



CIRCUIT ACCOMPAGNÉ

COSTA RICA

Rando au pays de l'or vert

De chemins en canaux, nous voilà partis à la découverte des richesses naturelles spectaculaires des parcs Tortuguero, Tapanti et Corcovado. Folle traversée à pied et en bateau de la Caraïbe au Pacifique, notre périple n'a de cesse de nous surprendre par tant de contrastes et de beauté : jungles et mangroves, volcans et coraux, toucans et crocodiles, bananeraies et plantations de cacao, plages paradisiaques et cascades fabuleuses.

ITINERAIRE

• J1 - Paris – Alajuela

Départ de France sur un vol régulier Paris - San José (départ de province possible sur demande et selon disponibilités). Transfert à Alajuela (10 minutes).

Note : Nuit à l'hôtel - Repas libres - Vol non accompagné.

• J2 - Cratère de l'Irazu - Parc national de Tortuguero

Nous partons à l'assaut des montagnes pour visiter le fameux cratère du volcan Irazu avec ses dégagements sulfureux et sa lagune vert turquoise (2h de minibus). Nous poursuivons vers la côte caraïbe. Après un petit voyage chaotique et pittoresque (4 heures de minibus), suivi d'une traversée en pirogue au cours de laquelle nous sillonnons l'un des nombreux cours d'eau du parc national, peuplé de petits caïmans (dont les petits yeux rouges apparaissent à la nuit tombante, sous l'éclat de nos lampes torches). Nous arrivons après le coucher du soleil au village de pêcheurs de Tortuguero, face à l'océan.

Note : Nuit en cabanas - Temps de Trajet : 7 à 8 heures.

• J3 - Tortuguero

Au petit matin, à la rame, nous partons sans bruit par les canaux qui drainent la jungle exubérante du parc, guidés par l'expérimenté Don Chico (3h environ d'excursion). Nous scrutons la flore imposante, et étudions la faune, qui dans une paix apparente nous dévoilent peu à peu leurs secrets. A partir de 11h : temps libre : Nous suggérons une expédition avec pique-nique pour grimper au sommet du Cerro Tortuguero qui domine toute la jungle alentour puis revenir au village par une longue balade le long du littoral. Possibilité aussi d'explorer un sentier du parc (1h30 environ) en autonomie, de se balader sur la plage, ou de flâner entre les paillotes et les boutiques. La baignade dans la mer des Caraïbes est fortement déconseillée à cause des forts courants, de la présence d'animaux marins dangereux (requins, raies), et des nombreux bois flottant dans les rouleaux que l'on peut y trouver. Dans la nuit, marche nocturne optionnelle pour tenter d'observer l'un des spectacles les plus saisissants qu'il soit : la ponte d'une tortue marine Baula, fossile vivant géant en voie d'extinction (fin mars à fin avril, observation difficile et rare) ou de quelques tortues Vertes (également menacées mais facilement visibles de juillet à novembre).

Note : Nuit en cabanas - Déjeuner sous forme de panier pique nique - Transfert : 3 à 4 heures de pirogue - Temps de Marche : 1h30 à 5 heures selon activité.

• J4 - Tortuguero - Cerro la muerte - Mirador de Quetzales

Nous naviguons sur le canal qui traverse le parc national de Tortuguero vers le Sud (2h de bateau environs) où nous retrouvons notre véhicule. Après une heure de route, nous faisons halte à Siquirres pour rendre visite à « Chito », un extraordinaire « dompteur de crocodile », un de ces aventuriers locaux à qui il manque un ou deux doigts ... Il nous promènera dans son bateau le long des canaux de sa réserve, où nous allons de surprise en surprise à un rythme étonnant. Après le déjeuner, poursuite de notre transfert (encore 6 heures), avec une pause pour la visite de la fameuse cathédrale de Cartago avant de rejoindre le col du Cerro la Muerte. Installation à 2.650 mètres d'altitude où il peut faire frisquet. Nuit dans une auberge familiale où se retrouvent les amoureux de forêts, de montagne et de Quetzales.

Note : Nuit dans des petits chalets rustiques avec couvertures, chauffage électrique et eau chaude - 2h de pirogue et 6h de minibus.



• J5 - Cordillère de Talamanca

Notre randonnée suivra une descente progressive sur le flanc le plus ensoleillé de la cordillère de Talamanca. Nous rencontrons divers étages de végétations très humides, étonnantes, créant des surprises variées avant d'atteindre un village dont nous pourrions visiter la charmante petite église, avant le retour à l'auberge des Quetzales.

Note : Deuxième nuit dans nos petits chalets rustiques - 6h de randonnée.

• J6 - Mirador de los Quetzales - Playa Dominical

Accompagnés par un véritable spécialiste des Quetzales, nous partirons pour une petite marche de 2h environ dans la forêt tropicale d'altitude, milieu de prédilection de ce magnifique oiseau, prince fugace et mythique des hautes montagnes. Nous serons sur le versant le plus ensoleillé du Cerro de la Muerte (versant Sud Ouest), l'un de ses fiefs et derniers bastions. Observation de nombreux colibris et de beaucoup d'autres espèces. Transfert en fin de journée (3h30 de route -130km environ) à San Isidro et à la plage de Dominical, coté Océan Pacifique.

Note : Nuit à l'hôtel en bord de mer - Temps de marche : 2h - Transfert : 3h30.

• J7 - Cataratas de Nauyaca - Parc National Marino Ballena

Départ pour une balade à cheval à destination des majestueuses chutes de Nauyaca et baignade au pied des chutes. Petit déjeuner et déjeuner à la ferme, en chemin. Déplacement au parc Marino Ballena où nous explorons à pied le littoral protégé et idyllique, baignade non surveillée, possible en certains endroits, jusqu'au coucher du soleil. Retour à Dominical.

