



© Tamera

FICHE TECHNIQUE 2020 |

ÉTHIOPIE



« MARCHER POUR PROGRESSER » L'ABYSSINIE : DE LALIBELA AU SIMIEN

Nature du programme : nature, culture, rencontre

Difficulté : facile à modéré

Durée totale : 16 jours

Heures de marche: variable selon les jours

Hébergement : hôtel, lodge, bivouac

Départs : (horaires de vols proposés p.6)

Prix : voir en p. 8

Points forts de ce voyage

- Lalibela et ses campagnes confidentielles.
- Randonnées pour découvrir des églises rupestres rares du massif
- Excursion sur le Lac Tana et chutes du Nil bleu
- Gondar et ses châteaux
- Randonnée dans le Massif du Simien

L'Éthiopie peut être considérée comme le pays le plus atypique de tout le continent africain. Son histoire, sa géographie, sa culture en font un univers extrêmement riche de par sa diversité ethnique, végétale et animale. Grâce à son relief particulier, ce pays est une mosaïque de paysages, de physionomies et de cultures.

Ce voyage est accompagné par Pierre Ramaut, qui dans le cadre de l'association "Marcher pour progresser" nous fait découvrir entre massifs, villages, rencontres et cheminements intérieurs une des contrées les plus fascinantes de l'Afrique.

Cette fiche technique contient les informations suivantes :

- Programme (détail, jour par jour)
- Informations complémentaires
- Modalités d'inscription
- Informations pays
- Équipement et pharmacie personnels

En raison de ses hauts plateaux séparés par des gorges profondes, l'Éthiopie est appelée « le toit de l'Afrique » et notre parcours, des églises de Lalibela aux châteaux de Gondar, en passant par le Lac Tana, fait découvrir des aspects divers aussi bien naturels que culturels de ce splendide et millénaire pays.

Dans la région de Lalibela, trois jours de marche nous font entrer dans l'intimité de la population Amhara des hauts-plateaux en découvrant les églises traditionnelles qui rassemblent toujours les villages alentour pour des fêtes pleines de ferveur et de légendes.

Dans le Massif du Siémons, une randonnée permet de découvrir un monde aux reliefs somptueux ainsi qu'une faune et une flore endémiques. La faune est présente sur tout le massif et c'est aussi le dernier refuge du bouquetin Walia aux cornes majestueuses. On compte également de nombreuses colonies de babouins Gelada dont les mâles à la crinière abondante seront les gardiens de nos campements.

PROGRAMME

JOUR 1: PARIS - ADDIS ABEBA

JOUR 2: ADDIS ABEBA - LALIBELA (VOL INTERIEUR)

Accueil à l'aéroport et, en fonction de l'horaire du vol intérieur continuation vers Lalibela ou rafraîchissement à l'hôtel et petite visite de la capitale.

La capitale de l'Éthiopie est située à 2 400 mètres d'altitude. La « Nouvelle fleur » est devenue capitale du pays sous le règne de l'empereur Ménélik II au XIX^{ème} ; elle a été « fondée » en 1886.

La capitale du roi Gadla Lalibela qui donna son nom à l'ancienne ville de Roha est dominée par le mont Abune Yosef; construite pour être dissimulée aux regards à une époque où la puissance de l'islam menaçait l'existence même de la chrétienté monophysite, elle ne se donne pas dans son

ensemble à l'arrivée: seules quelques habitations apparaissent... Les toits des églises arrivent aux niveaux du sol, facilitant ainsi la dissimulation des édifices sacrés chrétiens en cas de raid musulman. De même, des galeries font communiquer les églises entre elles. L'invasion d'Axum par la reine Judith au XIIème siècle entraîna la chute de la dynastie initiale et donna naissance à la dynastie de Zanguie qui choisit l'actuelle Lalibella, comme capitale. Nous pouvons y admirer une douzaine d'églises creusées dans le rocher même et classées patrimoine mondial de l'UNESCO.

Dans l'après-midi, nous visitons l'Eglise de Saint Georges, monumental monolithe architecturé en croix. Des religieux y ont établi, dans les niches de la muraille qui borde son allées intérieure, leurs habitations sommaires et c'est un lieu intense de prières et de pèlerinage.

