



CIRCUIT ACCOMPAGNÉ

NEPAL

Aux portes du Mustang, chez les Takhalis

D'un village de réfugiés Tibétains ou, d'une ruelle de Bhaktapur à un hameau du pays Takhali, vos pas croiseront peut être une certaine Jamuna à Thinigaon, un Karma à Dangarjong ou, une Mulamgurung à Lupra qui tous, vous marqueront de leur sourire et leur gentillesse. Cette rando inédite invite à une réelle expérience de vie au travers de l'approche du quotidien des gens.

C'est entre deux géants dépassant 8000 m, le Dhaulagiri et l'Annapurna, dans la vallée de la Kali Gandaki que vous cheminerez. Vous traverserez ses bourgs pittoresques où cohabitent depuis des siècles hindouistes et bouddhistes tibétains puis, au nord du massif des Annapurna.

ITINERAIRE

• J1 - Paris - Kathmandu (1 300 m).

Vol Paris / Kathmandu (1 300 m). Nuit en vol.

• J2

Arrivée à Kathmandu l'après-midi du J 2 ; Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel. Selon l'horaire d'arrivée, visite libre et premiers pas dans cette étrange et fascinante ville. (Repas non compris à Kathmandu). Nuit à l'hôtel

• J3 - Patan - Baktapur - Nagarkot.

Visite de Patan, la ville aux mille toits dorés : Par les ruelles du quartier des artisans nous rejoignons le temple aux mille bouddha puis la place du Durbar Square et son musée, dont les statues et peintures sont de véritables trésors. Déjeuner possible dans les jardins du palais à l'ombre des tonnelles de fruits de la passion.

Transfert pour la cité newar de Baktapur, qui demeure la ville la plus autonome de la vallée. (Agriculteurs, artisans, potiers, commerçants) : Le Durbar Square ou place du palais Rira avec ses belles statues de la déesse Durga et de Bhairav, la porte dorée, chef d'œuvre de l'art népalais, donnant accès à Sundari Chok qui renferme le bassin rituel du roi de Baktapur, gardé par un grand Naga (serpent) de bronze. En dehors de Durbar Square se dresse le temple de Nyatapola, magnifique pagode à cinq étages, consacré à la déesse Laxmi. Promenade dans les ruelles de Baktapur empreintes d'une atmosphère toute médiévale, jusqu'au marché des potiers où les énormes roues tournent inlassablement.

Transfert à Nagarkot et nuit à l'auberge « Om Manla » ou équivalent selon disponibilité. Levé et couché de soleil sur la chaîne himalayenne du Langtang à l'Everest à l'est.

Auberge respectueuse de l'environnement et adaptée aux personnes recherchant la simplicité et l'immersion dans la nature.

• J4 - Bodnath - Pashupatinath - Pokhara.

Transfert à Bodnath, quartier habité principalement par des bouddhistes tibétains et népalais, entourant le plus grand stupa du Népal. Visite des monastères bouddhistes aux quatre points cardinaux. En fin d'après-midi la foule des tibétains tourne autour de le stupa en priant. Nous assisterons aux puja, cérémonies bouddhistes. Transfert en taxi au site hindouiste de Pashupatinath où se déroulent les crémations au bord de la rivière Bagmati sacrée parce qu'affluente du Gange. Montée sur la colline faisant face au temple de Shiva : Les singes espiègles y sautent de temples en temples et, des sâdhus, renonçants, aux longues barbes charment des cobras de leurs flûtes de bambou. Vol pour Pokhara. Nuit en hôtel

• J5 - Pokhara - Lete (2 480 m).

Vol pour Jomosom à bord d'un petit avion à hélices et descente en bus ou en jeep à Lete. L'après midi balade autour de Lete et jusqu'à la passerelle suspendue. Lodge très modeste. 3 à 4 h de marche.



• **J6 - Lete - Konjo - Taglung (2 630 m).**

Départ à l'aise le matin pour une courte étape en passant par Chhoya vers Taglung au pied de la « Montagne bleue », l'énorme Nilgiri. Après midi avec la population locale lors des balades entre rizières et champs de maïs ou, jardins. L'arrêt dans ce beau village favorise les rencontres et les échanges. Nuit dans la seule auberge existant au confort quasi inexistant. Pas de sanitaires à ce jour. 2 à 2h 30 de marche. Dénivelé d'env. 800 m.

• **J7 - Taglung - Tukuche (2 586 m).**

Passage d'un petit col d'où apparaît le sommet du Dhaulagiri et son impressionnant glacier puis, descente à travers une belle forêt de pins et d'épicéas de l'Himalaya. A Khokethanti suivant la saison nous prendrons l'une ou l'autre rive de la Kali Gandaki. En période sèche (mi-novembre à fin Mars) nous suivrons le sentier de la rive gauche en passant par Sirkun, quelques maisons au milieu des plantations d'argousiers. Le sentier serpente à travers les genévriers pour rejoindre Sauru, petit village takali protégé par son monastère bouddhiste. D'ici superbe vue sur le village de Kobang écrasé par les 8 000 m du Dhaulagiri.

Passage sur les bras de la Kali Gandaki par des ponts temporaires. Nuit à Tukuche, l'un des plus beaux villages du pays takalis. Pendant très longtemps il fut le lieu de dépôt des marchandises venant du Tibet tel le sel, les chèvres et la laine ou, y partant comme le riz, les tissus indiens, les épices. Les grosses maisons aux portes et fenêtres ouvragées témoignent de la richesse de ses habitants.

C'est d'ici que l'équipe de Herzog et Lachenal partit pour l'exploration du Dhaulagiri et ensuite, pour l'ascension de l'Annapurna. Installation dans une très belle lodge, ancien caravansérail récemment restaurée. Dégustation possible de cidre maison.

5 à 6 h de marche. Env. 150 m de dénivelé

• **J8 - Tukuche - Thinigaon (2 880 m).**

Après le passage pour une toilette rapide à la rivière sacrée de Chokopani et la visite du hameau, nous poursuivons notre chemin jusqu'aux maisons en pierre, aux ruelles sinueuses et voûtées, aux jardins et aux vergers en terrasses de Chhimang à 3 000 m. Nous atteignons ensuite le camp tibétain de Chairou où des réfugiés se sont installés il y a plus de 25 ans : Petites maisons individuelles de pierres blanches aux toits en terrasse avec les réserves de bois, ruelles propres. Le monastère beaucoup plus ancien, est en restauration. Déjeuner au restaurant de la communauté tibétaine.