Note : Nuit à l'hôtel - 3 à 4h de cheval.

• J8 - Mangrove de Sierpe - Baie de Drake (Péninsule d'Osa)

Transfert matinal (2h30 heures de minibus environ) toujours plus au Sud jusqu'à Sierpe où, après la traversée de plantations de palmiers à huile, nous embarquons sur un bateau-taxi pour rejoindre la grande mangrove de palétuviers et, plus loin, les eaux marines cristallines de la baie de Drake (du nom du pirate anglais, tristement célèbre, qui fréquenta ces lieux jadis). Installation dans nos chalets, déjeuner, puis l'après-midi, programme optionnel: 1/ détente dans ce petit coin de paradis, baignade et repos dans nos bungalows de bois, 2/ promenade vers San Pedrillo en bordure du parc National de Corcovado, ou 3/ excursion possible à Isla del Caño avec au programme snorkeling et observation des magnifiques poissons des mers tropicales (réserve naturelle marine). Attention, cette troisième option, pour se faire, doit être choisie à l'unanimité par le groupe. Apéro au Mirador, nid d'aigle face au panorama sur la baie et le Pacifique.

Note : Nuit en ecolodge (chalets rustiques) - Transfert : 2h30.

Concernant l'option 3 : Si le groupe souhaite faire l'excursion à Isla del Caño à l'unanimité, il faudra en aviser le guide sur place dès votre arrivée, afin de mettre en place la logistique nécessaire à sa réalisation - Coût approximatif des tours vers Isla del Caño : de 60\$ à 80\$ par personne à négocier selon la taille du groupe.

• J9 - Parc Corcovado : Baie de Drake - Sirena- Leona (Péninsule d'Osa)

Nous laissons nos gros bagages qui seront acheminés jusqu'à Puerto Jimenez, et que nous retrouverons 2 jours plus tard, après notre randonnée à travers le Parc National du Corcovado, l'une des forêts les plus riches en faune au monde et la mieux préservée (rando pédestre, sans dénivelé, entrecoupée de pauses d'observation fréquentes de la faune et de la flore). Transfert très matinal en bateau de Drake à Sirena (1h30 à 2h de navigation), le long de la côte pacifique de la péninsule d'Osa. C'est l'occasion de tenter d'observer des baleines ou des dauphins en chemin : les baleines à bosse des deux hémisphères Nord et Sud viennent en effet mettre-bas auprès des côtes du Costa Rica (de décembre à mars et de juin à septembre). Nous débarquons en plein cœur du parc de Corcovado à la station de Sirena où nous prenons un court sentier pour tenter de surprendre un tapir attardé sur la plage ou réfugié dans son repaire. Puis nous commençons une marche le long du littoral pour atteindre La Leona le jour même. En bord de plage, à l'ombre des palmiers, nous découvrons un paysage somptueux alternant forêts peuplées de singes et plages idylliques bordées de cocotiers et d'amandiers américains d'où les grands perroquets rouges nous saluent au passage. Pauses fréquentes. Arrivés à La Leona, nous nous installons pour la nuit au campement sous de grandes tentes confortables, bercés par le bruit des vagues.

Note : Nuit sous tentes (avec lits et douches) au bord de la mer (baignade interdite, sauf éventuellement pour « surfeurs » expérimentés avec planche, beaux rouleaux et courants dangereux jusqu'au bord même de l'eau) - Déjeuner pris sous forme de panier pique nique - Grosse journée de marche : 7 à 8 heures, 17 km environ - Attention : chaque participant devra porter ses affaires pour les 2 jours de randonnée dans le parc du Corcovado. Donc prévoir un petit sac adapté pour le portage de vos effets personnels et du pique nique durant le trek.

• J10 - La Leona - Puerto Jimenez (Péninsule d'Osa)

Balade matinale sur la colline qui surplombe l'océan et redescende par un petit torrent. Puis départ à pied de La Leona pour atteindre finalement la route. De là, nous partons en taxi-brousse en fin de matinée (3 heures de route) pour Puerto Jimenez. A notre arrivée, nous découvrons ce petit port où les perroquets rouges volent en liberté dans la ville au milieu



des quelques boutiques de souvenirs: ambiance sympathique dans ce petit bout du monde ! Temps libre, repos, plage, internet. Avant la fin du jour, nous rendons visite aux crocodiles des marais adjacents au village.

Note : Nuit à l'hôtel - Dîner libre (5\$ à 15\$) - Transfert : 3 heures.

• J11 - Forêt du Corcovado Dos Brazos- La Bolita (Péninsule d'Osa)

Bus collectif (1h environ) vers Dos Brazos puis balade à pied (1h environ) pour rejoindre notre campement niché en pleine forêt, en limite du parc. Nous partons ensuite en direction de 3 cascades (3h de marche). En chemin nous ferons probablement la rencontre de chercheurs d'or en pleine forêt et dans tous les cas nous côtoierons encore la faune et flore exceptionnelles du parc de Corcovado mais dans un biotope nouveau. Pique-nique au bord d'une cascade, baignade et visite des 2 autres cascades. Descente les pieds dans l'eau, par le lit du petit torrent en se baignant parfois jusqu'à la ceinture (3h de marche). Retour pour la nuit au campement.

Note : Hébergement très sommaire (tentes installées sous le toit de cabanes) - Dîner à préparer sur place avec le guide. Attention, le guide n'étant pas cuisinier, ce repas sera donc simple. Cette soirée devrait être très sympa à la condition que chacun de vous mette sa bonne humeur à cet usage. Temps de marche : 7 à 8 heures. Transfert : 1 heure.

