



Circuit accompagné

Objectif révolution écologique avec Franck Vogel

Inde (Rajasthan)

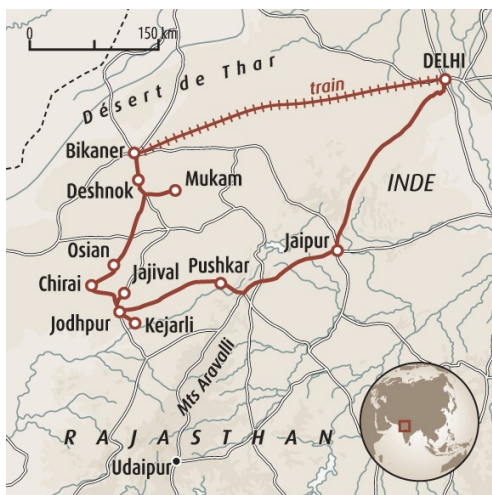
10 Jours / Niveau  / Altitude  / code : IND528

groupe : 5 à 10 personnes



vous apprécierez :

- Notre accompagnateur Franck Vogel, photographe et ami des Bishnoïs
- Le festival de Mukam, au cœur du désert du Thar
- Un groupe limité à 10 personnes
- Le Rajasthan, Jodhpur et Pushkar
- Les hébergements de charme à certaines étapes
- Les frais et démarches de visa offerts



Franck Vogel, photographe journaliste, nous emmène au cœur du Rajasthan à la rencontre des Bishnoïs. Porte-parole de ceux que l'on surnomme « les premiers écologistes du monde », il nous ouvre les portes de cette communauté à l'occasion du festival de Mukam. À ses côtés, nous rencontrons des acteurs emblématiques de la cause bishnoï, dont Khamu Ram et Rana Ram, tous deux écologistes dans l'âme. Nous célébrons le festival avec les quelque 500 000 pèlerins venus honorer le prophète Jambheshwar, fondateur de la philosophie de vie bishnoï. Un privilège rare et une expérience intense. Nous découvrons les hauts lieux de commémoration de la lutte bishnoï, les sublimes temples jains de la région, l'incontournable ville bleue de Jodhpur et la ville sainte de Pushkar. Un voyage unique.

Infos techniques

Activités

Découverte, Rencontres

Hébergements

en boutique-hôtel (3), sous tente (3), en haveli (2), en avion (2), en hôtel (1), sous tente avec lit (1)

Transferts

Véhicule privatisé

Itinérance

Itinérant

Itinéraire

JOUR 1 : Delhi - Bikaner (train)

Arrivée à Delhi. Installation dans un hôtel à proximité de l'aéroport pour profiter d'un temps de repos (en cas d'arrivée dans la nuit du jour 1 au jour 2, Terres d'Aventure prend en charge le supplément pour une nuit supplémentaire à Delhi).

Fraîchement arrivés à Delhi, nous prenons un train pour Bikaner, ancien comptoir commercial sur la route de la soie. En fin de journée, nous découvrons l'ambiance authentique de la vieille ville en déambulant à travers le dédale de ruelles étroites qui conservent secrètement de sublimes havelis, ces demeures typiques du Rajasthan ornées de peintures murales. Si le temps le permet, nous nous rendons au fort de Junagarh, construit au 16^e siècle par le raja Rai Singh, souverain de Bikaner. Ce soir, nous logeons dans l'un des havelis de la vieille ville, pour une nuit hors du temps.

Nuit en haveli.

Transfert : Véhicule privatisé, entre 1 heure 30 et 2 heures .

JOUR 2 : Bikaner - Deshnok - Mukam

Nous partons pour Deshnok, connue pour le « temple des Rats » de Karni Mata. Selon la légende, Karni Mata, incarnation de Durga, aurait demandé à Yama, dieu de la Mort, de rendre la vie à des conteurs. Face à son refus, il aurait réincarné les conteurs en rats, sans âme humaine à livrer à Yama. Aujourd'hui, des milliers de rats occupent le temple de marbre blanc. Nous partons ensuite pour Mukam où se tient le festival annuel bishnoï honorant le leader Jamboji. Au 15^e siècle, il édicta dans la région 29 règles. "Bishnoï" signifiant 29, ces règles sont devenues la base de leurs préceptes et de leur religion. Nous nous installons dans notre campement pour 3 nuits.

Nuit sous tente.

Transfert : Véhicule privatisé, entre 3 heures et 3 heures 30.

