels balnéaires du circuit.

### Encadrement / Accompagnement

Les clients d'un circuit sont toujours accompagnés d'un guide local, parlant français et ayant une large expérience. Il se fera un plaisir de vous faire aimer le pays et connaître sa culture, ses habitants et ses habitudes.

(Cette information ne s'applique pas aux circuits privés "L'île Emeraude" et "Nature et Temple du Sri Lanka".)

### Transport

Le circuit est effectué à bord d'un autobus ou d'un minibus climatisé, adapté à la taille de groupe.

### Hébergement

Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger à certains endroits, dans des hôtels similaires et de catégorie similaire à ceux mentionnés dans votre programme. La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ.

**Nuits en hôtels :** les chambres sont composées de deux lits séparés ou d'un grand lit. La chambre triple est généralement une chambre double avec un lit d'appoint.

### Niveau de difficulté

Niveau faible pour l'ensemble de nos programmes.

Vos bagages seront acheminés à chaque étape dans les hôtels. Vous devrez néanmoins être vigilants à ce qu'ils soient bien disposés dans le porte-bagages du bus. Notez également que le port du bagage du bus à la chambre n'est pas inclus.

## VENTE DE CIRCUIT SANS LES VOLS DU FORFAIT

La vente de la prestation terrestre au Sri Lanka sans les vols internationaux et/ou domestiques du package, ou avec un retour différé, est possible sur certains programmes.  
(sur demande, nous consulter).

Nous vous conseillons d'opter pour un vol aller avec une arrivée dans la matinée, et un vol retour avec un décollage en milieu ou en fin d'après-midi.

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Climat

Le climat de l'île, située entre tropiques et équateur, est tropical. Les températures y sont élevées toute l'année, mais il fait plus chaud sur les côtes qu'en altitude.

La température moyenne est de 27 à 28 °C à Colombo et de 20 °C à Kandy.

L'île est en outre soumise à un régime de mousson, avec une alternance de saisons humides et de saisons sèches. Le phénomène "bascule" entre le côté nord-est et le côté sud-ouest. La première mousson touche la zone sèche du nord et de l'est en décembre-janvier, tandis que la seconde affecte la colline du centre ainsi que les côtes du sud et de l'ouest de mai à juillet. Le temps est ensoleillé et l'air saturé d'humidité, avec des pluies d'orage tropicales dans l'après-midi et en fin de journée.

L'intersaison, en octobre-novembre, occasionne des averses et des orages brefs n'importe où dans le pays, à la végétation luxuriante, mais toujours en fin de journée ou dans la nuit.

### Restauration et nourriture

Durant les circuits, les repas sont pris la plupart du temps dans des restaurants. Certains d'entre eux ne servent pas d'alcool.

Les petits déjeuners sont servis avec thé ou café, toasts, œufs, beurre et confiture. Les déjeuners et les dîners consistent soit en un buffet, soit en un service à table, le plus souvent avec un repas cinghalais au menu.

Au Sri Lanka, la cuisine est essentiellement basée sur le riz et le curry, le plus souvent accompagnés de légumes, de poisson, de poulet ou de fruits de mer. On y mange également des lentilles au curry. Beaucoup de plats sont en outre agrémentés d'épices, de piment et de noix de coco.

En dessert, vous pourrez apprécier les fruits de saison : banane, noix de coco, ananas, papaye, mangue...

**Il convient de ne jamais boire l'eau du robinet.**

### Pourboires

Les pourboires, employés en signe de remerciement, ne sont pas obligatoires mais ils sont toujours appréciés. Si le service vous apporte satisfaction, il est d'usage de laisser un pourboire au guide/accompagnateur et au chauffeur ou chauffeur-guide ainsi qu'aux guides locaux.

Prévoir environ 5 € par jour et par personne. Prévoyez également de petits pourboires pour les bagagistes des hôtels, les garde-chaussures, le personnel des toilettes, les rameurs ou encore les conducteurs de rickshaws, 4 x 4 et cyclopousses (1 à 2 € par personne environ).

### Photos

Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de recharge et votre chargeur.

Un filtre UV permettra de protéger efficacement votre objectif.

Dans certains endroits, les photos sont interdites : merci de respecter scrupuleusement les consignes à ce sujet, afin d'éviter tout désagrément.

## BOUCLER SA VALISE

**Soucieux de réduire l'impact des voyageurs sur l'environnement, nous limitons autant que possible l'usage de bouteilles d'eau en plastique. Nous vous conseillons d'emporter une gourde que vous pourrez remplir sur place. Merci pour votre action à nos côtés.**

### **Bagages**

Prévoyez une valise à roulettes et sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

Le port des bagages du bus à votre chambre n'est pas inclus.

### **Vêtements**

Prévoyez des vêtements clairs et légers, idéalement en coton, ainsi qu'une petite veste et un vêtement de pluie (en période de mousson).

Une tenue correcte est exigée dans tous les lieux publics et religieux.

Emportez également une tenue d'été pour vous changer à l'arrivée à l'aéroport et commencer directement les visites.

Enfin, optez pour des chaussures faciles à enlever et à remettre, la visite de la plupart des temples se faisant pieds nus.

### **Matériel**

- lunettes de soleil.
- crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier)
- casquette ou chapeau et foulard
- serviette de bain et affaires de toilettes personnelles
- petite pharmacie personnelle.

## VOYAGE ET PARTAGE

### **La vie en groupe**

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté, aussi certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est notamment nécessaire d'être ponctuel aux rendez-vous donnés par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent en effet remettre en cause l'organisation des visites prévues et pénaliser injustement le reste des participants.

### **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 !

Si malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons d'en faire part à votre agence.

Soucieux de réduire l'impact des voyageurs sur l'environnement, nous limitons autant que possible l'usage de bouteilles d'eau en plastique. Nous vous conseillons d'emporter une gourde que vous pourrez remplir sur place. Merci pour votre action à nos côtés.

### **Vos rencontres**

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discréction 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, au chef du village, 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.

Assurez votre matériel vidéo et photo avant le départ.

Si vous prenez une partie de votre budget en chèques de voyage, prenez soin de noter séparément leurs numéros.

Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité ou, idéalement, déposez une copie de vos papiers sur une plateforme de stockage numérique accessible depuis n'importe quel ordinateur ou smartphone.

Enfin, ne laissez jamais vos objets de valeur (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 de tels vols ou pertes.