Transport : vol intérieur & minibus

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : hôtel

JOUR 3 : LALIBELA

Dans la matinée, excursion dans les montagnes pour rejoindre l'église de Yimrehane Kristos. Construite dans une grotte et protégée par un mur de briques contemporain, l'église a une structure en panneaux en bois d'olivier et en stuc blanc ; elle renferme de superbes sculptures et une décoration d'exception.

Nous poursuivons la visite du site de Lalibela par les églises de la rive sud du "Jourdain" symbolique. Les églises rupestres marquées par des influences hellénistique et syrienne, avec leurs peintures murales d'inspiration byzantine, leurs lourdes croix de laiton et d'argent, leurs fenêtres ouvragées découpées dans la pierre, fresques et bas-reliefs sont autant de chefs d'œuvre que nous découvrons au milieu de moines et d'ermites vêtus de coton écru.

Transport : minibus

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : hôtel

Temps de marche : journée de visite du site

JOUR 4 A 6 : RANDONNEE DANS LE MASSIF DE LALIBELA

Excursions dans le massif afin de découvrir les villages et les églises peu connues de la région. Deux nuits en campements de tukuls et une à l'hôtel

J.4 - Mequat Mariam. Transfert au point de départ de la randonnée sur le plateau Meket qui offre de son promontoire une vue stupéfiante et où la communauté villageoise accueille avec une hospitalité traditionnelle. Balade de 3/4 heures dans ces beaux paysages tranquilles.

J.5 - Wajela. Une marche de 5 à 6 heures le long d'escarpements, en traversant prairies et pâturages permet de bien découvrir la vie quotidienne des villageois ainsi que les immenses paysages des hautes terres.

J.6 - Aterow. Marche de 5 heures environ pour rejoindre notre destination en visitant la grande église Giyorgis perchée sur la falaise de basalte qui domine la région; de belles chutes d'eau cascade, sur la fin, dans une gorge spectaculaire.

En véhicule, retour à Lalibela.

Transport : minibus

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : campement (2), hôtel (1)

Temps de marche : environ 4 à 5 heures par jour

JOURS 7 : LALIBELA – BAHAR DAR

Nous poursuivons notre périple vers l'ouest en empruntant une route de montagne particulièrement somptueuse qui comprend une belle descente en lacets dans le Massif de Werk Wacha. A chaque détour une certaine intimité de l'Abyssinie centrale s'offre au regard et à l'admiration entre une nature diverse et riche, des scènes de la vie paysanne, des villages accueillants.

Nous arrivons en fin de matinée dans la communauté de l'Awra Amba. Elle a été fondée en 1972 dans un esprit d'entraide et d'égalité. N'adhérant ni au christianisme, ni à l'islam, elle est discriminée par les religions dominantes mais les principes de justice et de solidarité qui l'animent attirent néanmoins des fidèles. Halte et déjeuner pour découvrir les moeurs et coutume de ce lieu exceptionnel.

Puis, nous reprenons la route et traversons des paysages marqués par d'imposants pitons volcaniques dont le plus célèbre est l'Amora Gedel « le rocher des vautours».

Arrivée au Lac Tana en fin de journée.

Transport : minibus

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : hôtel

JOUR 8 : BAHAR DAR

Tôt le matin, excursion aux chutes du Nil bleu. Même lorsque les chutes sont faibles suite au barrage qui régule le cours du Nil bleu, le paysage de campagne environnant est de toute beauté et quiétude.

Dans l'après-midi, excursion sur le Lac Tana en bateau à moteur.

Immense, ce lac, hérissé par endroits de cases lacustres et parsemé de canots de papyrus sur lesquels se déplacent les pêcheurs, qui donne naissance au Nil Bleu (plus de 3 000 kilomètres de longueur), a été de tous temps le sûr refuge de la chrétienté éthiopienne contre les invasions étrangères. Les bords du lac sont traditionnellement laissés sans arbres pour éviter la construction d'une flotte d'invasion et les quatre îles qu'il contient sont recouvertes d'une végétation luxuriante sous laquelle se nichent les églises peintes de l'Uhra Kidane Mehret, Kebran Gabriel et les monastères nilotiques.