JOUR 3 et JOUR 4 : Festival de Mukam

La veille du festival, les pèlerins commencent à affluer, marquant le début des premières festivités. On reconnaît ici et là les prêtres avec leurs tenues orange. Petit à petit, des prières s'animent autour de deux feux sacrés, érigés à deux pas du temple principal, où repose le prophète. Tous viennent déposer des offrandes de ghee et de noix de coco et s'asperger d'eau sacrée. Les saris des femmes sont chatoyants. Couleurs cumin, safran, orang ou or tandis que les hommes arborent des tuniques et des turbans d'un blanc très pur. Le jour 5 marque le premier jour du festival et son apogée. Nous suivons et assistons Khamu Ram tout au long de la journée dans ses démarches de lutte contre la pollution. Nous rejoignons la dune où Jamboji fonda la communauté. Symboliquement, du sable y est déposé. Des dunes sont construites par la main de l'homme pour former de grandes barrières naturelles. Elles arrêtent les vents, protègent la végétation, et empêchent le désert de prendre possession de la vie humaine, animale ou végétale. C'est ici que Khamu Ram commença sa lutte contre la pollution plastique en 2005. Avec ses fidèles, il continue de sensibiliser les pèlerins avec son mégaphone, ses poubelles et banderoles. Nous nous rendons également au lieu de naissance du prophète, situé à proximité.

Nuit sous tente.

JOUR 5 : Mukam - Osian

Nous quittons Mukam pour continuer notre route vers Osian, un important centre marchand du VIII^e au XII^e siècle. L'intérêt de cette ancienne ville du désert du Thar reste ses sublimes temples finement sculptés, érigés par les jains, cette communauté religieuse qui base ses fondements sur la non-violence et de nombreuses pratiques ascétiques. Nous découvrons notamment deux des plus beaux temples de la ville : le temple de Mahavira et le temple hindou de Sachiya Mata. Ce soir, nous rejoignons notre camp de tentes aménagées au cœur du désert.

Note : la visite d'Osian pourra être décalée au lendemain.

Nuit sous tente avec lit.

Transfert : Véhicule privatisé, entre 4 heures et 4 heures 30.

JOUR 6 : Osian - Chirai - Jodhpur

Route pour Chirai, le village de Rana Ram, acteur majeur du voyage impliqué dans la reforestation du désert. Il nous présente sa philosophie et le combat de sa vie : planter des arbres dans la région et sensibiliser les générations futures à sa cause. Nous continuons notre route vers Jodhpur, la « ville bleue », blottie au pied de son énorme forteresse de grès rouge. Son surnom lui vient des grands quartiers de brahmanes, aux maisons peintes en bleu et en violet. L'atmosphère mystérieuse qui s'en dégage y est magique. Nous nous installons dans notre hébergement, un beau bâtiment historique plein de charme construit en 1920.

Nuit en boutique-hôtel.

Transfert : Véhicule privatisé, entre 2 heures 30 et 3 heures .

JOUR 7 : Jodhpur - temple de Kejarli - Jodhpur - temple de Jajival

Nous découvrons Jodhpur : son majestueux fort, l'un des plus beaux du Rajasthan, ses ruelles bleutées, ses temples cachés, ses marchés aux douces odeurs de cumin ou de muscade... Nous nous rendons ensuite au temple Kejarli, haut lieu de commémoration de la lutte bishnoï, qui rend hommage aux 363 victimes qui ont donné leur vie au XVIII^e siècle pour s'opposer à l'abattage de leur forêt par les soldats du maharadja de Jodhpur. En fin de journée, nous partons visiter le temple bishnoï de Jajival en compagnie de Khamu Ram. Ici, les gazelles ont pour habitude de venir manger près du temple au coucher du soleil.

Nuit en boutique-hôtel.

Transfert : Véhicule privatisé, entre 3 heures 30 et 4 heures .

JOUR 8 : Jodhpur - Pushkar

Départ vers Pushkar, haut lieu de pèlerinage pour les hindous. La ville s'étend autour de son lac sacré, où les dévôts viennent s'adonner à des baignades ou à des prières dans l'un des 400 temples de la cité. Pushkar s'empreint alors d'une atmosphère envoûtante et mystique, unique au Rajasthan. Nous déambulons dans la ville et nous

laissons porter par sa douce ambiance. Notre étape est l'occasion de percer les secrets de la gastronomie indienne avec un cours de cuisine. Ce soir, nous séjournons dans un établissement historique situé sur les berges du lac. Un palais construit par le maharaja de Kishangarh, il y a près de 400 ans.

Nuit en boutique-hôtel.

Transfert : Véhicule privé, entre 5 heures et 6 heures .

JOUR 9 : Pushkar - Jaipur

Le matin, fin des visites qui n'auraient pas pu être effectuées la veille. Puis, nous prenons la route en direction de Jaipur, capitale du Rajasthan. Nous découvrons les merveilles de la "ville rose" : le palais du Maharajah, le Hawa Mahal ou "palais des vents", une façade baroque d'où les femmes de la cour pouvaient observer les défilés et parades sans être vues. Si le temps le permet, nous visitons également Jantar Mantar, l'observatoire de Jai Singh II, construit par ce prince passionné d'astronomie.

Nuit en haveli.

Transfert : Véhicule privé, entre 2 heures et 2 heures 30.