Continuation vers Thini Gaon en passant par le lac de Dumpha. Lodge simple mais immersion complète dans la vie locale et chez l'habitant. Vues sur le Nilgiri et le Dhaulagiri. Dénivelé de 20 à 100 m – 7 h à 7 h 30 de marche.

• **J9 - Thinigaon - Lupra - Kagbeni (2 810 m).**

Le sentier longe des champs immenses pour rejoindre l'ancien village de Jomosom sur la rive gauche de la Kali Gandaki. De là il nous faudra suivre la piste classique du tour des Annapurna pendant 1 h 30 et, arrivés à la rivière Panda Khola, nous quitterons la piste pour suivre la rivière qui s'enfonce à l'ouest. Déjeuner chez l'habitant à Lupra. Nous continuons notre trek vers Kagbeni à 2 810 m et, l'entrée du Mustang. Nuit en lodge Dénivelé 100 m. Env. 6 à 7 h de marche

• **J10 - Kagbeni – Piling - Phala (3 200 m).**

Le village fortifié de Kagbeni est la porte d'entrée au Mustang. Ballades dans ses ruelles moyenâgeuses. Puis départ pour Phala, autre beau village typique de la région à 3 200 m. Installation dans l'auberge familiale de Karma Serky Gurung. Visite du village tibétain fortifié de Dangarjong à 30 mn de marche de Phala.

Dénivelé : Env. 200 m - 1 h 45 à 2 h de marche.

Si vous avez la forme et si l'étape vous semble trop courte, possibilité de monter à un super point de vue au dessus de Phalagaon : Il faut 2 h 30 de montée et 1 h 30 de descente. De là on voit le Mustang jusqu'à Lho Mantang, Muktinath, le Thorong pass, le Mesokento pass et les Nilgiri. Très, très beau !

Dans ce cas, on a 6 h de marche.

• **J11 - Phala - Jomosom (2 600 m).**

Continuation de la rando en direction de Thinigaon pour la dernière nuit dans la Kaligandaki. Balade dans le village ou visite de Jomosom à 2 600 m. Nuit en lodge et douche. Environ. 4 à 5 h

• **J12 - Jomosom - Pokhara (900 m).**

Beau survol de la chaîne himalayenne de Jomosom à Pokhara en matinée (Installation à l'hôtel puis départ pour une marche à pied sur les rives du lac Phewa (7 à 8 km à pied). Observation de scènes de vie dans les rizières et les fermes ainsi que de la pêche artisanales. C'est une zone humide avec des oiseaux sauvages, rapaces pêcheurs, aigrettes et autres... Retour à l'hôtel.

14 km à pied et 5 à 6 h de marche.



- **J13 - Pokhara - Kathmandu - Paris.**

Vol pour Kathmandu. Selon horaire, temps libre et vol de pour Paris, arrivée je J14.

- **J14**

Arrivée à Paris le j. 14.

◉ VOTRE VOYAGE

- **Le prix ne comprend pas**

- Les assurances facultatives (voir ci-dessous la rubrique « Assurances »),
- L'éventuel supplément chambre individuelle sur demande uniquement,
- Les repas dans la vallée de Kathmandu et lors des transferts
- Les boissons,
- Les pourboires aux guides et porteurs (travail saisonnier),
- Les frais de visa népalais établis en \$ mais payables en € au taux de change bancaire en vigueur le jour de votre arrivée,
- Les frais d'entrée sur les sites de la vallée de Kathmandu et les activités optionnelles à Pokhara.

- **On se dit tout !**

De nombreux espace de temps libres seront un des atouts de ce voyage. Vous irez en compagnie de votre guide sur les sentiers, à travers champs et, dans les jardins en terrasses, vous découvrirez les intérieurs des maisons et discuterez avec les gens... Le bonheur est réellement dans le pré et chez les Takhalis.

Il faut savoir qu'entre un village de réfugiés Tibétain, une ruelle sombre de Bakhtapur et un hameau Takhali, vous vous réjouirez peut être de croiser le chemin d'une certaine Jamuna à Thinigaon, d'une Mulamguring à Lupra ou d'un Karma à Dangarjong. Vous ne pourrez qu'en garder de bons souvenirs.

Ce trekking dynamique s'adresse certes à des participants en bonne condition physique et, ayant une expérience préalable de la marche itinérante et en altitude. Néanmoins il reste d'un niveau modéré. S'il est pour beaucoup, l'occasion du challenge de passer la barre des 3 200 m d'altitude.

Sur certaines partie l'axe est fréquenté et les structures de service au trekkeurs (lodge et tea-shop) y sont nombreuses et bien entretenues.

La qualité et le choix judicieux des vêtements et, de votre équipement contribuent à la réussite de votre voyage. Votre confort dépend de votre équipement. N'hésitez pas à demander conseil ! Des chaussures de randonnée en moyenne montagne évidemment mais également la polaire et le coupe-vent. Il peut y avoir du vent !!!

Sur un tel voyage il est important de réaliser qu'il peut parfois faire froid même la journée (entre 8 et 13 °C selon date de départ et conditions météo ou, vent). Il convient donc de s'équiper en conséquence : vêtements, habillement « multicouche et de qualité » et sac de couchage « très chaud » + drap de sac pour les nuits douces durant lesquelles le sac « chaud » vous mettra à l'étuve s'il est fermé.

Les soirées douces au départ, deviennent rapidement fraîches et enfin « glaciales ». Les lodges ne sont pas chauffés. Pensez à des chaussettes chaudes qui, avec des jogging, feront office de charentaises, à une cagoule ou un chèche, à des gants de laine : On a froid aux extrémités, orteils, doigts, cou, oreilles....

En montagne, le guide népal est francophone de 6 à 8 et anglophone pour 4 ou 5 participants.

LIMITE A 8 personnes vu les possibilités d'hébergement restreintes !