Transport : minibus

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : hôtel

Temps de marche // de navigation : environ 2 à 3 heures // environ 4h

JOUR 9 : BAHAR DAR - GONDAR

Départ tôt le matin pour celle qui fut la capitale de l’Ethiopie au début du XVIIème siècle. Elle était aussi bien florissante par sa vie politique, économique, que par son école théologique traditionnelle. Ses vestiges de châteaux et d’églises peintes nous témoignent de son passé glorieux.

Nous commençons notre visite de la ville avec la découverte de l’église de Debré Berhan et les Bains de Fasiladès puis, les châteaux royaux dont l’architecture est un mélange où s’allient l’inspiration africaine et l’art portugais.

Transport : 4X4 climatisé

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : hôtel

Temps de marche : visite des sites

JOUR 10 : GONDAR – DEBAREK/PARC DU SIMIEN

Route vers le Nord et, après les formalités d’entrée à Debarq, entrée dans le parc pour en découvrir les canyons et les sommets.

D’une altitude moyenne de 3300 m avec de nombreux sommets à plus de 4000m, le Siémen, montagnes volcaniques de basaltes et de gneiss, est réellement une terre d’excellence pour découvrir de superbes vallées creusées par des gorges atteignant plus de 1500 m de profondeur. Dans ce relief très escarpé, nous traversons des paysages sauvages de canyons vertigineux et de beaux plateaux tabulaires. La population est principalement composée d’Amharas de confession orthodoxe éthiopienne et d’une petite minorité musulmane. Nous traversons de jolis villages aux toits de chaume nichés sur les flancs des montagnes et croisons de petits bergers avec leur quelques chèvres et moutons. La faune est présente sur tout le massif et c’est aussi le dernier refuge du bouquetin Walia aux cornes majestueuses, du loup d’Abyssinie. On compte également de nombreuses colonies de babouins Gelada dont les mâles à la crinière abondante sont les gardiens de nos campements.

Transport : minibus

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : en lodge

Temps de marche : environ 2 heures

JOUR 11 & 12 : RANDONNEE MULETIERE // MASSIF DU SIMIEN / SANKABER/GEENCH

Avec notre équipe de muletiers, nous montons progressivement vers les hauts plateaux à une altitude de 3926 m. Des panoramas de toute beauté où la lumière éclaire toutes vallées et les sommets de plus en plus proches s’offre au marcheur.

Accompagnement : guide francophone

Repas : tout compris

Hébergement : bivouac sous tente

Temps de marche : environ 4 à 5 heures/jour

JOUR 13 : RANDONNEE MULETIERE // MASSIF DU SIMIEN / GEECH - CHENEK

Tôt le matin, balade en direction des crêtes jusqu'au point de vue de Kedadit (3760 m puis, nous allons contempler de l'escarpement d'Imet Gogo (3926 m), terrain de jeu des gypaètes barbus, un panorama sur les pitons rocheux et le nord du massif puis, après avoir traversé Kebrat Metia, nous suivons les crêtes jusqu'au camp de Chenek (3640 m).

Sur ce plateau aux lobélies géantes, qui surplombe une belle vallée, de beaux pitons, nous rencontrons de nombreux petits bergers et pouvons souvent s'apercevoir les ibex walia.

Accompagnement : *guide francophone*

Repas : *tout compris*

Hébergement : *bivouac sous tente*

Temps de marche : *environ 5 heures*

JOUR 14 : MASSIF DU SIMIEN / SOMMET BAWIT - GONDAR

Ascension du sommet aux premières lumières du matin (4 430 mètres). Puis poursuite de la marche vers Ardi Arke où nous retrouvons les véhicules pour rejoindre l'ancienne capitale.

Transport : *minibus*

Accompagnement : *guide francophone*

Repas : *tout compris*

Hébergement : *hôtel*

Temps de marche : *environ 2 à 3 heures*

JOUR 15 : GONDAR – ADDIS ABEBA

Dans la matinée, vol de retour vers la capitale.

Visite du Musée national et balade au Mercato, le plus grand marché d'Afrique. En fin d'après-midi, balade sur les collines d'Entoto.

En soirée, après le dîner dans un restaurant traditionnel, transfert à l'aéroport pour le vol de retour.