JOUR 10 : Jaipur - Delhi

Fin des visites qui n'auraient pas pu être effectuées la veille. Puis route de retour vers Delhi. En fonction du temps, début des visites de la ville.

Nuit en hôtel.

Transfert : Véhicule privé, entre 4 heures et 4 heures 30.

IMPORTANT ITINÉRAIRE

- Lors de fêtes et d'événements religieux en Inde, une partie de notre itinéraire pourra être modifié en fonction des impératifs locaux et de l'évolution des événements sur place. L'itinéraire sera adapté par notre accompagnateur Franck Vogel.
- Certains endroits religieux sont interdits aux non-hindous. Nous vous demanderons de respecter les consignes locales.
- Nous vous demanderons également de ne pas photographier ou filmer les lieux et personnes dans certains endroits. Franck Vogel pourra vous indiquer les lieux où les photographies sont autorisées. De manière générale, nous vous conseillons de toujours demander l'autorisation aux personnes que vous souhaitez prendre en photo.
- Les impératifs locaux : retards de train ou de bus, fêtes et jours fériés, ouverture des musées ou sites visités, conditions météorologiques locales, ... peuvent nous amener à modifier l'itinéraire sur place.
- Le début et la fin du programme pourront être ajustés en fonction des horaires des vols internationaux.

VOTRE VOYAGE

Niveau de difficulté physique

Découverte des activités. Balade de quelques heures. Accessible à tous

Vous pourrez trouver toutes les explications en cliquant ici : [Voir descriptif des niveaux](#)

Altitude

Moins de 1500 mètres

Environnement

Patrimoine et Nature,

Hébergement

Les hébergements de ce voyage ont été sélectionnés avec soin pour vous faire ressentir au mieux les différentes ambiances des étapes de notre parcours. Pendant notre voyage, nous logeons en havelis, en palais, sous tente, dans un campement aménagé... des lieux typiques et atypiques, pour une expérience unique.

Delhi (à l'arrivée) : Hôtel Ashok Country Resort ou similaire

Situé à proximité de l'aéroport, nous disposons d'une chambre dès notre arrivée à Delhi en cas d'arrivée dans la nuit du jour 1 au jour 2. L'hôtel dispose de chambres confortables, toutes avec salle de bain privée (eau chaude), climatisation et wifi.

<https://ashokcountryresorts.com/>

Bikaner : Bhanwar Niwas ou similaire

C'est un haveli plein de charme que nous avons sélectionné pour notre nuit à Bikaner. En plein cœur de la ville, il fut construit pour la famille Rampuira, qui fit fortune dans le textile et l'immobilier. L'établissement, qui date de 1927, témoigne du savoir-faire des artisans de Bikaner. Les 25 chambres du haveli sont toutes différentes, mais chacune a une salle de bain privée (eau chaude) et la climatisation. Restaurant de cuisine végétarienne, wifi dans les parties communes.

<http://bhanwarniwas.com/>

Mukam : nuits sous tente (confort sommaire)

Pendant le festival de Mukam, nous dormons trois nuits en campement. Des tentes (deux personnes par tente) seront équipées d'un matelas et d'un duvet. De l'eau chaude pour la toilette sera fournie, et nous disposons d'une tente "salle de bain" et d'une tente "toilettes". Une tente est également prévue pour la cuisine. Le matériel de cuisine, les couverts, bols et assiettes sont fournis. L'expérience vécue pendant le festival nous fait oublier le confort sommaire de ces nuits.

Osian : campement fixe

En plein cœur du désert, nous logeons une nuit dans le campement d'Osian, composé de 14 grandes tentes, aménagées avec des lits et des salles de bain privées (eau

chaude) pour plus de confort. Electricité disponible (générateur).

www.osianresortcamps.com

Jodhpur : Ratan Vilas ou similaire

Cet établissement se situe à moins de 2 kilomètres de la gare de Jodhpur. Construit en 1920, ce beau bâtiment historique plein de charme offre des chambres avec air conditionné, salle de bain (eau chaude). Jardin avec terrasse et piscine. Wifi disponible dans les parties communes.

www.ratanvilas.com

Pushkar : Pushkar Palace ou similaire

Cet ancienne demeure du maharaja de Kishangarh a été rénovée en palais aux chambres confortables et à la décoration soignée. La vue imprenable sur le lac est sans conteste le point fort de cet hébergement. Restaurant terrasse donnant sur le toit, wifi disponible.

<http://hotelpushkarpalace.com/>

Delhi (au départ) : Hotel Park ou similaire

Situé au cœur de Delhi dans le quartier de Connaught Place. Les chambres disposent de l'air conditionné, salle de bain privée et eau chaude. Piscine et restaurant. Connexion internet gratuite.

www.theparkhotels.com/new-delhi.html

Note : nous avons fait le choix d'établissements de charme et de petite structure. Ces établissements comptent un nombre limité de chambres mais nous permettent de ressentir pleinement l'ambiance des lieux pour une expérience de voyage différente. Loin des critères des hôtels modernes, les chambres sont généralement toutes différentes. En raison d'un manque de disponibilité, nous pouvons donc être amenés à modifier certains hébergements cités ci-dessous, dans une catégorie similaire.