IL NOUS PARAIT IMPORTANT de vous rappeler ou, de vous suggérer ici de :

- Rapporter piles (très polluantes), et déchets ou emballages plastiques ou non combustibles en France !!! Prévoyez un sac à cet effet... Et ce même si vous constatez que certains lieux sont déjà sales faute de capacité locale de gestion des déchets.
- Utiliser des savons biodégradables et de vous écarter des cours d'eau pour faire votre toilette.
- Privilégier la gourde (avec les pastilles de purification de l'eau) à l'usage d'eau minérale en bouteille plastique, même si elle se vend le long des sentiers de trek.
- Eviter le port de tenues ajustées, moulantes, déshabillées ou légères dans un milieu aussi empreint de traditions.
- Eviter les cadeaux individuels qui altèrent les mentalité, suscitant envie, jalousie puis, mendicité.



- Ne pas donner de bonbons aux enfants : Ils abîment les dents et de plus, il n'y a quasi pas de recours possible à un dentiste.

- Si vous avez à la maison des chaussures d'enfants, d'ado ou.. d'adultes qui sont trop petites fermées, solides, chaudes et... en bon état vous ferez des heureux en montagnes ou tout manque !

• Formalités spécifiques

PASSEPORT ET VISA : Le passeport doit impérativement être valide encore 6 mois au-delà de votre date de retour.

Le visa est obligatoire et, nous vous recommandons son obtention sur place en arrivant à l'aéroport. Son coût : 40 USD au 01/11/2010 (pour les voyages de plus de 15 jrs au Népal) payables en € au taux bancaire en vigueur. Prévoir une 1 photo couleur récente.

Vous pouvez également l'obtenir au Consulat à Paris. Prévoir un formulaire, 1 photo couleur récente et 40€ en espèces au 01/11/2010. 45 Bis, Rue des Acacias - 75017 PARIS - Tél. : 01.46.22.48.67. N'entamez les démarches que lorsque nous vous avons garanti votre départ, soit 21 jours avant.

DROIT D'ACCES AU P. N. des Annapurna, remplace l'ancien permis de trekking ! Il est préparé sur place par notre correspondant et, à cette fin :

Il faut nous communiquer dès l'inscription ou au plus vite :

1° votre date de naissance ;

2° le numéro de votre passeport (2 chiffres, 2 lettres, 5 chiffres), dates de délivrance et d'expiration ;

3° votre nationalité.

Vous devrez donc apporter au Népal pour l'établissement des permis d'accès à ces zones délivrés par l'ACAP, organisme de gestion des parcs nationaux népalais et par le TAAN (Trekking Agent Association of Nepal) :

1° Des photocopies lisibles des 4 premiers feuillets de vos passeports

2° Et, en plus de la photo nécessaire à votre arrivée à l'aéroport de Kathmandu pour l'obtention du visa, il vous faut désormais fournir pour tous les voyages dans la zone des Annapurna, 2 photos d'identité couleur identiques. Vous devrez les remettre à notre correspondant dès l'arrivée à l'hôtel aux fins des formalités avant votre départ pour les montagnes. 1 photo supplémentaire pour certification administrative de trek avec guide agréé.

Au total, vous devez donc partir avec 4 photos d'identités nécessaires à votre voyage (Ne pas envoyer de photos à Nomade).

• Important

Nous attirons votre attention sur le fait, que compte tenu de la spécificité de nos voyages, IL EST INDISPENSABLE DE DISPOSER D'UNE BONNE COUVERTURE PREVOYANT EFFECTIVEMENT LES FRAIS DE SECOURS EN MONTAGNE.

Les 3 contrats : "Assistance plus" et "Tranquillité" ou "Tranquillité CB" ont été conçus à cet effet et incluent donc « frais de recherche et de premiers secours » de 10.000 €/pers .

NOMADE propose donc ces trois formules d'assurance dont les conditions contractuelles sont accessibles sur notre site ou sur demande. Nous vous invitons à les lire attentivement, avant votre inscription et à vérifier que vous ne bénéficiez pas de ces garanties, par ailleurs. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter l'assureur afin de déclencher l'assurance. Dans ces assurances, la prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ainsi que les frais d'annulation à plus de 60 jours avant la date du départ ne sont remboursables ni par NOMADE ni par l'assureur. En résumé ci-dessous :

- Contrat "Assistance Plus" N° 78 568 710 - Gan-Mutuaide

Cette assurance est facturée 1,70% du prix TTC du voyage, elle comprend des garanties d'assistance étendues dont : rapatriement médical et remboursement des frais médicaux à l'étranger, remboursement des prestations de séjour non utilisées en cas d'interruption de séjour, assurance bagages.

- Contrat "Tranquillité" N° 78 553 668 - Gan-Mutuaide

Afin de partir en toute sérénité, nous vous proposons une assurance Tranquillité qui intègre les garanties du contrat d'Assistance Plus ci-dessus. Nous vous proposons également en cas de voyage reporté avant votre départ, ou en cas d'impossibilité d'effectuer votre retour de séjour à la date prévue suite à la survenance de circonstances exceptionnelles, extérieures, et indépendantes de notre volonté, de bénéficier des garanties ci-après mentionnées conformément au contrat d'assurance :

Vous n'avez pas été en mesure de partir :

- remboursement des frais de déplacement à hauteur de 100€ par personne sur justificatifs.

- en cas de report du voyage : prise en charge des frais de report à hauteur de 200€ par personne.



Si vous êtes dans l'impossibilité de rentrer de voyage : prise en charge des frais hôteliers dans la limite de 170€ par nuitée et par personne pendant 5 jours.

Cette assurance est facturée 3,60% du prix TTC du voyage.

- Contrat "Tranquillité Carte Bancaire" N° 78 553 670 - Gan-Mutuaide

Si vous payez votre voyage avec une carte bancaire multiservice : Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum, à l'exclusion des autres types de cartes bancaires, nous vous proposons, quelles que soient les garanties d'assurance incluses dans votre carte, de bénéficier de l'ensemble des garanties du contrat Tranquillité N° 78 553 668 ci-dessus. Cette assurance est facturée 2,80% du prix TTC du voyage.

SI VOUS NE SOUSCRIVEZ PAS A L'UNE DES 3 FORMULES D'ASSURANCE que nous proposons, VOUS DEVREZ IMPERATIVEMENT VERIFIER ET VOUS ASSURER QUE VOUS BENEFICIEZ D'UNE REELLE COUVERTURE POUR LES FRAIS DE SECOURS EN MONTAGNE !