Transport : *vol intérieur, transfert en minibus à l'aéroport pour le vol de retour*

Accompagnement : *guide francophone*

Repas : *tout compris*

Hébergement : *Day use mis à disposition.*

JOUR 16 : Arrivée en Europe

----- FIN DU PROGRAMME -----

Pour des raisons imprévisibles à ce stade d'aléas climatiques, de forme ou de méforme des participants ou d'autres (état des routes, trafic, cas de force majeure...), votre accompagnateur peut être amené à adapter le programme, si cela est nécessaire pour le bon déroulement de votre voyage. Il reste seul juge et le garant de votre sécurité. Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et peuvent varier d'un participant à un autre.

Horaires des vols avec Ethiopian Airlines – vols directs:

De Paris :

01/02/2020 Paris – Addis Abeba 21h45 – 06h20 (le lendemain)

16/02/2020 Addis Abeba – Paris 00h15 – 06h05

De Bruxelles avec Ethiopian Airlines – vols directs:

01/02/2020 Bruxelles – Addis Abeba 19h035 – 06h40 (le lendemain)

16/02/2020 Addis Abeba – Paris 00h10 – 05h10

Vols intérieurs prévus :

01/02/2020 Addis Abeba - Lalibela 21h45 – 12h40

16/02/2020 Gondar - Addis Abeba 00h10 – 10h40

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

NIVEAU FACILE à MODÉRÉ

Ce programme nécessite une condition physique normale mais demande une certaine souplesse mentale pour l'adaptation aux bivouacs dans le Simien. Les marches sont faciles. Les bagages sont portés par les véhicules ou les mules.

HÉBERGEMENT

En hôtels ou lodge propres mais simples (base chambre double) et en tente (2/3 places pour 2 personnes) durant les bivouacs et en Campement aménagé. Tout le matériel de bivouac est fourni sauf le sac de couchage.

RESTAURATION

En pension complète, avec un cuisinier qui accompagne le trekking dans le Siémen pour la gestion des repas en bivouac. Tout le matériel de cuisine et de table est fourni.

À midi, il est souvent privilégié des pique-niques et le soir, les repas chauds.

Dans les restaurants : cuisine locale et internationale.

Eau : prévoyez des pastilles (type micropur ou autres) pour désinfecter l'eau que vous mettez dans votre gourde. Vous pouvez également acheter de l'eau minérale sur place (non compris dans le prix) mais son bilan écologique est médiocre, comme vous le savez. Aussi, nous ne vous le conseillons pas.

ACCOMPAGNEMENT

Un guide éthiopien francophone vous fait partager avec émotion son savoir et sa connaissance du pays, de son histoire, de ses populations et de leurs cultures.

Avec « Marcher pour progresser », ce voyage est accompagné par Pierre Ramaut. Psychanalyste et sophrologue belge, passionné de marche, amoureux de nature et de rencontre, il nous accompagne chaque année dans un voyage. Il questionne ou pose parfois les mots pour nous aider à donner du sens à ce que nous ressentons. Au bivouac, pendant les pauses ou sur les sentiers, il nous aide à

prendre conscience, à reprendre confiance, dans notre corps et dans notre esprit. Il nous ouvre des chemins pour revenir à l'essentiel, mieux nous ouvrir aux autres et nous retrouver nous-mêmes.

TRANSFERTS / TRANSPORTS

Les transferts sont assurés en minibus.

Deux (2) vols intérieurs.

Dans le Simiens, une équipe de muletiers accompagne le parcours et les bagages sont portés par les mules.

LA NOTION DE GROUPE

Composition autonome de 6 à 12 personnes

ÉQUIPEMENT

Tout le matériel de logistique est fourni, le matériel de cuisine et de bivouac (tente deux places). L'équipement personnel n'est pas fourni. Une liste complète vous est proposée plus bas dans ce document.

SANTÉ ET FORMALITÉS SANITAIRES

Aucune vaccination n'est obligatoire.

Il est fortement recommandé d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite et hépatite A. Les vaccins anti-typhoïdiques, contre l'hépatite B et contre la rage sont conseillés. Parlez-en avec votre médecin traitant ou celui du centre de vaccinations internationales.