Compte tenu du petit nombre de chambres disponibles dans certains hébergements de ce voyage, les chambres individuelles ne peuvent pas être garanties à certaines étapes. Nous consulter.

Nourriture

La cuisine indienne offre une impressionnante variété de spécialités régionales. On retrouve dans beaucoup de plats une base de masala, ce mélange d'épices souvent appelé curry (à tort puisque le curry est en réalité un mot tamoul qui signifie sauce). De nombreuses épices sont utilisées dans la cuisine indienne, dont la cardamome, le clou de girofle, la cannelle, la coriandre, le fenugrec, la noix de muscade, le cumin, le curcuma, l'anis, le gingembre, le poivre, le piment, la nigelle, le tamarin, le safran. Le lait de coco, les pistaches, les amandes, le sésame, les noix de cajou font également partie intégrante des recettes traditionnelles indiennes. Ce subtil mélange donne une saveur unique à chaque plat.

Parmi les spécialités : de nombreux plats en sauce accompagnés de viandes ou de légumes, le thali, diverses sortes de pains et galettes (roti, chapati, dosa, naan, puri...), les beignets des légumes (bhajia, samosas, pakora), les dosa, des dhals aux lentilles, aux pois chiches, aux haricots... le tout accompagné de riz, de pickles, condiments et arrosé d'un lassi ou d'un thé aux épices, le fameux chai. La cuisine végétarienne est très courante en Inde. La cuisine non végétarienne comprend beaucoup de poulet mais aussi du mouton et du poisson. En revanche, le bœuf et le porc se retrouvent rarement dans les assiettes. Nous aurons l'occasion de nous percer les secrets de la cuisine indienne lors d'un cours de cuisine à Pushkar.

Lors de ce voyage, nous déjeunons la plupart du temps dans des restaurants locaux, qui utilisent des produits frais. Les dîners sont généralement pris dans les hôtels où nous passons la nuit.

Lors du festival de Mukam, notre cuisinier nous préparera des repas uniquement végétariens. De manière générale pendant ce voyage, les repas partagés avec les Bishnoïs seront tous végétariens. Un repas classique bishnoï se compose de chapati (galette de blé ou millet) et d'un curry de légume (pomme de terre, tomate, petits pois, gombo...). Quelques fois, la galette est remplacée par du riz. On mange l'ensemble avec ses doigts. Un bol de yaourt et quelques fruits si il y en a accompagnent le repas. En dehors de ces repas, lors des autres étapes de ce voyage, nous pourrons goûter à la cuisine non végétarienne si nous le souhaitons. La consommation d'alcool et de tabac sera strictement interdite pendant le festival.

Les repas prennent du temps, mais malheureusement il n'est pas souhaitable de demander des pique-niques à l'hôtel, l'Inde n'étant pas vraiment habituée à ces coutumes, et les denrées ne sont pas très adaptées.

Quelques conseils supplémentaires :

- Lorsque vous mangez avec les mains, utilisez uniquement la main droite, la main gauche étant réservée pour les actions jugées "impures".
- Les repas sont souvent présentés sous forme de buffets : attention, certains plats peuvent être très pimentés, surtout dans les petits restaurants locaux.
- Boire du lait pendant les repas atténue le goût pimenté des plats.
- Il est recommandé de ne boire que l'eau en bouteille capsulée, ne jamais boire l'eau du robinet et d'éviter les glaçons et les jus de fruits frais (souvent lavés ou allongés avec de l'eau).
- Nous vous conseillons également de vous laver les mains régulièrement.

Encadrement

Photographe de profession, Franck Vogel est devenu le porte-parole de la cause bishnoï suite aux reportages photos et vidéos qu'il a réalisés sur ce sujet.

Au début ce fut un rêve : réaliser un tour du monde photographique. Fraîchement diplômé de l'AgroParisTech (INA P-G), Franck Vogel décide de partir en 2002 avec son sac à dos, son appareil photo et sans le sou. Durant une année, il sillonne les pistes, les routes, navigué mers et océans par des moyens de transport dignes de Jules Verne (pirogue, voilier, camion, motoculteur, chameau, vélo, ...sans oublier ses jambes). Son seul but : la rencontre humaine. Après une année de stop, 8000 images et

une fabuleuse aventure humaine, il prend la décision de se lancer dans le photo-reportage. Un nouveau challenge personnel et une prise de conscience sur sa vie et le rôle qu'il souhaite jouer dans la société.