ET, SI C'EST BIEN LE CAS, vous devrez fournir à notre correspondant à Kathmandu lors de la réunion de préparation du voyage qu'il organise avant votre départ en trek les informations suivantes :

- une attestation de la compagnie d'assurance stipulant la prise en compte des frais de secours en montagne,
- le numéro de contrat et, les coordonnées téléphoniques du plateau d'assistance

FAITES ATTENTION AUX CLAUSES RESTRICTIVES QUE COMPORTENT certaines assurances (notamment celles liées aux cartes bancaires type Carte Visa Premier, Gold ou autres) telle que assurances en montagne limitées aux activités neige, mal des montagnes non reconnu en tant que maladie nécessitant un rapatriement qui de fait sera refusé, Veuillez vérifier la teneur réelle de votre assurance et le cas échéant prendre les dispositions nécessaires...

Exemple concret rencontré à plusieurs reprises au Népal avec assurance liée à CB Visa Premier : Le remboursement de frais d'hélico n'est possible que sur production d'une facture et au retour en France. Pas d'accord via mail ou téléphone sur prise en charge immédiate localement = problème de solvabilité pour faire démarrer l'hélico....

En cas d'accident, si vous ne disposez d'aucune couverture ou si vous ne nous avez pas fourni les informations ci-dessus, les frais de recherche et de secours déclenchés alors par notre correspondant local seront à votre charge. Le coût d'un hélico s'établit à l'heure et en montagne au Népal il varie entre 3 et 5 000 \$.

• Caractéristiques du circuit

Trekking de niveau DYNAMIQUE

Une bonne condition physique et une expérience préalable de la marche itinérante et en altitude sont nécessaires pour entreprendre ce voyage. Il est conseillé de faire un contrôle médical avant de partir quant à une éventuelle contre-indication à un séjour se déroulant en haute altitude. Une visite chez votre dentiste est également recommandée.

Il y a peu de haute altitude sur cet itinéraire et l'acclimatation est progressive avant d'arriver à Phalla (3 200 m). En effet, les étapes sont dans l'ensemble courtes et, lorsqu'elles sont plus longues il n'y a pas ou, très peu de dénivellé.

Trekking : Une journée de trek débute par une tasse de thé. Puis, après avoir fait un brin de toilette, petit-déjeuner. Vers 8h30, nous commençons à marcher, chacun à son allure. Déjeuner puis, nous repartons jusqu'au lodge de fin de journée.

Mal des montagnes

Le "mal aigu des montagnes" (MAM) peut toucher presque toutes les personnes allant en haute altitude. En dessous de 3000 m, il est très rare qu'une personne souffre de ce mal. Il apparaît le plus souvent à partir de 3500 m. Le "mal aigu des montagnes" est dû à un défaut d'oxygénation du cerveau consécutif à une mauvaise acclimatation. Une montée progressive en altitude évite généralement le mal des montagnes, nos itinéraires sont établis en en tenant compte. Toutefois, les symptômes sont propres à chaque individu et peuvent vous atteindre à tout moment.

Il peut avoir des conséquences mineures, qui ne sont toutefois pas à négliger. Les signes bénins apparents sont maux de têtes, respiration courte, insomnies, fatigue anormale, nausées et perte d'appétit. N'hésitez pas à le signaler à votre guide. Il est là pour vous aider. Dans la plupart des cas, ces symptômes disparaissent au bout de quelques jours si l'on observe des règles simples : éviter les efforts inutiles, marcher lentement, respirer doucement à plein poumons. Dès que vous vous essoufflez, arrêtez-vous et reprenez votre souffle. Les battements de votre cœur redevenus normaux, vous pouvez continuer. Observez des paliers, profitez-en pour admirer le paysage !!! Surtout, n'ayez pas peur de rester en arrière et de vous arrêter. Régler votre respiration à vos pas au lieu de vouloir tenir le rythme imposé par d'autres. Un mal de tête durant les premiers temps en altitude n'a rien d'alarmant en soi.

Si ces symptômes persistent ou deviennent plus violents, redescendez même de nuit avec l'aide d'un porteur. Le MAM disparaît en descendant.



Buvez beaucoup d'eau ! La déshydratation entraîne les crampes, l'entorse, la tendinite et... le mal de tête ! Emportez une gourde et des pastilles pour la purifier (hydrochlorazone ou micropur) afin de limiter le recours aux bouteilles plastiques "polluantes" !!!

• Budget sur place

Aucune restriction n'est apportée à l'entrée de devises étrangères. Change sur place obligatoirement, soit dans les banques, soit dans les nombreux bureaux de change ou dans les hôtels (mais le taux y est généralement moins bon). Évitez les banques de l'aéroport parce que, dans l'ambiance empressée, des pseudos « erreurs » y sont régulièrement faites en votre défaveur et, le taux de change y est désavantageux.

La monnaie est la roupie népalaise. Il n'est plus nécessaire, ni utile d'apporter des US \$ au Népal ; l'€ est accepté partout. En cas de nécessité, il est possible de retirer des roupies à l'aide d'une carte visa à Kathmandu.

Un conseil pratique, en montagne emportez de la petite monnaie locale ; les gens des villages ne peuvent faire l'appoint sur de grosses coupures.

Budget C'est une somme qui est très variable en fonction du nombre de souvenirs que vous voulez acquérir, de votre éventuelle de boissons non incluses et de votre générosité sur les pourboires. Cependant, nous estimons qu'environ 150-180 € par participant devrait être suffisant.

• Pourboires

Vous nous interrogez régulièrement sur le montant du pourboire à donner à nos équipes locales : combien sans être hors des réalités locales, etc...

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 et, qu'en aucun cas, les équipes locales ne devraient invoquer une quelconque coutume ou habitude culturelle afin d'exiger quoi que ce soit de votre part.

Néanmoins, ces gratifications sont très appréciées des équipes locales et, relèvent des règles de savoir-vivre évidentes. Le tourisme en Himalaya étant saisonnier, la plupart du temps la majorité des porteurs, muletiers, cuisiniers et des guides ne travaillent que quelques mois voire quelques semaines par an.

NOS RECOMMANDATIONS en novembre 2010 : (1€ = 110 rs)

LORS DES VISITES EN VILLE à la journée : le pourboire recommandé pour le guide francophone est de 500 Rps, soit 5 € par journée et par personne sur la base de 6 à 12 participants et, 1000 Rps, soit 10 € à moins de 6.