Nous vous conseillons également de regarder les recommandations par pays du site de l'Institut Pasteur <http://www.pasteur.fr/fr/map> ou de les appeler au 01 45 68 80 88.

Chaque participant doit emmener des médicaments courants et ses traitements personnels. La liste des médicaments à emporter dans votre pharmacie personnelle est précisée plus bas dans ce document.

Pas de risques de paludisme dans cette région de l'Ethiopie

FORMALITÉS CONSULAIRES ET SÉCURITÉ

Un passeport valable 6 mois après la date de retour avec visa. Visa à prendre sur place à l'arrivée à Addis Abeba. Actuellement, son coût est de 50 \$

Les formalités peuvent évoluer et nous vous remercions de vérifier les conditions d'entrée auprès des autorités consulaires du pays visité. Chaque voyageur est responsable du respect de ces formalités.

Concernant la sécurité, nous analysons les situations au cas par cas et nous collons à la réalité du terrain que nous connaissons bien et à son évolution. Forts de notre ancrage local de longue date, nous nous appuyons sur des équipes locales responsables et compétentes et vous proposons nos programmes en toute confiance. Nous vous expliquons nos choix en toute transparence. Pour mieux évaluer une destination, n'hésitez pas à consulter régulièrement la rubrique « conseils aux voyageurs » du site internet du ministère des Affaires étrangères (www.diplomatie.gouv.fr).

MODALITÉS D'INSCRIPTION

NOMBRE DE JOURS

Europe / Europe : 16 jours

DATES : Du 1er au 16 février 2020

PRIX :

4 470 € TTC / participant sur une base de 6 à 7 participants hors vol internationaux

3 880 € TTC / participant sur une base de 8 à 12 participants hors vol internationaux

Pour ceux qui souhaitent réserver rapidement le voyage et que nous nous occupions de leurs vols selon les indications de la p. 6

5 220 € TTC / participant sur une base de 6 à 7 participants au départ de Paris

4 630 € TTC / participant sur une base de 8 à 12 participants au départ de Paris

Au départ de Bruxelles : + 150 euros

Chambre individuelle (& tente individuelle): 640€

Tente individuelle : 210€

Ces prix sont donnés sous réserve de modifications de tarifs imposées par les différents prestataires, pour la prestation terrestre et pour les vols. Nous vous en informerions au moment de votre demande d'inscription.

D'une manière générale, il est préférable de nous faire part de vos projets le plus tôt possible... Vous gagnerez ainsi en disponibilité de places sur le programme et surtout, en conditions tarifaires sur les transports aériens. En effet, une règle se vérifie très souvent, à savoir que plus la réservation d'un vol est effectuée tardivement par rapport à la date de départ et plus le tarif est élevé.

De la même façon, certaines périodes de l'année sont des périodes dites "de pointe" (vacances scolaires, fêtes de fin d'année, etc.), ce qui peut générer également un supplément pour le transport aérien et donner lieu à un devis spécifique.

LE PRIX COMPREND

Les transferts tel qu'indiqués dans le programme avec 2 vols intérieurs

L'hébergement en chambre double (hôtel et lodge) et en tente, tel qu'indiqué dans le programme.

La pension complète.

L'accompagnement d'un guide francophone.

Les frais de l'équipe locale (chauffeurs, cuisinier, muletiers, guide).

Les entrées dans les parcs et les sites mentionnés dans le programme.

LE PRIX NE COMPREND PAS

Le vol international aller/retour ainsi que tout ce qui n'est pas mentionné dans « le prix comprend ».

Les boissons et les "extra" personnels.

Les pourboires à l'équipe locale (Cf. ci-dessous).

Le supplément chambre « single » individuelle.

Autres suppléments liés à certaines dates de départ spécifiques, à un nombre de participants inférieur, etc.

Les assurances complémentaires facultatives: frais de recherche, santé, assistance médicale, rapatriement, interruption, annulation de voyage, perte ou vol de bagage, etc.

Les frais liés à la prise de photo durant le voyage.

POURBOIRES

À la fin d'un voyage, il est d'usage de montrer votre satisfaction en donnant des pourboires à l'équipe qui vous a accompagnés. Ceci est bien sûr à évaluer en fonction de la satisfaction apportée et du nombre de participants. En aucun cas ces indications ne sont obligatoires, ce n'est pas un dû et n'est jamais un salaire. Pour avoir un ordre d'idée sur ce voyage, compter environ 80 euros/participant à répartir entre le guide, le/s chauffeur/s l'équipe de muletiers et le cuisinier.

