



## CIRCUIT ACCOMPAGNÉ

# TANZANIE

## Rando Kili & petit safari (Par Kilimandjaro Airport)

Voici un grand classique alliant le Kilimandjaro pour ceux qui veulent vivre la grande aventure de l'ascension du toit de l'Afrique et le safari en 4x4, pour les amoureux de la brousse et de la vie des plus grands animaux de la planète.

### ITINERAIRE

#### • J1 et J2 - France - Nairobi - Arusha

Vol Paris/Kilimandjaro Airport (départ de province possible, sur demande). Court transfert à Arusha. Rencontre avec l'équipe et préparation de la rando. Hôtel.

Nuit à l'hôtel

#### • J3 - Machame Camp

Départ pour l'entrée du Parc du Kilimandjaro (à 1800 m), au sud-ouest de Moshi, au-dessus du village de Machame. A pied après la porte, vous allez vous enfoncer dans la forêt tropicale dense avec votre équipe de porteurs et un guide tanzanien professionnel. Dans une clairière, aménagée dans la partie supérieure de la forêt, déjà plus clairsemée, les sommets de Shira, du Mawenzi et du Kibo sont visibles, si les nuages se dégagent. Dîner et nuit en camping à Machame Camp (3000m).

6 heures de marche, dénivelé + 1200 mètres. Nuit sous tente

#### • J4 - Shira Camp

Les arbres finissent par laisser la place à une lande d'altitude et aux premières fougères géantes et séneçons. Si le temps est dégagé, le dôme du Pic Uhuru est là devant vous toute la journée. Nuit en camping à Shira Camp (3850m).

6 heures de marche, dénivelé + 850 mètres. Nuit sous tente

#### • J5 - Barranco Camp

Journée d'acclimatation à l'altitude pour se rapprocher de la base du Kibo, jusqu'à Barranco Camp (3950m). Nous évoluons dans le désert d'altitude où, de loin en loin, surgissent quelques lobélies géantes.

7 heures de marche, dénivelé + 750 mètres / - 650 mètres. Nuit sous tente

#### • J6 - Barafu Camp

Nous marchons vers l'Est, en bordure du glacier, nous suivons la base du cône vers l'est jusqu'à Barafu Camp (4600m) dans une zone désertique au pied des glaciers. Impressionnant !

9 heures de marche, dénivelé + 650 mètres. Nuit sous tente

#### • J7 - Uhuru Peak - Barafu Camp - Mweka Camp

Le sommet d'Uhuru Peak (5 895 m). Départ vers minuit pour affronter les derniers 1300 m de dénivelé nous séparant du sommet. Environ sept heures nous seront nécessaires pour profiter du lever du soleil sur le cratère en franchissant les derniers obstacles pour atteindre enfin, après tous ces efforts, le toit de l'Afrique. Redescente sur Barafu Camp après cette fabuleuse mais longue et fatigante journée ! (environ 12h de marche). Puis descente vers Mweka Camp.

dénivelé + 1300 mètres / - 2900 mètres. Nuit sous tente

#### • J8 - Mweka Gate - Arusha

Retour sur Moshi par la voie Mweka. Déjeuner. Les voitures nous attendent pour nous ramener à l'hôtel à Arusha où vous recevrez le certificat traditionnel de la réussite de votre ascension du plus haut sommet de l'Afrique, but de votre expédition. Transfert à Arusha. Dîner et nuit à l'hôtel.

5 heures de marche, dénivelé - 1200 mètres. Nuit à l'hôtel

#### • J9 - Arusha

Journée libre pour la détente ou possibilité (en option) de safari au parc national d'Arusha : un panorama incomparable sur le Kilimandjaro et une spectaculaire diversité d'habitats avec une faune riche : flamants roses, buffles, girafes, zèbres, léopards, hyènes tachetées... Hôtel.

Nuit à l'hôtel



### • J10 - Cratère du N'Gorongoro

Court transfert au cratère du N'Gorongoro ascension et descente dans le fond du cratère où nous passerons la journée. Cette caldeira de 20 km de diamètre et de 600 m de profondeur est un vrai paradis sauvage. Les quelques pistes qui sinuent dans ce microcosme permettent d'observer la quasi-totalité de la faune sauvage. Le spectacle de cet immense cercle est féérique : en contrebas, le fond du cratère est une immense savane, englobant une forêt et un lac où paissent et vivent de multiples animaux sauvages et leurs prédateurs. Nous passons la nuit en camping sur ses bords, dominant le fond du cratère.

NB. Le seul site de camping possible est celui proposé par le parc...l'avantage est qu'il est très bien situé...en revanche...les douches et les toilettes communs ne sont pas d'une propreté exemplaire (sales).

Nuit sous tente

### • J11 - Parc du Serengeti

Nous redescendons vers l'ouest, plus sec, vers les grandes plaines du parc du Serengeti. Arrêt aux gorges d'Olduvai et visite de son musée, avant d'entrer dans la grande plaine du Serengeti. Curieusement, l'entrée de ce parc est construite sur l'unique colline à des kilomètres à la ronde. Immenses plaines réputées pour leur concentration de gnous, de zèbres et de leurs prédateurs, en constante migration tournante à la recherche des pâturages. Nous en suivons les pistes en observant les animaux. Nuit en camping.