• J12 - Dos Brazos - Réserve privée de La Danta (Péninsule d'Osa)

Retour dans la matinée à Dos Brazos puis à Puerto Jimenez par le même moyen de transport collectif qu'à l'aller. Déjeuner dans une « soda » de Puerto Jimenez avant un transfert en minibus vers La Palma (1h de route environ - 40 km). Arrivée à la réserve privée de La Danta pour une balade le long des différents sentiers balisés dans une forêt dense pour tenter de surprendre oiseaux, reptiles ou mammifères (3 km - 2h avec les observations).

Note : Nuit dans un écolodge relativement confortable, littéralement « fondu » dans la nature - Transfert : 1 heure environ - Temps de marche : 2h.

• J13 - Ferme de Cacao - Playa Blanca - Golfo Dulce (Péninsule d'Osa)

Petit transfert vers une ferme de cacao voisine. « Tour du Cacao » : visite (vers 9h) de cette plantation bio avec un spécialiste de la culture du cacao et de sa préparation, suivie d'un exposé et d'une dégustation finale des fruits du jardin avec un délicieux chocolat maison. Après cet encas léger, nous marchons vers la plage de Playa Blanca pour une baignade dans le Golfo Dulce et une petite promenade en kayak sur les eaux calmes (sans courant) de cette baie tranquille, jusqu'au coucher du soleil. Retour à l'écolodge.

Note : Nuit à l'écolodge - Dîner libre: soit en bord de plage, soit au village, soit au retour à l'écolodge - Baignade à Playa Blanca non surveillée.

• J14 - Puerto Jimenez - San José en avion

Retour à Puerto Jimenez le matin pour prendre un petit avion de tourisme vers San José. C'est l'occasion d'un survol magnifique à faible altitude des côtes de la péninsule d'Osa avec sa mangrove parcourue de rivières sinueuses, puis des montagnes du sud et de la cordillère qui borde la Haute Vallée Centrale. Déjeuner dans une soda du centre-ville ou dans le marché pour un dernier bain populaire de couleur locale, achat éventuel d'artisanat dans le marché. Visite à pied du centre ville de la capitale. Visite de musées possibles (musée de l'or, musée du jade ou mieux, le musée national). Retour en microbus à l'hôtel à Alajuela ou San José.

Note : Nuit à l'hôtel - Dîner libre (5\$ à 15\$) - Transfert : 2h - En cas d'imprévue climatique ou technique annulant le vol de retour, nous rentrons en bus de ligne à San José (8 heures de bus environs).

• J15 - San José - Départ du vol international pour la France

Petit déjeuner. Selon l'heure du départ de l'avion, repos à l'hôtel ou temps libre. Une petite expédition au sommet du volcan Poas peut-être organisée pour ceux dont l'avion part dans le courant de l'après-midi (entrée 10\$ pp. plus transport en microbus autour de 120\$ à partager entre les participants). Transfert à l'aéroport.

Note : Nuit en vol - Repas libres - Vol non accompagné.

• J16 - Arrivée en France

Arrivée à Paris dans la matinée (ou en province sur demande, selon les disponibilités).



◉ GENERAL

• Important itinéraire

Le déroulement du programme est donné à titre indicatif. Les étapes peuvent être modifiées sur place pour des raisons météorologiques, de sécurité, d'organisation, d'horaires d'avion ou tout autre événement inattendu. Dans ces moments difficiles, le guide local fera le maximum pour atténuer les effets de ces événements indépendants de notre volonté.

◉ VOTRE VOYAGE

• Le prix ne comprend pas

- Les 4 dîners mentionnés « libres » au programme (entre 8 et 20\$, les jours 01, 10, 13 et 14).
- Les entrées dans les parcs, les musées et certains sites : PN Volcan Irazu (10\$), Tortuguero (15\$), Tapanti (10\$), Isla Caño (10\$), Corcovado (10\$).
- Les activités mentionnées saisonnières ou optionnelles durant les temps libres, comme l'observation de la ponte des tortues marines (15\$) à Tortuguero.
- Les taxes aéroport locales et de sortie de territoire (env. 26\$).
- Les pourboires, les dépenses personnelles et les boissons.
- Les assurances facultatives.
- Les frais d'inscription. (15€ par personne)

• On se dit tout !

Au cours de ce voyage, nous effectuerons de nombreuses balades et randonnées dans les sites que nous considérons parmi les plus intéressants du pays. Or sachez que si certains d'entre eux sont fréquentés par les « ticos » (surnom donné aux habitants) et par les touristes du monde entier, d'autres en revanche sont vierges et très peu visités. Il vous faudra donc parfois accepter les aléas et contraintes imposés par une infrastructure hôtelière sommaire et des voies de communications vétustes. Notez par ailleurs que cette aventure nous mènera jusqu'à la péninsule d'Osa, théâtre d'une épaisse jungle peu explorée et exubérante. Près de 7 jours de notre circuit se dérouleront sur cette terre encore sauvage et peu explorée. Vous aurez l'occasion d'effectuer quelques très belles et originales randonnées, au cours desquelles nous dormirons en jungle et sur la plage. Il s'agit là d'une expérience forte et rustique qui nécessite la volonté d'affronter quelques moustiques, quelques insectes, la boue et l'humidité. Il vous faudra en conséquence vous munir d'un anti-moustique, d'une cape de pluie pour vos affaires et de bonnes chaussures. Aussi, pour cette partie, (J 9 et J10) chaque passager devra porter ses affaires (pour 2 jours et 1 nuit) ainsi que son eau et ses pique-niques pour la journée. Il est à noter également que les temps de transport ne seront pas toujours respectés à la lettre, en effet, l'observation de la faune (et de la flore) étant un des points forts de notre circuit, nous n'hésiterons pas à nous arrêter quand cela en vaut la peine. Il serait dommage de passer devant une colonie de toucans sans prendre le temps de les admirer ! De plus, la plus grande prudence est requise lors des nombreuses possibilités de baignade sur le circuit. Le Costa Rica est longé par de forts courants que cela soit sur sa côte Caraïbes ou Pacifique. C'est la raison pour laquelle un avis positif de la part du guide est indispensable avant de se plonger dans la grande Bleue. Enfin, il est important de rappeler que les rencontres, la découverte et la préservation d'une culture ainsi que de rares écosystèmes doivent être les principaux objectifs de votre voyage ! Nous vous remercions d'avance d'honorer cette magnifique aventure par votre respect, votre curiosité et votre ouverture d'esprit.