LORS DE RANDO OU DE TREK EN LODGE avec guide francophone ou anglophone et éventuel assistant selon l'importance du groupe + porteurs pour les bagages : le pourboire recommandé pour l'équipe (qui se répartira la somme) est de 25 – 30 € par trekkeur. Ce montant est à majorer de 20% pour un trek de plus de 15 jours.

LORS DE RANDO OU DE TREK SOUS TENTE avec guide francophone ou anglophone avec guide et éventuel assistant selon l'importance du groupe + cuisinier et assistant(s) + porteurs pour les bagages, les tentes, la nourriture, l'équipement logistique : le pourboire recommandé pour l'équipe (qui se répartira la somme) est de 40 – 50 € par trekkeur. Ce montant est à majorer de 20% pour un trek de plus de 15 jours.

• Aérien

LES VOLS : Nos itinéraires sont proposés sur des compagnies régulières.

Il n'existe actuellement aucun vol direct pour le Népal. On opère donc sur la base de vols Paris – Kathmandu via la capitale d'un Emirat (Bahreïn, Abu Dhabi, Doha, ...) avec les compagnies Oman Air, Gulf Air, Etihad Airways ou, Qatar Airways.

Vous aurez donc un vol avec correspondance : n'oubliez pas d'enregistrer vos bagages jusqu'à la destination finale. Vous serez d'autant plus libre à l'escale !!!

LORS DU TRANSIT via un aéroport d'un des pays du Golfe, les temps d'attente de votre vol de correspondance pour Kathmandu ou, pour Paris peuvent être long : prévoyez en conséquence et selon vos affinités : lecture musique, ... (Ceci est évidemment indépendamment de notre volonté).

A L'ARRIVEE A L'AEROPORT DE KATHMANDU ATTENTION !!!! Un représentant de Nomade vous accueillera dès votre sortie de l'aéroport mais, il ne peut pas toujours empêcher les candidats porteurs de bagages de vous envahir. A vous de refuser catégoriquement leurs services car vous serez pris en charge par des gens qui accompagnent la personne venue vous accueillir. D'autant que les porteurs de l'aéroport demandent des sommes astronomiques pour porter les bagages sur quelques mètres. Si vraiment vous n'avez pas pu les empêcher de prendre votre bagage ne donnez pas plus de 50 roupies ou 50 centimes d'€.



LES VOLS INTERIEURS AU NEPAL : Des retards des vols intérieurs sont possibles pour des raisons de météo ou de trop forte affluence touristique en haute saison ! C'est pourquoi sur certains voyages nous prévoyons des journées de sécurité. Il arrive malgré tout qu'il faille prendre la route ou reprendre la marche au lieu du vol prévu. Il faut arriver à rester « détendu » même dans ces circonstances quand votre précieux temps de découverte s'écoule... en vain. Nous n'en sommes pas responsables et notre correspondant fait toujours le maximum pour en limiter les inconvénients. Le temps de visite éventuellement perdu de la vallée de Kathmandu ne peut pas être rattrapé.

En cas d'annulation du vol intérieur le trajet de Pokhara/Beni ou inverse se fera en jeep ou bus suivant disponibilité et le trajet Beni/Jomosom ou inverse se fera en véhicule privé!!!

VOS..... VOLS INTERNATIONAUX POUR LE NEPAL : Lorsque vous vous inscrivez à un de nos voyages au Népal à moins de 4 semaines de la date de départ, le risque de majoration du prix du vol en réservation individuelle est important et se répercute alors sur le prix de votre voyage. En effet, l'offre des vols sur Kathmandu est « faible » et, les disponibilités de ces vols sont un réel souci d'autant le Népal connaît un succès "saisonnier".

Nous vous incitons donc à vous inscrire le plus vite possible soit dès que vous êtes déterminé et que vos congés sont acquis et validés. Et, en cas de départ de province, nous vous conseillons d'acheter des billets modifiables et/ou remboursables ; En effet, les horaires des vols peuvent varier en dernière minute, ... voir conditions brochure...

• Transport

TRANSPORT ROUTIER : Des embouteillages sont fréquents à Kathmandu ... ! La qualité, la couverture des routes et des pistes népalaises est piètre et leur dégradation fréquente est fonction de la saison. Après les pluies de la mousson, il est fréquent que des éboulements de terres ou des chutes pierres, de rochers encombrer les routes et parfois, interrompent la circulation. Certains tronçons routiers fonctionnent à sens unique alterné...

L'état général des bus et des véhicules, la disponibilité de pièces de rechange ou, des garages pour réparer sont ceux d'un pays pauvre.

• Encadrement

LE GUIDE EN TREK : En montagne et, de surcroît lors de voyages en altitude, il est responsable de la sécurité du groupe. Les consignes qu'il donne chaque jour ou, les remarques qu'il peut éventuellement faire à un ou plusieurs participants doivent donc être respectées à la lettre. Les trekkings proposés s'effectuent en groupe. Il doit être évident pour chacun que l'intérêt du groupe sera préservé au détriment de l'intérêt d'un individu.

IL EST SEUL HABILITE, en fonction des événements, aléas météorologiques risque d'avalanches, politiques, ou autres, A POUVOIR MODIFIER LE PROGRAMME initialement défini (itinéraire, moyen de transport, longueur des étapes, déroulement, etc. ...), SANS AVOIR à justifier, ni A NEGOCIER ses choix avec les participants.

NOMADE EST SOLIDAIRE DES DECISIONS QU'IL PEUT PRENDRE quand à la votre sécurité en montagne ! Nos guides sont au courant de notre point de vue et ce texte leur est accessible en anglais également !

Guide: In mountain and the trips in altitude, the guide is responsible for the group's security : The suggestions and the small remarks made each time by the guide should be respected and exactly followed by every participant as he is qualified and can adapt according to the incidents, meteorological risks, politics etc. According to all the above mentioned situations, he can modify the initially fixed program (itinerary, means of transport, duration of walk, management etc....) with out any justification or negotiation of his decisions, as NOMADE fully supports his decisions taken for the security of the clients in mountain.

All the trekking is proposed in group. It is obvious that the interest of the group will be respected rather than the personal interest of the individual.

ANGLOPHONE ou FRANCOPHONE ?

EN TREK, à partir de 6 participants le guide népal est francophone. En deçà de ce nombre de participants, le guide est anglophone.

LORS DES VISITES EN VALLEE DE KATMANDU, le guide « culturel » est toujours francophone.