ASSURANCES COMPLÉMENTAIRES

Merci de noter que compte tenu de la nature de nos voyages souvent lointains et parfois dans des conditions d'isolement important, nous insistons pour que les participants à nos voyages aient souscrit une assurance santé et rapatriement (via leur carte bancaire, une autre assurance personnelle, etc.). Aussi, si vous n'avez pas souscrit d'assurances avec nous, nous vous demandons à votre inscription le nom de votre assureur, le numéro de police et le numéro de téléphone de l'assistance, afin de pouvoir être rapidement opérationnels en cas d'urgence.

Nous proposons des assurances avec l'Européenne d'Assurances sous le numéro de contrat n°7.905.996. Le détail est disponible sur demande ou téléchargeable sur www.secret-planet.com. Les pourcentages sont à prendre sur l'intégralité du coût du voyage, taxes aériennes comprises. En synthèse, nous vous proposons trois formules d'assurances complémentaires :

- 1,70% : frais de santé, de recherche, de rapatriement et d'interruption de voyage ;
- 4,00% : idem 1,70% à laquelle s'ajoute l'assurance annulation, le vol et la perte de bagages ;
- 2,80% : idem 4,00% pour les clients payant leur voyage avec une carte bancaire proposant déjà une couverture d'assurances, même restreinte.

COMMENT VOUS INSCRIRE

Dans un premier temps, nous échangeons aussi longtemps que nécessaire sur le voyage auquel vous souhaitez participer, par téléphone, par mail ou Skype, ou à l'agence. Une fois que vous avez pris votre décision de participer au voyage, vous pouvez passer à l'inscription.

Pour vous inscrire, vous pouvez soit faire votre demande d'inscription en ligne directement sur www.tamera.fr soit remplir le bulletin d'inscription de façon manuscrite. Le bulletin d'inscription peut vous être envoyé par mail ou par la poste ou bien directement téléchargé sur notre site internet. Au bulletin d'inscription sont systématiquement attachées les conditions générales et particulières de vente dont vous devez prendre connaissance.

Pour valider votre inscription, nous avons besoin du bulletin d'inscription dûment rempli et signé et de la copie de votre passeport en couleur, le tout envoyé par mail (scanné), ou bien par courrier ou

alors, si vous êtes dans la région, en venant à notre agence située dans le Vieux-Lyon, au 26 rue du Bœuf (métro Vieux-Lyon).

COMMENT PAYER VOTRE VOYAGE

Pour finaliser votre inscription, vous devez régler votre acompte représente 40% du prix TTC de votre voyage. Pour ce faire, vous pouvez nous régler par carte bancaire (ce qui peut vous permettre de bénéficier d'assurances complémentaires), soit en nous appelant au +33 (0)4 78 37 88 88 soit, sur internet de manière sécurisée. Vous pouvez également nous régler par virement, chèque bancaire ou chèques voyage.

Le solde de 60% est à régler à un mois du départ sans relance de notre part et par tout moyen à votre convenance, parmi ceux indiqués ci-dessus.

Nous pouvons également mettre en place une liste de mariage ou de cadeaux. Votre famille, vos amis ou vos collègues contribuent au financement de votre voyage et nous vous tenons informé du développement de votre cagnotte !

Enfin, dans certains cas de voyages au long cours ou dans des cas très particuliers, nous acceptons des échéanciers de paiement différents de ceux décrits ci-dessus. N'hésitez pas à nous contacter.

CARNET DE VOYAGE

Un mois avant de votre départ, après que vous avez soldé votre voyage, vous recevez par courrier votre carnet de voyage dans une pochette contenant l'ensemble des informations essentielles au bon déroulement de votre voyage ainsi que des documents originaux, selon les formalités en vigueur: convocation, fiche technique, billets d'avion, attestation d'assurances, etc.