• Formalités spécifiques

PASSEPORT

- Passeport en cours, valable 6 mois après la date de retour.
- Pas de visa pour l'entrée au Costa Rica pour les ressortissants français.
- Passage par les USA : Nos vols font parfois escale aux Etats-Unis. Chaque voyageur français y compris les enfants, quel que soit leur âge, se rendant aux Etats-Unis (ou y transitant) pour un voyage de tourisme ne dépassant pas 90 jours, doit être en possession d'un passeport électronique (lecture à l'horizontale et symbole puce électronique) ou d'un passeport individuel à lecture optique en cours de validité et émis au plus tard le 25 octobre 2005. Les passeports à lecture optique délivrés à partir du 26 octobre 2005 ne permettent pas de se rendre aux USA sans visa, ils sont échangés gratuitement en préfecture de police contre un passeport électronique. Attention ! A partir du 12 Janvier 2009, tous les voyageurs français se rendant aux Etats-Unis (ou y transitant) pour un voyage de tourisme ne dépassant pas 90 jours par air ou par mer, devront aussi être en possession d'une autorisation électronique d'ESTA (Système électronique d'autorisation de voyage) avant d'embarquer pour les Etats-Unis. Pour cela, il faut remplir sur Internet, au plus tard 72h avant le départ, un formulaire (équivalent au I94W actuellement rempli à bord). Les formulaires en ligne sont accessibles sur le site : www.CBP.gov/esta. Dès que vous avez un projet de voyage vers les Etats-Unis ou qui impliquera une admission ou un transit par les Etats-Unis, nous vous conseillons de remplir votre formulaire sans plus attendre et au plus tard dès votre inscription. S'il y a lieu, l'un de nos conseillers pourra vous assister dans cette démarche (15 euros de frais). La réponse est obtenue soit le jour même soit le lendemain. Sachez que ce formulaire vous sera demandé par la compagnie au moment de votre



embarquement en France. Si vous n'êtes alors pas en mesure de le présenter, votre accès à bord vous sera refusé et votre voyage avec nous compromis. Nomade Aventure ne saurait alors être tenu responsable. A noter aussi qu'après avoir rempli le formulaire ESTA en ligne, si vous vous voyiez malgré tout refuser votre visa par les autorités américaines, les frais d'annulation de votre voyage vous seraient alors remboursés par notre assurance Mutuaide, à condition d'avoir souscrit à l'inscription, au choix, la convention « Annulation », « Tranquillité », ou « Tranquillité CB ».

- Les enfants ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents. Ils doivent être en possession d'un passeport individuel. Toutefois, les passeports délivrés antérieurement au 12 juin 2006, qui font apparaître des enfants mineurs de moins de 15 ans sur le passeport de leurs parents, demeurent valables jusqu'au terme de leur validité normale.

- Si lors de vos vols transatlantiques, vous passez par un pays où la fièvre jaune est endémique (ex : Brésil, Venezuela...), vous devrez vous munir d'un carnet de vaccination avec la fièvre pour pouvoir sortir de la zone de transit.

Ces conditions peuvent changer, se renseigner auprès du consulat du Costa Rica. Si vous ne pouvez pas embarquer du fait d'un manquement à l'une de ces règles, aucun remboursement ne sera appliqué par Nomade Aventure.

VACCINS ET SANTE

Nous vous conseillons d'être à jour concernant les hépatites A et B et le D.T. Polio. Attention : notez bien par ailleurs que le certificat de vaccination contre la fièvre jaune est obligatoire pour les passagers ayant séjourné dans une zone à risque : Colombie, Venezuela, Brésil, Equateur, Pérou, Guyane, Gambie, Guinée, Sierra Léone, Liberia, Ghana, Nigeria, Gabon, Congo, Angola, Cameroun, Soudan et Burkina Faso. Dans la mesure où vos vols internationaux peuvent passer par le Venezuela (notamment avec Air France - Taca), dans ce cas la vaccination contre la fièvre jaune devient, de fait, obligatoire. La vaccination contre la fièvre jaune est valable 10 ans et doit être effectuée au plus tard 10 jours avant le départ du voyage. Nous vous conseillons donc vivement de vous vacciner pour ce voyage et en prévision de vos futurs voyages (10 prochaines années). Traitement antipaludéen : Vous ne serez pas confronté à ce problème lors de votre voyage. Vous pouvez toutefois, pour plus de sécurité, demander l'avis à votre médecin. Dans tous les cas, sachez qu'une moustiquaire imbibée d'un produit répulsif reste une bonne solution.

Etre en bonne santé est essentiel. Nous vous conseillons d'effectuer un bilan de santé chez votre médecin si vous ne l'avez pas fait depuis longtemps en expliquant les principales caractéristiques de votre prochain voyage (soins remise en forme, hammam, climat, altitude, difficulté...). Une visite chez votre dentiste est aussi une excellente initiative.