A propos de francophonie au Népal, connaissez-vous l'existence d'un club des francophones à Ktm ? : <http://www.cdfkathmandu.org/>

• Groupe

De 4 à 8 personnes. Nos prix sont calculés sur la base d'un groupe minimum de 4 participants.

Nomade peut néanmoins maintenir ce voyage à 2 ou 3 personnes sur demande expresse moyennant un supplément avec l'accord des inscrits. Nous vous consulterons donc quant à la nécessité d'annuler ou de maintenir le voyage avec ce supplément et ce, au plus tard 21 jours avant le départ.



La capacité de l'hébergement chez l'habitant étant réduite, nous limitons donc les groupes à 8 personnes maximum sur ce voyage.

Dans les cas des groupes constitués, nous vous proposerons un hébergement dans plusieurs habitations ou un changement de village afin de trouver plus grand en capacité

• Nourriture

En ville, dans les restaurants, on mange pour pas cher surtout si on évite de commander des menus « occidentaux » style « steak, frites, salade » ; les cuisines népalie et tibétaine ne sont pas aussi épicées que la cuisine indienne.

Durant le trek, le petit déjeuner consiste habituellement en thé, café ou chocolat chaud, pancakes, beurre, confiture, oeufs et céréales. Les déjeuners et dîners varient chaque jour. Ils sont composés de salades, salami, oeufs, fromage, pommes de terre frites, rosties, pâtes, soupes, poissons (thon ou sardines en boîte), poulet, riz...

A partir de 6 ou 8 participants (selon saison), un cuisinier accompagne également le groupe et emporte quelques supplément de vivres (fromage, fruits, salami, etc.) Il fait la cuisine dans les petites lodges ou, dans celles plus importantes ou le cuisinier est trop occupé en raison du nombre de gens présents. Ce n'est donc pas systématique d'autant que certaines lodges ne le permettent pas. Sa présence vise à garantir une meilleure variété des menus.

Si vous souhaitez des encas, des apports ponctuels lors des marches, prévoyez vous-même barres de céréales, pâtes d'amandes, chocolats ou fruits secs selon vos préférences.

Les repas hors trek soit, dans la vallée de Kathmandu et lors des étapes de transfert sont à votre charge. (4 à 6 € par repas chaud au restaurant au 01/11/2010).

En France, nous vous recommandons deux restaurants népalais qui proposent des cuisines de là bas à des tarifs abordables. Ils sont tous deux situés non loin de chez Nomade ! Occasion de préparer ou de commémorer un voyage au Népal en amoureux, entre amis ou lors de retrouvailles avec les participants au voyage que vous avez « fait ».

A Paris : Restaurant « Kathmandu », 22, rue des Boulangers – 75 005 Paris – La rue est située juste entre les stations de métro « Cardinal Lemoine » et « Jussieu » - 01.43.54.08.47 - cuisine « newar » traditionnelle

A Toulouse : Restaurant « Himalaya », 20 rue Peyrolières – 31 000 Toulouse. Tél. : 05.61.23.91.74 - cuisine « himalayenne ».

• Hébergement

A Kathmandu : nous utilisons deux hôtels simples situés dans un quartier calme au proche du Thamel.

A Pokhara : Sous réserve de disponibilité lors de votre passage, nous utilisons un hôtel situé près du lac Phewa.

Lors du trek : L'hébergement a lieu en lodge. Mais, ne confondez pas un lodge avec un hôtel. Ne faites pas d'erreur de jugement. Vous serez en montagne et de surcroît dans l'Himalaya, donc relativement isolé du monde ...

Il n'y a pas de chauffage central ou autre dans les lodges. Seule la pièce commune est en principe chauffée.

Difficile d'avoir une restauration à la carte car cela dépend de l'approvisionnement. Un coin toilette sera en général à votre disposition. Ici plus que sur les Annapurna voisins ; on reste dans le particulièrement « rustique ».

Les chambres sont la plupart du temps double soit à deux lits, et à Taglung et Dagarjong pas de douche et les toilettes sont à l'ancienne.

A Thingaon, pour la douche vous aurez à votre disposition un simple seau d'eau froide et un broc en plastique. Vous pouvez demander que l'on vous chauffe l'eau moyennant 200 ou 300 Roupies.

• Sanitaires

VACCINS et SANTE : Il faut être, tout comme en France, en ordre de rappel antitétanique et un contrôle dentaire est recommandé avant un voyage au Népal ! Il n'y a aucun vaccin obligatoire ! Consultez notre site Internet.

Emportez du Micropur ou Aquatabs pour le traitement de l'eau, de la protection solaire et labiale, des lunettes solaires de bonne qualité.

Voir également la rubrique Pharmacie.

Pour plus d'information sur les vaccinations :

Institut Pasteur : 209-211, rue Vaugirard – 75015 Paris - Métro Pasteur ou Volontaire

Tél. : 01 45 68 81 98 ou 01 40 61 38 51 - www.pasteur.fr

Conseils personnalisés aux voyageurs

Sur rendez-vous sur place ou par téléphone 01 40 61 38 43.



Vaccination sans rendez-vous en vous présentant directement sur place les lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 16h30, le mercredi de 10h à 16h30 et le samedi de 9h à 11h30

Pour des infos sur les autres centres de vaccination agréés de votre région, contactez nous ou appelez :

- Centre de vaccination Air France Tél. : 0892 68 63 64
- Service d'information santé et vaccin d'Air France Tél. : 0836.68.63.64
- Centre National du Paludisme Tél. : 01.40.25.88.86
- Paris : Hôpital de la Pitié Salpêtrière Tél. : 01.45.85.90.21 ou 01.45.70.28.64
- Toulouse : Service communal d'hygiène et de santé – conseil aux voyageurs Tél. : 05.61.22.23.46
- Bordeaux : Hôpital St André – service Santé Voyages Tél. : 05.56.79.58.17

❶ EQUIPEMENT

• Pharmacie personnelle

Le guide emporte une pharmacie destinée aux premiers soins pour les porteurs qui ne sont évidemment pas équipés de trousse de secours. Il n'a pas pharmacie pour les participants.