Il est précisé que l'offre préalable faite aux consommateurs, conformément aux dispositions de l'article R211-4 du Code du Tourisme est constituée de cette fiche technique, des conditions générales de vente et de nos conditions particulières de vente qui sont à votre disposition sur simple demande à l'agence, sur notre site internet ainsi que systématiquement annexées au bulletin d'inscription.

LE PAYS EN BREF

SAISONS ET TEMPÉRATURES

La meilleure période pour la réalisation de ce voyage est d'octobre à mars. Les températures de jour varient entre 20 et 28°C. Dans Siémons, les nuits sont fraîches – et même froides entre fin octobre et février

DÉCALAGE HORAIRE

En été quand il est 12h00 en France il est 13h00 en Ethiopie. En hiver quand il est 12h00 en France, il est 14h00 en Ethiopie.

ÉLECTRICITÉ

Les prises sont standard. Possibilité de recharger les batteries dans les véhicules sous condition d'avoir le matériel adapté.

NOTE

Évitez les shorts si possible.

Évitez les vêtements moulants ou transparents.

LISTE D'ÉQUIPEMENT ET PHARMACIE PERSONNELLE

Pour votre voyage, prévoyez 15 à 18 kg maximum, en-dehors de votre bagage à main, même si dans la plupart des vols vous aurez droit à 20 kg dans la soute et 10 kg en cabine. Il ne sert à rien de trop s'encombrer et un peu de place disponible est utile pour ramener des souvenirs. Attention, tout sac supplémentaire et surpoids sera facturé directement par la compagnie aérienne lors de l'enregistrement. Si vous avez des vols intérieurs, vérifiez qu'il n'y a pas des contraintes spécifiques en termes de bagages. Enfin, notez que les contrôles de sécurité sont devenus très stricts aux aéroports : mettez les couteaux, ciseaux, limes à ongles dans votre sac de soute, idem pour les flacons et tubes de plus de 100 ml.

SACS DE TRANSPORT ET RANGEMENT

- Un grand sac de voyage souple (éventuellement à roulettes) ou sac à dos minimum 60 litres. Ce bagage doit être résistant et étanche (utiliser une housse éventuellement). Vous pouvez également protéger vos affaires de la poussière ou de l'humidité en les rangeant dans un ou plusieurs sacs plastiques à l'intérieur de votre sac. Quatre ou cinq housses (ventilées) de différentes tailles permettent de compartimenter vos affaires dans votre sac, ce qui est bien pratique.
- Un petit sac à dos de 35 litres environ pour vos affaires personnelles durant les journées ou demi-journées de randonnée. Il vous servira aussi en tant que bagage à main et de cabine lors des transports aériens.
- Un sac banane ou une petite housse, suffisamment fins pour être camouflés sous une veste ou un T-shirt, peut être pratique pour y mettre vos papiers personnels, passeport et assurance, carte bancaire et quelques billets de banque, ordonnances sur des traitements médicaux personnels, etc.

COUCHAGE

- Sac de couchage !confort - 10° à -5°C)
- Drap de sac (ou « sac à viande ») en coton ou en soie, plus léger

VÊTEMENTS

La technique est immuable ! Il faut prévoir plusieurs couches, à ajouter ou enlever en fonction de la température et de votre activité. Vous pourrez laver en chemin quelques affaires qui sèchent

rapidement, notamment les sous-vêtements et chaussettes. Pour les T-shirts, sous-vêtements et chaussettes, prévoir d'en changer 2 à 3 fois par semaine si vous ne lavez rien en chemin. Dans les pays avec insectes, préférez les vêtements de couleurs sombres (mais ni noir et ni bleu foncé).

- Poncho ou cape de pluie
- Sweat ou veste en micro-polaire, fine
- Pull en laine, polaire, duvet... (confort pour le soir)
- T-shirts techniques et/ou à manches courtes (éviter le coton, long à sécher)
- Pantalons léger en toile
- Chaussettes de marche (en coton, évitez le synthétique et les chaussettes de tennis qui produisent fréquemment des ampoules)
- Sous-vêtements
- Maillot de bain
- Chapeau, casquette ou bandeau pour se protéger du soleil