• Important

Votre accompagnateur reste le seul juge du programme qu'il peut être amené à modifier à tout instant en fonction des possibilités d'hébergement, de la nivologie ou des conditions météorologiques, du niveau des participants ou tout autre raison pouvant nuire à la sécurité du groupe ou au bon déroulement du séjour.

• Caractéristiques du circuit

Voyage dynamique et varié. Un goût pour les activités de pleine nature, et notamment pour la randonnée est nécessaire pour apprécier à son juste titre ce voyage. Les randos, et autres activités (cheval, barque) sont accessibles à tous, sous réserve d'être en bonne forme physique. Les étapes sont d'environ 3 à 8 heures et les dénivelés ne sont pas importants sauf au PN Tapanti (900m). Quelques week-ends de mise en jambe ne sont pour autant pas à écarter pour optimiser votre forme durant ces 15 jours intenses. Mais l'essentiel reste de participer à ce voyage à la seule condition d'y voir avant tout une exceptionnelle opportunité de rencontres et d'échanges. Vous devrez par ailleurs, chacun, emporter un petit sac à dos, qui vous permettra d'avoir avec vous les effets personnels dont vous pourriez avoir besoin au cours de la journée (maillot de bain, cape de pluie au cas où, appareil photos, pique nique, etc.). Groupe jusqu'à 15 personnes maximum. Pour des groupes déjà préconstitués, merci de nous consulter.

• Budget sur place

Si l'euro est désormais devenue une monnaie « facile » pour le voyageur qui emprunte les sentiers d'Amérique latine, au Costa Rica, le dollar reste néanmoins une devise plus pratique (règlement et change). Attention : les traveller's cheques sont par contre très difficiles à changer.

• Pourboires

Vous nous interrogez régulièrement sur le sujet en nous demandant de vous fournir des indications sur le montant du pourboire à donner à nos équipes locales. Nous restons sur ce sujet fidèle à notre ligne directrice, à savoir que le versement d'un pourboire ou d'une gratification à un ou plusieurs membres de nos partenaires locaux reste soumis à votre libre appréciation. En aucun cas, les équipes locales ne sauraient invoquer une quelconque coutume ou habitude culturelle afin d'exiger quoi que ce soit de votre part. Sachez néanmoins que ces gratifications sont très appréciées des équipes locales, qui y voient un signe de remerciement pour un travail bien accompli, accordé en fonction de votre niveau de satisfaction dudit travail mais aussi des petites attentions qu'elles ont mis à cœur de vous offrir pour que vous passiez le meilleur voyage possible.

Aussi, nous vous recommandons un montant (facultatif et ne faisant en aucun cas partie du salaire !) autour de 3 USD par jour et par participant pour votre guide principal (2 USD pour un « ayudante »). Les petits services (porteurs, piroguiers, etc.) peuvent également être gratifiés de quelques « pesos ». Attention, pensez à bien gérer votre budget pourboire en conséquence des guides complémentaires qui pourraient intervenir en cours de circuit et vous quitteraient avant votre départ. Une petite idée ... là encore facultative ... il vous est possible de faire une caisse commune avec les autres



participants du groupe, qui servirait à « distribuer » les pourboires auprès de vos différents intervenants, évitant ainsi les éternels problèmes de monnaie.

Afin de vous donner une idée du niveau de vie sur place (afin notamment de bien mesurer le poids dudit pourboire, qui, sorti de son contexte, peut parfois paraître saugrenu ou au contraire dérisoire), voici quelques indicateurs de la vie quotidienne au Costa Rica : SMIC = 250 USD - Bouteille d'eau = 1 USD - Café = 1,5 USD - Paquet de cigarettes = 1,5 à 2,5 USD - Repas « local » = 5 à 7 USD (genre « plat du jour », « menu del dia », « comida corriente », cantine ... attention c'est une moyenne nationale pour un « local », qui ne reflète donc pas les inégalités du pays et qui n'est donc pas représentatif de ce qui se fait dans les endroits très touristiques ou les centres d'affaires des grandes villes évidemment ! ... ce n'est donc pas forcément le montant que vous trouverez à payer en tant que « touristes ») - Repas « class » = 12 USD (dans un bon restaurant là en revanche, d'une grande ville du pays par exemple, avec entrée / plat / dessert, toujours pour un « local »). Sachez que ces infos ont été récoltées en décembre 2009, et qu'elles sont donc forcément à temporiser en fonction du taux de change (car traduit en dollars). Ces données peuvent donc évoluer avec le temps. Elles nous donnent toutefois déjà un point de départ.

• Transport

Transferts en bus, minibus, pirogue, bateau collectifs, taxi-brousse ou bus de ligne.

La bonne fréquence des transports publics dans le pays nous permet en effet d'en faire usage de temps en temps et à bon escient. Quand les transferts se font en bus privés, les chauffeurs et guides chargent et déchargent les véhicules et embarcations, mais vous devrez prendre vos sacs et les rassembler à proximité. Sachez aussi que même quand les transferts se font en bus de ligne, le guide vous accompagne. En somme, il reste avec vous du début à la fin du circuit ; il n'y a donc jamais de transferts non accompagnés (sauf exception, spécifiée avant votre départ - arrivée anticipée ou retour différé par exemple - ou en cas de force majeure).