Vous devez donc emporter une pharmacie personnelle bien étudiée comprenant en plus de vos médicaments habituels : antalgiques (paracétamol, aspirine), antibiotiques large spectre (prévoir un traitement de 8 jours, sur prescription médicale), pastilles pour la gorge, vaporisateur pour le nez, anti-diarrhéiques plus antiseptique intestinal, médicament contre les douleurs stomacales, pastilles pour le traitement de l'eau (hydrochlonezone ou micropur), boules Quies et / ou somnifères légers, nécessaire à pansements (pour plaies + traitement et prévention des ampoules), Elastoplaste, désinfectant, pommade antibiotique (terramicyne), ciseaux, une bande velpeau, biogaze, gel pour courbatures, collyre, pommade anti-inflammatoire, vitamines C, crème labiale, protection solaire, crème pour irritations de la peau (type Homéoplasmine).

Vous pouvez éventuellement laisser des médicaments aux dispensaires de montagne ou à ceux de Kathmandu via notre correspondant.

• Bagages

EQUIPEMENT A PREVOIR.

- Plutôt un sac de sport ou un sac marin. Pas de valise. Le sac à dos est inutile car les porteurs mettent les sacs dans leurs paniers en osier qu'ils portent avec une courroie qui ceint le front !!!

Les sacs portés par des porteurs ne doivent contenir que le strict nécessaire au trekking. Rien de plus (14/15 kg maximum !). Vous pouvez laisser un sac en consigne à l'hôtel de Kathmandu avec le surplus de linge et vos vêtements de ville, les lectures pour les vols aller et retour, etc... N'hésitez pas à demander conseil !!!

- Sac à dos de 25/40 litres pour les randonnées : vos papiers, gourde et pastilles pour le traitement de l'eau (hydrochlorazone ou micropur) afin de limiter l'usage de bouteilles plastiques "polluantes", pharmacie, appareil photos, crème solaire, etc. (Il sert aussi de bagage « cabine » lors des vols depuis Paris.

- Laissez billet d'avion à l'agence locale pour reconfirmation du vol de retour et pour éviter la perte du billet.

PENSEZ AUX PORTEURS !!! ... Etudiez au mieux le contenu de votre bagage : faites et refaites votre sac !

En montagne, il ne doit pas peser plus de 13 kg. Notre correspondant au Népal nous rappelle que chaque porteur prend le bagage de 2 randonneurs plus 3 ou 4 kg d'effets personnels ; ceci donne soit 30 kg soit 2 x 13kg ??? + 3 ou 4 kg perso = ??? ? ?

Il nous rappelle également qu'encore actuellement la plupart des opérateurs locaux font porter les bagages de 3 personnes et qu'on atteint alors souvent les 50/60 kg voire d'avantage. Il y a va d'un choix éthique délibéré...

QU'EN PENSEZ VOUS ? ET QUE FEREZ-VOUS ?

Les bagages sont désormais pesés au départ des trek !

Il est difficile voire impossible de répartir le « dépassement » éventuel d'une personne dans les différents sacs des participants et de ce fait, entre les différents porteurs...

Proscrivez donc tout ce qui est inutile !!!

A titre d'exemple, une bouteille d'alcool achetée en « détaxe » pour agrémenter les soirées en montagne pèse 1 kg et si chaque participant enthousiaste en amène une... le poids s'accumule à l'avenant. IL Y A ICI UN CHOIX ETHIQUE DELIBERE ...

ATTENTION : Laissez tout objet contenant (couteau, ciseaux, coupe ongle, etc.) dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion. A noter qu'il peut être utile d'avoir dans son petit sac à dos de cabine de quoi "survivre" pendant quelques jours à l'arrivée au cas où votre bagage en soute n'arrive que quelques jours plus tard. Donc pensez à avoir sur vous vos chaussures de marche, quelques vêtements pour les jours d'attente éventuels, etc.



• Vêtements

La qualité et le choix judicieux des vêtements et de votre équipement contribuent à la réussite de votre voyage. En haute montagne, dans certaines situations, votre survie dépend de votre équipement. N'hésitez pas à demander conseil ! Une paire de chaussure de trek est différente d'une paire de tennis et une sur veste d'altitude est différente d'un simple « coupe-vent ».

- Chaussures de randonnée de moyenne montagne et une paire plus légère pour le soir à l'étape, voire une paire de sandales ouvertes (tongues).
- Chaussettes : 3 à 4 paires – en prévoir au moins une de bien chaude.
- Pantalons : 2 à 3 légers, 1 chaud ou Gore-Tex pour la haute altitude ou le mauvais temps.
- Short ou pantacourt, ou pantalon convertible pour les parties basses.
- Maillot de bain
- Sous-vêtements techniques. L'idéal : 2 à manches courtes et 1 manches longues + un collant.
- T-shirts, sweat-shirt, chemise manche longue (en cas de coup de soleil).
- Vêtements de pluie / coupe vent.
- Fourrure polaire et veste Gore Tex.
- De novembre à mars, au-dessus de 2 500 m, prévoir des vêtements plus chauds, des guêtres ou, des chaussures imperméables ou des guêtres pour la neige éventuelle (selon période de départ).

• Equipement

- Nécessaire de toilette (avec produits biodégradables), pharmacie usuelle avec vos médicaments personnels et voir plus haut.
- Gourde, lampe frontale, piles, papier toilette, briquet pour le brûler après utilisation, canif, etc. lunettes de soleil ou de glacier, couvre-chef ou bonnet de laine, écharpe, gants, etc.
- Des bâtons télescopiques peuvent éviter une grosse partie de la fatigue lors de descentes raides ou en escalier en montagne. Attention il ne peuvent aller en cabine dans l'avion et donc doivent être dans votre gros bagage en soute. Protégez les pointes avec bouchons de liège fixé au chatterton et... emportez le rouleau de chatterton pour le retour.

• Couchage

- Sac de couchage chaud (température de confort selon date de départ et en extrême -10 - 12°C) et drap de coton pour les nuits douces « en bas » durant lesquelles le sac « chaud » vous mettra à l'étuve s'il est fermé.

La rigueur climatique varie un minimum selon la date de départ : N'hésitez pas à nous consulter. Altitude maximale d'hébergement, à 3 500 m.

Il est possible de louer un sac de couchage à Kathmandu (nous prévenir) mais il sera OK pour maximum -8°C et dans ce cas, nous vous suggérons d'acheter au même endroit un drap en polaire qui avec des sous-vêtements chauds améliorera encore votre confort.