Il travaille ensuite comme photographe indépendant et s'intéresse particulièrement aux problèmes sociaux et environnementaux. En 2004, il part en Albanie pour l'ONG Patrimoine sans frontières pour couvrir le chantier de restauration d'unique église orthodoxes à Voskopojë, et se penchera aussi sur la disparition de son peuple fondateur, les Aroumains. En Ukraine, il photographie les Tatars de Crimée et leur retour post-soviétique sur leurs terres après avoir été déportés par Staline en mai 1944. Depuis 2007, il s'intéresse aux relations privilégiées entre la Nature et l'Homme afin de montrer au monde qu'il est possible de vivre en harmonie.

En Inde, son sujet sur les premiers écologistes au monde en est le meilleur exemple. Son travail a été publié et exposé à travers le monde et notamment en exclusivité dans GEO magazine pour le numéro spécial 30 ans en mars 2009. Il leur a également consacré deux fresques monumentales - textes d'Irène Frain - dans les stations Montparnasse (2011) et Luxembourg (2012) du métro parisien, ainsi qu'un film documentaire "Rajasthan, l'âme d'un prophète" (France 5, 2011), qui a obtenu le Phœnix d'Or 2011 et le Prix Terre Sauvage 2013, et dont il est auteur et co-réalisateur. Le 4 octobre 2013, Franck reçoit la plus haute distinction des dignitaires politiques et religieux bishnoïs devant des milliers de pèlerins lors du grand festival de Mukam pour avoir diffusé leur culture dans le monde.

Transfert et transport des bagages

- Bus sur des routes encombrées et difficiles

Important : les routes indiennes sont la plupart du temps mal entretenues, étroites et très encombrées que ce soit par des voitures, des camions, des charrettes, des travaux, des processions diverses, voire des animaux traversant tranquillement la route. De ce fait, la moyenne horaire de circulation ne dépasse guère les 40 km/h. Il faut donc prendre son mal en patience, et se glisser dans "l'esprit indien". Les étapes sont étudiées en fonction du temps de transport, mais un incident sur la route peut toujours perturber plus ou moins le programme initial.

- Train entre Delhi et Bikaner (jour 2) : nous avons fait le choix d'intégrer un trajet en train, une expérience incontournable lors d'un voyage en Inde, et un moyen de transport local très utilisé. Le réseau ferroviaire indien est en effet très développé. Cependant, les trains sont la plupart du temps très chargés. Il n'est pas rare que des retards se produisent. Si cela devait arriver, notre programme serait modifié sur place et notre guide fera de son mieux pour réorganiser les visites prévues.

Extension

Possibilités d'extensions à la demande.

- Extension Agra (Taj Mahal)

En 2 jours/1 nuit, nous vous proposons de rejoindre Agra au départ de Delhi pour clôturer votre voyage avec le monument le plus célèbre du pays, le Taj Mahal, ainsi que la découverte de la ville d'Agra et son fort. Nous consulter.

- Extension Bénarès

En 3 jours/2 nuits, découverte de Bénarès (Varanasi) depuis Delhi, la ville la plus sacrée de l'Inde. Vous pourrez assister aux rituels des pèlerins venus se purifier dans les eaux du Gange le long des ghâts, et ressentir l'atmosphère religieux si caractéristique de la ville. Nous consulter.

- Extension Amritsar

En 3 jours/2 nuits, au départ de Delhi, nous partons en train à la rencontre d'Amritsar, la ville sacrée des Sikhs. Devenu symbole de la ville, le Temple d'Or brille de mille feux. Possibilité de se rendre à la frontière entre l'Inde et le Pakistan, où se tient chaque soir le cérémonial de fermeture des frontières. Nous consulter.

Attention : sur les vols intérieurs en Inde, le poids du bagage en soute est limité à 15kg par personne et 7kg pour le bagage cabine. Les kilos excédentaires donnent lieu à des suppléments tarifaires sur place (à titre informatif, environ 7€ par kilo supplémentaire)

FORMALITES ET SANTE

Vaccins obligatoires

Il n'y en a pas pour les voyageurs en provenance d'Europe ou des États-Unis, mais un certificat de vaccination contre la fièvre jaune peut être exigé pour les voyageurs en provenance des pays d'Afrique subsaharienne et d'Amérique latine où la maladie peut être présente.

Vaccins conseillés

Comme pour tout voyage, il est important d'être immunisé contre :

- diphtérie, tétanos, poliomyélite ;
- hépatites A et B ;
- coqueluche (dont la réapparition chez les adultes, même en France, justifie la vaccination pour tout voyage).

Mais aussi contre la fièvre typhoïde (le sous-continent indien étant l'une des régions du monde les plus infectées) et contre :

- encéphalite japonaise, la vaccination (à faire faire dans un centre de vaccinations internationales) concerne surtout les expatriés en zone rurale, mais elle doit aussi être conseillée aux voyageurs ayant une activité de plein air importante pendant les périodes de circulation du virus (nuits sous la tente, treks dans les rizières, pendant la mousson en particulier) ;
- rage, en cas de séjour prolongé en zone rurale.