• Encadrement

Nos voyages sont encadrés par un accompagnateur francophone. En général, l'équipe se compose d'un guide, d'un chauffeur, ou d'un piroguier suivant l'itinéraire. Pendant la randonnée dans la péninsule d'Osa, chaque passager devra porter ses affaires pour toute la randonnée. A noter par ailleurs que si votre guide, de par l'exercice de sa profession dans ce pays aux richesses naturelles si exceptionnelles, a développé un goût certain pour la connaissance du milieu environnant (faune et flore notamment), il n'en est pas pour autant un biologiste expert ! Sachez enfin que lors des transferts privés, votre guide sera accompagné de chauffeurs hispanophones.

• Nourriture

Les repas sont constitués à partir de produits locaux achetés sur place. Nous essayons au maximum de vous faire goûter la nourriture typique. Parfois, pour des questions d'organisations de nos journées, les déjeuners seront pris sous forme de piques niques (sandwichs). L'eau est potable partout, sauf dans les communautés de montagnes et dans les zones très isolées. Dans ce cas, pensez à emporter des pastilles de purification, à moins d'acheter des bouteilles d'eau (disponibles partout dans le pays). Tout le matériel de cuisine est fourni (assiettes, couverts).

• Hébergement

Nuits en hôtels simples, en cabanas, en lodges, en paillotes et sous la tente. Les hébergements « en dur », parfois rustiques, restent dans tous les cas propres et sympathiques. Vous y serez répartis dans les chambres en fonction du remplissage du groupe. Attention : si vous avez des préférences (couples, amis voyageant ensemble, etc.), il est important que vous nous le signaliez lors de votre inscription que nous puissions faire le nécessaire. Aussi, un supplément (nous consulter) sera à régler à Nomade avant le départ si pour des convenances personnelles vous souhaitez être hébergé en chambre individuelle (sous réserve de disponibilités). Un drap ou drap housse (« sac à viande ») est indispensable.

Nous attirons votre attention sur les "tentes" dans lesquelles vous serez amenés à dormir. Il s'agit de tentes posées sur un sol dur avec de "vrais" lits, les douches sont en dur et le cadre idillique !

• Documents de voyage

Votre contrat d'assurance / assistance rapatriement doit être entre les mains de votre accompagnateur. Si vous souscrivez ce contrat avec nous, nous vous en fournissons un exemplaire à l'inscription, que vous devez absolument emporter avec vous en voyage. Si vous avez votre propre assurance, n'oubliez pas d'en prendre une copie (nom de l'organisme, numéro de contrat, personne à contacter, numéro d'urgence) et d'en donner un exemple à l'accompagnateur. Attention : sachez que, quel que soit l'accident, il vous faut contacter l'assurance avant d'engager toute procédure, les médecins du pays et les médecins de l'assurance décidant alors de la suite à donner ; c'est important car toute décision non conforme à la leur impliquerait une non responsabilité de l'assureur (donc un non remboursement des frais engagés).

◉ EQUIPEMENT

• Pharmacie personnelle

Faites-vous une pharmacie personnelle. En cas de traitement médical, prévoir suffisamment de réserve pour la durée du séjour. Celle-ci doit contenir vos médicaments usuels auxquels vous ajouterez des antalgiques, crème de protection pour



les lèvres et la peau, vitamine C, crème pour les coups de soleil, gel pour les courbatures, nécessaire pour soigner les ampoules aux pieds (pansements double peau), anti-diarrhée et antiseptiques intestinaux. Il est important de prendre des bandages, sparadraps et élastoplasts car ils peuvent être très utiles. Une pince à épiler et une aiguille pour les échardes. Pensez aux produits anti moustiques. Attention la pharmacie doit voyager en soute. Votre guide possède lui aussi une pharmacie contenant un aspiénin et des médicaments de base.

• Bagages

Franchise de 18 kg maximum pour votre bagage en soute.

Bagage principal : Un sac de voyage souple ou un sac à dos est conseillé car ils sont faciles à ranger dans les véhicules. Dans tous les cas : pas de valise, car ce bagage devra être adapté à des déplacements en bus locaux ... vous aurez en d'autres termes à le porter sur de très courtes distances. C'est aussi le sac qui voyage dans la soute de l'avion. Pendant le voyage, il contient les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée. Transporté par les véhicules, vous le retrouverez le soir. Attention : Sur les vols internationaux, notamment ceux transitant aux USA, ne fermez pas à clé vos bagages enregistrés en soute ! L'administration américaine chargée de la sécurité des transports et de vérification des bagages (TSA : Transportation Security Administration), est en droit d'ouvrir vos bagages, quitte à endommager ou détruire les serrures. Seules des sangles ou cadenas à la norme TSA sont reconnus par cette administration puisqu'ils disposent des passes leur permettant d'ouvrir et de refermer les verrous. Ces fermetures sont donc très utiles, voire nécessaires, lors d'un voyage ou d'une escale aux Etats-Unis. En pratique, vous pouvez vous procurer ces cadenas et sangles TSA dans les commerces. (10-15 euros) Le logo TSA est reconnaissable de façon très simple par un losange rouge.

Bagage à main : un petit sac à dos de randonnée est indispensable. Pendant le voyage, ce sac que vous porterez contiendra les affaires de la journée : gourde, appareil photo, etc. Choisissez-le suffisamment grand (40 litres conseillé). C'est également le sac que vous utilisez en cabine dans l'avion. Ce sac ne doit pas être volumineux, il doit contenir ce qui est fragile et ce qui peut être utile entre le moment où vous enregistrez votre bagage à l'aéroport de départ et le moment où vous le récupérez à l'aéroport de destination. A titre d'exemple : appareils photos et vidéo, veste, livres, médicaments personnels, trousse de toilette, etc... Il est utile d'avoir dans son petit sac à dos de cabine de quoi "survivre" pendant quelques jours à l'arrivée au cas où le gros bagage en soute n'arrive pas. Donc penser à avoir avec soi ses chaussures de marche, ses médicaments et quelques vêtements pour les jours d'attente éventuels. PS. Laissez tout objet contenant (couteau, ciseaux, coupe ongle, etc...) ainsi que votre briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion. Attention : nous vous rappelons que même si l'Amérique latine reste une destination sûre, il n'en est pas moins essentiel de bien veiller à vos affaires personnelles durant le voyage. A ce titre, ne laissez jamais vos effets personnels sans surveillance : ce qui est valable dans les gares routières par exemple (où vous faites généralement bien attention, car cela tombe sous le sens), l'est aussi durant les pauses que nous pourrions faire lors de nos transferts en véhicules privés, où vous êtes malheureusement bien souvent tenté de laisser, à tort, sur les banquettes, appareils photos, documents de voyage, argent, etc. Nomade Aventure ne serait en effet être tenus responsables des vols éventuels survenus à ces occasions du fait de votre négligence.