• Pharmacie collective

Le guide emporte une pharmacie destinée aux premiers soins pour les porteurs qui ne sont évidemment pas équipés de trousse de secours. Il n'a pas de pharmacie pour les participants. Référez vous à la liste "Pharmacie personnelle".

• Informations régionales

CLIMAT : Climat continental de haute montagne, sec et ensoleillé dans la journée avec des possibilités de pluie et donc, de chute de neige en altitude. Froid le soir en altitude, gel la nuit au-dessus de 3 500 m.

Sur un tel voyage, il est important de réaliser que partant des rizières et des bananeraies où il fait en général chaud durant la journée (entre 22 et 30 °C selon les dates de départ), on prend l'avion et on arrive 'au niveau alpin à la limite du désert d'altitude où il peut faire froid même la journée (entre 8 et 13 °C selon dates de départ et conditions météo ou vent). Le vent glacial ou une chute de neige imprévue peuvent rendre les conditions de marche rigoureuses...Il convient donc de s'équiper en conséquence : vêtements, habillement « multicouches et de qualité » et sac de couchage « très chaud » + drap de sac pour les nuits douces durant lesquelles le sac « chaud » vous mettra à l'étuve s'il est fermé. Les soirées douces au départ deviennent rapidement fraîches et enfin « glaciales ». Les chambres des lodges ne sont pas chauffées. Pensez à des chaussettes chaudes qui, avec un jogging, feront office de charentaises, à un bonnet, une cagoule ou un chèche, à des gants de laine pour éviter d'avoir froid aux extrémités (orteils, doigts, cou, oreilles,...).

Ce voyage est possible de fin septembre à novembre puis, de fin février à avril. La date de départ choisie implique plus ou moins de rigueur climatique. N'hésitez pas à nous consulter pour plus de détails !

La date de départ choisie implique plus ou moins de chaleur ou de froid. Nous consulter !



• Esprit du voyage

Généralement, des imprévus (retard d'avion, panne de véhicule, route « bloquée ») sont toujours possibles. Il nous semble donc nécessaire de rappeler ici qu'un voyage de trek au Népal reste une aventure avec ses aléas. En effet, outre les inconvénients du terrain lié à la météo, les vols intérieurs sont également régulièrement soumis à des retards parfois importants ou annulés et reportés. Dans ces moments difficiles, le guide local fera le maximum pour atténuer les effets de ces événements indépendants de notre volonté : modification de l'itinéraire par exemple, etc. 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 et du respect des traditions locales. Pour cela, chaque participant se documentera suffisamment sur le pays avant le départ pour être autonome. Adoptez la Nomade attitude : patience et tolérance.

◉ BIBLIOGRAPHIE

• Bibliographie

HISTOIRE : « Histoire politique du Népal : aux origines de l'insurrection maoïste » de M.Kergoat. chez Karthala, décembre 2007

GUIDES DE VOYAGE

- « Népal », Le Petit Futé, 2001
- « Népal », Lonely Planet, édition traduite en français
- « Népal », de Patrick de Panthou, guide Bleu Evasion, 2000
- « Grands treks au Népal », Elodie et Rambert Jamen, 2005
- « Le grand guide du Népal » - Bibliothèque du Voyageur - Ed. Gallimard, 1990
- « Les plus beaux trekkings du Népal », de Masayuki Nakamura et Ushida Ryohei, Ed Glénat, 1997

LITTÉRATURE

- « Le maître de l'amour », de Samrat Upadhyay aux Ed de la Boussole, 2005
- « Au coeur des Himalayas - Sur les chemins de Katmandou », d'Alexandra David Neel,
- « Les tambours de Kathmandu », de Gérard Toffin aux Ed .Payot, 1998,
- « Les Criminels de Kathmandou », de Ray Satyajit, Edi Kailash, Collect Les Exotiques, 1997,
- « Le léopard des neiges », de Peter Matthissen, Ed Gallimard, 1993
- « Dieu en prison à Kathmandu », de Samrat Upadhyay, aux Ed. Mercure, coll Bibliothèque étrangère, 2003 / 9 nouvelles qui vous plongeront dans la mentalité locale !
- « Un voyage immobile , L'Himalaya vu d'un ermitage » de Matthieu Ricard, Ed De La Martinière Jeunesse 2007

RECITS DE VOYAGES

- « Annapurna face Sud », de Chris Bonington, Ed. Arthaud,
- « Annapurna, premier 8000 », de Maurice Herzog, Ed Arthaud,
- « Carnets du Vertige » de L. Lachenal et M. Herzog, Edit. Guérin, 1996,
- « Le Goût du Népal », Jean Claude Perrier, Edition Mercure de France
- « Avec Zimba le sherpa », de Robert Rieffel, Edit Kailash,
- « Les grandes aventures de l'Himalaya » de Maurice Herzog, 1995 (Tome 1 Annapurna, Naga parbat et K2) (Tome 2 Everest et Cho Oyu)

AUTRES / BEAUX LIVRES

- « Népal, Art et Civilisation des Ranas » de P.S. et G.S. Rana, 2002 (ouvrage sur une dynastie qui régna durant 2 siècles)
- « Himalaya, l'enfance d'un chef » d'Eric Valli et debra Kellner, 1999 (journal illustré du tournage du film)
- « L'horizon des Dieux » d'Olivier Föllmi, 1997 (Photos de 2 voyages au Mustang et au Dolpo).

MANGA : « Le sommet des dieux », 5 Tomes de Manga de Yumemakura Baku et dessins de Jiro Tanigushi, Ed Dargaud, Bruxelles, 2000

Et pour toute personne aimant l'Himalaya, le Bouddhisme, les rencontres de cultures, nous recommandons le superbe document filmé par Céline Moullys sur le parcours des Föllmi. Info et commande du DVD sur www.follmisdestiny.info

CONSEIL LIBRAIRIE : Si vous en avez l'opportunité, nous vous conseillons une halte dans l'une des librairies Voyageurs du Monde, vous y trouverez 30 collections de guides, un large choix de littérature de voyage, beaux livres, récits, peuples et coutumes, guide de conversation, ainsi que des cartes topographiques détaillées, routières, atlas et autres plans de ville... bref une adresse en « or » !



• Cartographie

Vous trouverez des cartes à profusion et, à de bons prix dans les librairies du quartier Thamel ou vous logerez à Kathmandu.

◉ INFORMATIONS GENERALES

• 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".