CHAUSSURES

- Une paire de chaussures de marche plus légères
- Sandales

PETIT MATÉRIEL ET DIVERS

- Gourde de 2 litres et pastilles pour désinfecter l'eau
- Couteau de poche type Opinel® ou Laguiole® et/ou un « couteau suisse » multi-usage, à mettre dans le bagage enregistré en soute
- Briquet, notamment pour brûler les déchets papier
- Lampe frontale de type Petzl® + piles de rechange
- Lunettes de soleil de bonne qualité
- Crème solaire (indice élevé) + stick à lèvres.
- Bâtons de marche légers (facultatif)
- Paire de jumelles pour observer la faune (facultatif).
- Appareil photo et/ou caméra (facultatif). Pensez bien à le protéger de la poussière et de l'humidité (dans un sac plastique zippable avec sachet de Silicagel par exemple). Il est possible de recharger les batteries dans toutes les villes et bourgades, mais rarement lors des randonnées. Prévoir des batteries de rechange et cartes mémoires supplémentaires. Il existe aussi des panneaux de rechargement solaire.
- Compléments de nourriture éventuels (biscuits, chocolat, barres de céréales ou énergétiques) pour les randonnées, selon votre goût.
- Photocopie couleur du passeport facilite les démarches administratives en cas de perte ou de vol (à ne pas conserver au même endroit que le passeport !). Toujours en cas de perte ou de vol du passeport, le fait d'avoir de côté deux photos d'identités peut rendre de grands services.

TOILETTE ET LESSIVE

- Trousse de toilette personnelle (brosse à dent, dentifrice, etc.)
- Savon biodégradable faisant parfois office de lessive ou bien lessive biodégradable

- Serviette de toilette de taille moyenne séchant rapidement
- Fil plastique et quelques pinces à linge pour faire sécher votre linge
- Gel liquide désinfectant pour les mains
- Lingettes biodégradable et mouchoirs en papiers
- Nécessaire de couture, avec aiguilles, fils, boutons, épingles de sûreté, etc.

PHARMACIE PERSONNELLE

- Vos médicaments personnels pour toute la durée du voyage. Surtout, si vous suivez un traitement spécifique, prenez impérativement vos ordonnances que vous devez toujours garder sur vous en cas de contrôle, à l'embarquement de l'avion par exemple
- Antidouleur, fièvre : Ibuprofène
- Antibiotiques : Pristinamycine (Pyostacine® 500 mg) (2 boîtes pour 1 traitement de 8j), Amoxicilline+Acide clavulanique (Augmentin®) 1g
- Antalgiques : Paracétamol 500mg
- Antidiarrhéiques : Smecta (prévoir une dizaine de sachets), Intérix (traitement des amibiases), Imodium
- Antiseptiques locaux : Bétadine, Biseptine
- Pommades : Niflugel®, Voltarene® (Antiinflammatoire), Arnigel (coups, ecchymoses), Crème solaire
- Jeu de pansements adhésifs et quelques compresses
- Pansements « double peau » pour les ampoules
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast)
- Répulsif anti-moustiques type « Insect écran® spécial tropiques »
- Traitement antipaludéen sur prescription médicale

Liste indicative et non limitative, il faut au minimum un des produits de chaque famille, prenez conseil auprès de votre médecin ou d'un centre de médecine tropicale s'il y a lieu.

Les piles usagées ou autres déchets dangereux sont à rapporter en France. En voyage, ne donnez sous aucun prétexte un médicament à une personne qui vous le demande sans l'accord expresse de votre accompagnateur.

En cas de doute n'hésitez pas à nous demander.

BIBLIOGRAPHIE - librairie.tamera.fr

Retrouvez également des récits de voyages, des biographies, de beaux livres... À l'agence ou dans notre librairie en ligne développée en partenariat avec les éditions Transboréal : plus de 5 000 ouvrages dédiés au voyage... pour pouvoir vous immerger dans votre projet avant de partir ou pour prolonger le plaisir, une fois revenu !

POUR TOUT RENSEIGNEMENT OU CONSEIL NOUS SOMMES À VOTRE DISPOSITION

- par téléphone au +33 (0)4 78 37 88 88
- par mail à contact@secret-planet.com
- à l'agence au 26 rue du Bœuf dans le Vieux Lyon (métro Vieux Lyon) du lundi au vendredi de 10 h à 12 h et de 14 h à 18 h 30, le samedi jusqu'à 17 h 00.