• Vêtements

Vêtements légers de préférence en coton (short et pantalon) ; Chemises à manches longues offrant une excellente protection contre le soleil et surtout contre les moustiques qui, le soir et le matin (lorsqu'il n'y a pas de vent), viennent tourner autour de vous ; Prévoir un pull ou une fourrure polaire légère ; Cape de pluie ; Des sacs plastiques pour protéger vos vêtements de la pluie à l'intérieur de votre sac. Pensez aussi à voyager léger : vous pourrez facilement acheter sur place T-shirt ou autres ...

• Equipement

Couteau (pensez à mettre dans le bagage en soute pendant votre vol) ; Gourde, minimum 1 litre, mais les bouteilles d'eau, achetées sur place conviennent aussi très bien ; Des pastilles de Micropur ou d'Aquatab pour purifier l'eau (nous nous en servons pour boire l'eau de certains ruisseaux dans le parc Corcovado) ; Une lampe frontale ; Une paire de BONNES jumelles pour l'observation des animaux (attention : le diamètre des lentilles doit être assez grand pour capter les couleurs en forêt, souvent à contre jour pour l'observation des oiseaux) ; Lunettes de soleil et couvre-chef ou chèche, ou chapeau ; Crème solaire et labiale ; voltage : 110 V + adaptateur ; Attention au cou et aux avant-bras ; Une (petite) serviette de toilette et un maillot de bain Papier hygiénique ; Produit anti-moustiques (pour moustiques tropicaux !).

Chaussures : Pour les randonnées, prenez des chaussures qui sont déjà faites à vos pieds. Rôdez-les avant le départ si elles sont neuves (ampoules au début du voyage !). Choisissez des chaussures de type "brousse" ou de randonnée de moyenne montagne, à semelles épaisses mais souples et à tiges montantes, en toile ou en Gore-tex. Pensez à emporter une autre paire pour vous détendre au bivouac, et ou pour la plage de type "jogging" ou espadrilles. Privilégiez les chaussettes de coton, pas de simples tissus synthétiques (style chaussette nylon). Par contre, il est possible d'obtenir des chaussettes de randonnées en synthétique avec coton qui sont très performantes. En complément, vous pouvez enfiler des bas de nylon avant vos chaussettes, cela peut vous éviter l'apparition de douloureuses ampoules.

• Couchage

Sac de couchage non nécessaire sur ce voyage. Un simple drap ou petit drap housse est conseillé.



• Informations régionales

CLIMAT

Climat tropical humide et chaud avec des températures comprises entre 27°C et 32°C, suivant les saisons. Il fait plus frais en altitude. Il existe "en principe" 2 saisons : la "Saison Verte" (saison humide) de juin à octobre (pluies brèves mais torrentielles), sèche de novembre à mai (soleil et ciel dégagé). Mais attention, le Costa Rica est un pays à la végétation luxuriante, ce qui signifie que de toutes façons, tout au long de l'année, quelques grosses averses sont à prévoir. Si celles-ci ne durent jamais très longtemps, elles peuvent néanmoins en quelques minutes nous tremper « jusqu'aux os », mais cela fait partie de l'ambiance si particulière des Caraïbes. Bientôt vous ne vous en formaliserez même plus, d'autant que par grande chaleur, cela s'avère même plutôt très agréable !

DECALAGE HORAIRE

En été : - 8 heures par rapport à la France.

En hiver : - 7 heures par rapport à la France.

• Esprit du voyage

La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide et de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Pour cela, chaque participant se documente suffisamment sur le pays pour être autonome.

Les itinéraires publiés ont été conçus de façon à être réalisés avec toute la précision possible. Des conditions particulières peuvent, malgré tout, entraîner des changements dans le déroulement des services prévus. Aussi, vols, horaires, itinéraires aériens et hôtels peuvent être modifiés en cas de force majeure : grèves, conditions atmosphériques, calamités naturelles, troubles civils ou militaires, actes de terrorisme et autres faits similaires. Pour ces raisons, non imputables à l'agence, d'éventuelles dépenses supplémentaires, acceptées par les participants ne pourront être remboursées. Il en sera de même pour les prestations non fournies et non remplacées pour les causes énoncées ci-dessus. De plus, l'agence ne peut être tenue responsable des prestations non obtenues suite aux retards ou annulation des vols.

Le bar de l'expédition : une spécialité de votre région ou une bouteille sera toujours la bienvenue.

◉ BIBLIOGRAPHIE

• Bibliographie

Guides : Marcus, Ulysse, Gallimard, Petit Futé, Lonely Planet (en anglais).

Sur place : "Parques Nacionales" de Mario Boza (Ed. Incafo), "Birds of Costa Rica" de Stiles et Skutch (Ed. Ithecany).