Vaccin anti-méningococcique tétravalent A/C/Y/W135 (Menveo) en période épidémique.

Préventions contre le paludisme

La majorité des voyages hors mousson (grandes villes, Rajasthan, Tamil Nadu, Kerala, Karnataka, Madya Pradesh, Uttar Pradesh et États himalayens) ne réclame aucun traitement préventif. Ce qui ne dispense pas d'une protection rigoureuse contre les piqûres de moustiques (répulsifs peau et vêtements, moustiquaires en l'absence d'air conditionné), vecteurs d'autres maladies (dengue, chikungunya, voire encéphalite japonaise ou virus Zika) pouvant être présentes. Par contre, le risque de paludisme est réel au-dessous de 1500 m dans les Etats de l'Inde « profonde » (zones rurales de l'Orissa, du Bengale Occidental ou de l'Andra Pradesh. Pour ces régions, un traitement préventif par Atovaquone-Proguanil (Malarone ou un de ses génériques) ou chloroquine-proguanil (Savarine) devra être prescrit.

Autres risques parasitaires, infectieux et traumatiques

Depuis quelques années, la résistance de nombreuses souches microbiennes aux antibiotiques - dans de nombreux pays, mais particulièrement en Inde - et la multiplication des bactéries multi-résistantes (BMR) pose problème quant à l'efficacité des traitements de nombreuses pathologies bactériennes broncho-pulmonaires, digestives, urinaires, etc. En cas de consultation, au retour de voyage, il est capital de préciser quelle était la destination de celui-ci.

De courtes épidémies locales de maladies virales, touchant plus les populations locales que les voyageurs, peuvent survenir dans les Etats du sud (Karnataka, Kerala, Tamil Nadu) ; fièvre à virus Nipah, transmise par les déjections de chauves-souris frugivores, ou fièvre hémorragique de la forêt de Kyasanur, transmise par morsure de tique.

Les pollutions de la terre, de la mer et surtout de l'air, sont devenues le problème écologique majeur de l'Inde. Les pics de pollution atmosphérique, pas seulement dans les grandes villes, peuvent générer des problèmes respiratoires pour les voyageurs fragiles, qui devront donc être prudents, voire utiliser des masques protecteurs. En suivant le plus possible les conseils qui vous ont été donnés pour vous préserver des risques alimentaires, environnementaux et comportementaux dans nos recommandations générales, vous diminuerez la probabilité d'y être confrontés. Les infections d'origine alimentaire sont très fréquentes en Inde et rares sont les voyageurs qui y échappent. Redoublez donc de vigilance, dans le choix de vos boissons et repas. La randonnée dans les États himalayens (Ladakh, Cachemire, Sikkim, Himachal Pradesh) nécessite un équipement, une préparation physique et l'observance de règles strictes (dont nous vous avons parlé dans nos recommandations). Il faut savoir qu'un trek, pour être réussi, doit être une randonnée en montagne et non une épreuve sportive dont on revient épuisé. La nature, les paysages, les villages et leurs habitants sont aussi intéressants à 3 000 qu'à 4 500 mètres. Pour avoir une échelle de ce qu'est l'altitude en Himalaya, il faut se souvenir que les camps de base des expéditions qui tentent l'ascension du « toit du monde », sont installés vers 5 500 mètres, c'est à dire bien plus haut que les plus hauts sommets européens. Pour échapper au mal des montagnes, il faut garder en permanence à l'esprit les règles montagnardes : s'acclimater, monter lentement (paliers de moins de 300 mètres par jour entre 3 000 et 4 500 mètres, et de moins de 150 mètres au-delà), « monter haut, dormir bas ». Ces règles doivent permettre de remédier à l'apparition d'un mal aigu des montagnes et, surtout, d'éviter ses redoutables complications que sont l'œdème pulmonaire et l'œdème cérébral de haute-montagne. Des traitements préventifs peuvent être prescrits par les médecins spécialisés, qui auront conseillé un test à l'hypoxie avant le départ.

Informations pratiques

À Delhi et à Bombay, les infrastructures médicales sont satisfaisantes, tant pour ce qui relève d'une consultation en ville que pour une éventuelle hospitalisation. Dans tous les cas, vous ne prendrez de décision qu'après consultation de votre compagnie d'assistance et, au besoin, des services de l'ambassade de France.

PAYS ET CLIMAT

Climat et Informations régionales

Ce voyage se déroule pendant la saison sèche, soit en septembre ou octobre, soit en février.

Pendant ces mois de l'année, les journées sont claires et ensoleillées. Néanmoins les températures peuvent être assez basses la nuit, il est donc recommandé de prendre quelques vêtements chauds pour les soirées et les nuits, notamment pour les nuits en campement à Mukam.