◉ INFORMATIONS GENERALES

• Cas de force majeure

Nous sommes à même de pouvoir modifier un circuit si les conditions locales l'exigeaient (catastrophe naturelle, mouvements sociaux, etc.) ceci pour sauvegarder l'intégrité physique et morale des participants. En cas de frais supplémentaires, ceux-ci seraient à la charge des participants.

• Attitude responsable

1) L'ESPRIT ATR

Être membre d'ATR (Agir pour un Tourisme responsable), c'est s'engager sur la limitation des effets négatifs que peut avoir une activité touristique et développer cette activité dans un objectif durable.

Cet état d'esprit correspond pleinement à ce que nous sommes chez Nomade et surtout à ce que sont nos clients.

En un mot, c'est voyager dans une attitude responsable au regard des pays et des hommes, sans laisser de trace ou presque.

2) LA CERTIFICATION

En janvier 2010, nous avons eu le plaisir d'obtenir la certification ATR, délivrée par l'AFNOR, organisme certificateur indépendant.

Ce label "Tourisme responsable" confirme notre engagement de spécialiste de l'aventure dans sa pratique du tourisme responsable.

Cette certification a été délivrée suite à un audit réalisé au sein de l'agence en décembre 2009 permettant de vérifier les engagements suivants :

- Développer un tourisme qualitatif et minimiser les effets pervers de l'industrie touristique.
- Impliquer et privilégier les populations locales dans le développement.
- Veiller au respect des hommes, des usages et des cultures des pays visités.
- Sensibiliser nos clients à ces problématiques.



- Favoriser la transparence de l'information vis-à-vis de nos clients et veiller à la qualité des services offerts.
- Mettre l'humain au cœur de nos préoccupations.
- S'engager en matière de lutte contre le CO2, de gestion des déchets, de préservation de l'environnement, de management des équipes et de partage des résultats.

Ces principes doivent être partagés par les membres de l'entreprise mais aussi par l'ensemble de nos partenaires, prestataires ou réceptifs. Cela fait maintenant plusieurs années que Nomade Aventure s'engage dans l'esprit ATR. L'AFNOR vérifiera chaque année, au sein de l'entreprise, le respect de l'ensemble de ces critères de certification et l'évolution de nos actions.

Toute l'information concernant la labellisation ATR sur le site www.tourisme-responsable.org

3/ NOS ENGAGEMENTS...

Préserver la planète

- Nomade met le paquet... et s'oxygène à la compensation CO2 pour lutter contre le réchauffement climatique ! Même s'il n'est pas possible d'annuler les émissions de CO2 liées à un voyage en avion, on peut les compenser. C'est-à-dire participer volontairement, à hauteur du coût de ses émissions de CO2, à des projets de développement solidaire permettant de les absorber considérablement.

Dès à présent, nous avons décidé de prélever sur notre rémunération, une somme calculée sur la base du CO2 émis, en accord avec le protocole de Kyoto qui préconise une compensation d'au moins 20% dans l'immédiat. Par ailleurs, nous compensons depuis deux ans 100% des émissions de CO2 liées aux déplacements professionnels de nos équipes. Ces sommes prélevées financent, via la fondation Nomade Aventure, des projets comme la reforestation responsable et la création de pièges à carbone.

Elles sont de 1€ pour la France, 2€ pour les voyages moyen-courriers et 7€ pour les long-courriers. Ainsi, nous compensons à 100% toutes les émissions de CO2 sur la France et 20% partout ailleurs.

- Dans le même ordre d'idée, l'ensemble de la chaîne de fabrication de nos brochures est certifiée FSC - PEFC : des papiers entièrement recyclables et exempts d'acide, fabriqués à partir de fibres et de bois provenant de forêts gérées durablement (moins de 4% des forêts de la planète le sont) aux imprimeurs labélisés, sans oublier les usines qui les fabriquent.

Contribuer au développement des pays et des régions

- Parallèlement, nous identifions des initiatives locales pouvant être soutenues par Nomade Aventure en tant qu'opérateur économique. Notre modèle initial n'a pas pris un coup dans l'aile : travailler avec des guides et des partenaires locaux, mettre à profit notre expérience dans l'étude et le suivi de projets simples et réalistes restent notre priorité, ainsi que vérifier la réalité des relations entre les différents acteurs, tel que le circuit de redistribution monétaire équitable entre les guides, les chauffeurs, les cuisiniers et les chameliers.

- Dès à présent, nous recensons, à travers nos voyages, les personnes, familles ou villages ayant besoin d'un financement au démarrage d'une activité. La réussite de cette démarche se fera par l'accompagnement du projet puis par la pérennisation de l'activité, notamment grâce à votre passage.

4) ACTIONS RESPONSABLES

Et vous, que pouvez-vous faire ? Adoptez la "Nomade attitude"

Nous vous recommandons d'adopter durant votre séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées dans la charte éthique du voyageur que vous avez reçue avec vos documents de voyage et que vous pouvez consulter à tout moment sur notre site internet www.nomade-aventure.com. Nous pouvons également vous l'envoyer par courrier, sur simple demande de votre part. Quelques conseils : évitez l'usage des bouteilles en plastique, les emballages en portions individuelles, et rappez tout ce vous pouvez, en particulier les piles et emballages plastique, difficilement recyclables actuellement dans bon nombre de pays.

Enfin, ramenez-nous des nouvelles fraîches des pays visités en complétant le "Questionnaire qualité" au retour de votre voyage.

En voyageant avec Nomade, vous serez acteur d'un tourisme respectueux et solidaire, vous influerez sur l'évolution et le développement des populations rencontrées. Vous aurez aussi une responsabilité certaine et un rôle de garant de cette philosophie "Agir pour un Tourisme Responsable".