VOTRE BUDGET

Le prix comprend

- Les transferts terrestres
- Les services d'un guide accompagnateur francophone
- L'hébergement en pension complète sauf les boissons
- Le transport des bagages

Le prix ne comprend pas

- Le transport aérien
- Les frais d'inscription
- Les assurances
- Les frais de visa Inde
- Les visites non prévues au programme
- Les boissons, les dépenses personnelles et les pourboires
- Les frais de transfert en cas de vol différent de celui du groupe

Vos dépenses

La monnaie est la roupie indienne.

1€ = entre 65 et 70 roupies indiennes selon les jours et les lieux

1 \$ US = entre 50 et 55 roupies indiennes selon les jours et les lieux

Selon les régions, le taux peut varier.

Se munir d'euros et/ou de dollars US. Les petites coupures sont souvent utiles. Assurez vous que vos billets de banque soient en bon état, les billets abîmés ne seront pas acceptés. De même, quand vous échangez vos devises, n'acceptez pas des billets déchirés ou troués.

Vous pouvez changer dans les aéroports et dans les hôtels : les taux sont à peu près identiques. Les banques sont à éviter : queue pendant des heures, ouvertures fantaisistes...

Vous pourrez également retirer des espèces avec votre carte de crédit dans les grandes villes mais ne pas oublier qu'il peut y avoir des difficultés si la machine avale votre carte, surtout si vous ne passez parfois qu'un moment dans le lieu.

Les cartes de crédit sont acceptées dans les grands hôtels et dans certaines boutiques.

Pourboires

Le pourboire est toujours soumis à votre libre appréciation. En Inde, contrairement à la France, le pourboire reste encore très présent. Indépendant du niveau de salaire, il est considéré par les Indiens comme un signe d'appréciation, et fait partie de la culture et des traditions du pays. Même s'il dépend de votre satisfaction et de votre bon cœur, les équipes qui vous accompagnent sont en attente de ce geste de remerciement de votre part et ne sauront que l'apprécier.

- Les pourboires "quotidiens" : pour la tranquillité de tous, une cagnotte sera constituée, confiée à votre guide, qui vous demandera en début de voyage un forfait en fonction du nombre de participants (entre 2000 et 2500 Rs par personne, soit entre 30 et 40€ environ), et qui lui permettra ainsi de gérer tous les petits pourboires journaliers (hôtels, restaurants, donations dans les temples, gardiens de chaussures des temples, rickshaws, etc ...).

- Les pourboires du guide francophone : il dépend de votre satisfaction, n'est nullement obligatoire mais est une attention toujours appréciée. A titre indicatif, l'ordre de grandeur des pourboires pour le guide est de 4€ par jour et par voyageur.

- Les pourboires du chauffeur et son assistant : comme pour le guide, il n'est nullement obligatoire mais sera apprécié. A titre indicatif, l'ordre de grandeur des pourboires pour le chauffeur est de 1.5€ par jour et par voyageur, et de 1€ par jour et par voyageur pour l'assistant.

Les pourboires doivent, d'une manière générale, "respecter" la hiérarchie : un chauffeur ne peut toucher plus de pourboires qu'un guide et les enveloppes doivent être séparées. S'il y a un aide-chauffeur, il doit aussi recevoir une enveloppe dès lors que le chauffeur en reçoit une.

VOTRE EQUIPEMENT

Bagages

Les contrôles de sécurité sont stricts aux aéroports : mettez les couteaux, ciseaux et piles de rechange dans votre sac de soute.

Produits liquides :

Vous devez désormais lors des contrôles de sûreté présenter séparément dans un sac en plastique transparent fermé d'un format d'environ 20 cm sur 20 cm, vos flacons et tubes de 100 ml maximum chacun.

Quels sont les produits interdits ?

Les liquides, les aérosols, gels et substances pâteuses : eau minérale, parfums, boissons, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, mascara, soupes, sirops, dentifrice, savons liquides, déodorants...

Quelle est la taille maximale de chaque flacon ou tube que l'on peut emporter en cabine ?

Aucun flacon ne peut dépasser 100 ml.

Quelle taille maximum doit faire le sac plastique ?

Ce sac en plastique transparent (type sachet à congélation) doit mesurer 20 cm sur 20 cm environ. Un sachet peut contenir plusieurs objets, tubes, flacons, aérosols.

Comment se procurer ce sac plastique ?

Vous pouvez vous procurer ce sac plastique (type sac de congélation) dans les commerces et les grandes surfaces. La plupart des aéroports européens proposeront aussi sur place des sacs. Toutefois, il s'agit d'un service rendu aux passagers et non d'une obligation, il n'est donc pas garanti que ces sacs soient disponibles partout et tout le temps. Nous vous conseillons de prendre vos dispositions avant le départ.

Quelles sont les exceptions autorisées ?

Les médicaments liquides : vous pouvez emporter en cabine des médicaments liquides (insuline, sirops...) à condition de présenter aux agents de sûreté une attestation, ou une ordonnance à votre nom. Il n'y a aucune restriction pour les médicaments solides (comprimés et gélules).

Nos recommandations :

Enregistrez en bagage de soute le maximum de choses et ne conservez dans votre bagage à main que ce qui est absolument indispensable à votre voyage.

Équipez-vous pour l'avion de votre tenue de randonnée, et de vos affaires de première nécessité (en cas de problème d'acheminement de vos bagages).

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

1 • Le sac à dos :

Sac à dos d'une capacité de 30 litres environ il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée. Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires, fragiles (appareil photo...) et médicaments (si vous suivez des traitements indispensables).

2 • Le grand sac de voyage souple et résistant :

Il doit contenir le reste de vos affaires. Il sera en soute lors des transports aériens. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par des véhicules. Vous recevrez avant votre départ des étiquettes Terres d'Aventure, qui vous permettront d'identifier vos bagages avec vos nom et adresse, et faciliteront le regroupement des sacs aux arrivées à l'aéroport.

Comment se fait le passage du contrôle de sûreté ?

- Retirez votre veste ou votre manteau.

- Présentez à part :

- Tous vos grands appareils électriques : ordinateur portable, gros appareil photo numérique

- Votre sac plastique transparent contenant vos flacons et tubes.

- Vos médicaments accompagnés d'une ordonnance ou d'une attestation.

- Vos achats réalisés dans les boutiques des aéroports doivent être mis sous sac plastique scellé mais toutes les boutiques ne proposent pas ce sac : renseignez-vous avant de faire vos achats.

Les achats de liquides réalisés après le contrôle de sûreté s'effectuent librement sous réserve des limitations douanières ; attention cependant aux correspondances.

Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Évitez le coton, très long à sécher
- 1 ou 2 sous-pulls ou chemises manches courtes
- 1 bermuda (pour les hommes) ou pantacourt (pour les femmes)
- 1 pantalon confortable
- 1 cape de pluie
- 1 veste en fibre polaire
- 1 veste simple et légère
- Sous-vêtements
- 1 maillot de bain
- Chaussettes de marche. Évitez les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules
- 1 paire de chaussures de jogging de bonne qualité avec semelles ayant une bonne adhérence
- 1 paire de sandales ou tongs.

Une tenue correcte et respectueuse des coutumes locales est de rigueur lors des visites de temples et villages : pantalons et chemises à manches courtes ou tee-shirts amples. Pas de short, ni débardeur ou de vêtements trop moulants ou décolletés. Pour les femmes : les bermudas doivent être remplacés par des pantacourts.

Les températures peuvent être assez basses la nuit, il est donc recommandé de prendre quelques vêtements chauds pour les soirées et les nuits, notamment pour les nuits en campement à Mukam.

Équipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 gourde
- 1 lampe frontale
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Protection solaire de haute protection (peau + lèvres)
- Nécessaire de toilette léger : prenez des produits biodégradables de préférence
- 1 serviette de toilette : il en existe qui séchent rapidement
- Des bouchons d'oreilles pour atténuer les bruits, type boules Quies
- Un sac de couchage et une taie d'oreiller pour les nuits en campement

Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels
- Traitement antibiotique à large spectre : prévoir 8 jours de traitement (sur prescription médicale)
- Anti-diarrhéique
- Pansement intestinal

- Pommade anti-inflammatoire
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Collyre (poussière, ophtalmie)
- Pastilles purifiantes pour l'eau de boisson
- Bande adhésive efficace en prévention des ampoules...
- Jeu de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Pansements hydrocolloïdes anti-ampoules
- Traitement pour rhume et maux de gorge
- Biafine : pour les coups de soleil et les brûlures
- Répulsif anti-moustiques

Trousse de secours

Une trousse de premiers secours collective, fournie par l'agence et adaptée à votre voyage, est placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

TOURISME RESPONSABLE

Des voyages 100% carbone absorbé

Nous absorbons 100% des émissions de CO2 générées par le transport aérien et terrestre de votre voyage. Au travers de nos projets de reforestation, nous contribuons chaque année à la captation de centaines de milliers de tonnes de gaz à effet de serre, équivalent à la totalité des émissions liées à nos voyages. Ces projets sont toujours porteurs d'un objectif de développement économique autonome pour les populations locales. Pour en savoir plus www.insolitesbatisseurs.org

Engagé dans un tourisme responsable

Nous avons toujours eu à cœur de développer un tourisme responsable. Depuis nos débuts, nous créons des voyages différents grâce à toutes les ressources de la terre, mais avec le devoir d'en assurer la pérennité pour les générations futures. Eau et énergie, rémunération et prévoyance, il y a tant à faire durant nos voyages ! Ainsi, nous œuvrons pour systématiser l'utilisation de ressources durables et pour limiter les impacts sociaux et environnementaux de notre activité.

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT SUR NOTRE SITE www.terdav.ca