Nuit sous tente

### • J12 - Parc du Serengeti

Journée dédiée à l'exploration du parc. Approche de la faune par les nombreuses pistes. Camping dans le parc.

Nuit sous tente

### • J13 - Parc du Serengeti - Lac Natron

Le matin, dernière piste dans le parc du Serengeti en direction de la porte Est Klein's Gate. Longue Piste pour rejoindre l'escarpement et descente sur le magnifique lac Natron (compter environ 7-8h de piste). Arrivée en fin d'après-midi au lac.

Camping.  
Nuit sous tente

### • J14 - Lac Natron - Chutes de Ngare Sero

Tôt le matin, balade sur les bords du lac Natron accompagné des Massaïs. Dans l'après-midi, toujours avec les massaïs, randonnée vers les chutes de Ngare Sero pour prendre un bain rafraîchissant. Camping.

Nuit sous tente

### • J15 - Lac Natron - Manyara

Dernière vue du lac Natron au lever du soleil. Traversée du désert et route pour Manyara. L'après-midi, game drive dans le parc de Manyara Camping.

Nuit sous tente

### • J16 et J17 - Manyara - Arusha - Nairobi - France

Retour à Arusha, derniers achats puis transfert à l'aéroport et vol pour Paris. Arrivée le J17.

NB : l'itinéraire peut se réaliser en sens inverse. Pour plus de confort, choisissez une arrivée et un retour via Kilimandjaro Airport à la place de Nairobi (suppl. à partir de 47€), nous consulter.

Extensions possibles au Kenya, en Tanzanie, au Congo et au Rwanda, à Zanzibar (voir p. 307), nous consulter.

IMPORTANT : Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et sont non contractuels. Les temps de randonnée peuvent évoluer en fonction de la condition physique du groupe ou encore des conditions météo. Il en est de même pour les temps de transfert en véhicule.

Nuit à bord

## ◉ GENERAL

### • Important itinéraire

NB: cet itinéraire peut se dérouler en sens inverse (Safari + Kilimandjaro). Retrouvez la version Kilimandjaro par la voie Machame en 10 jours, circuit TZN50 et la version petit Safari des Grands Parcs en 10 jours, circuit TZN51.



### • Extension

Extensions possibles au Kenya, en Tanzanie, à Zanzibar, au Rwanda ainsi qu'en séjour libre, nous consulter.

## ► VOTRE VOYAGE

### • Le prix ne comprend pas

- Les repas à Nairobi et Arusha.
- Les visas : prévoir 70 \$US
- Les frais d'inscription de 15 € par pers.
- Les droits d'entrée dans les parcs : tarifs disponibles sur internet
- L'assurance assistance-plus à 1.7 %, tranquillité complémentaire CB à 2.8 %, tranquillité à 3.6 % du prix du voyage
- Le supplément départ de province (sur demande)
- Le supplément hébergement en chambre et tente en individuelle (sur demande, + 240€)
- Les pourboires, les boissons, les dépenses personnelles et les activités en option.

\* (Nous vous informons que le prix des entrées dans les parcs vous sera facturé automatiquement à l'inscription)

### ASSURANCE:

Nomade Aventure propose 3 formules d'assurance pour votre voyage. Les conditions générales et particulières de ces 3 assurances sont accessibles sur le site de Nomade Aventure ou sur simple demande. En résumé ci-dessous :

#### Contrat Assistance plus n° 78 553 660 – GAN - MUTUAIDE

Cette assurance comprend des garanties d'assistance étendues (rapatriement médical, remboursement des frais médicaux à l'étranger, des prestations de séjour non utilisées en cas d'interruption de séjour, assurance bagages, voyage de compensation égal à votre voyage (en cas de rapatriement médical assuré par Mutuaide) pour le rapatrié et son conjoint).

#### Contrat Tranquillité n° 78553668 - GAN - MUTUAIDE

Afin de partir en toute sérénité, nous vous proposons une assurance qui comprend des garanties étendues (annulation, rapatriement médical, remboursement de frais médicaux à l'étranger, frais de recherche ou de secours, remboursement des prestations de séjour non utilisées en cas d'interruption de séjour, assurance bagages y compris le matériel sportif, dédommagement en cas de retard aérien, voyage de compensation égal à votre voyage en cas de rapatriement médical assuré par Mutuaide pour le rapatrié et son conjoint, .

#### Contrat Tranquillité carte bancaire n° 78553670 - GAN -MUTUAIDE

Si vous payez votre voyage avec une carte bancaire multiservices : Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Premium, 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° 78553668 ci-dessus.

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 prévoyant notamment les frais de recherche et de secours. Notre contrat Tranquillité a été conçu à cet effet.

Si vous ne souhaitez pas souscrire au(x) contrat(s) que nous proposons, nous soulignons le fait que vous devrez impérativement vérifier que vous disposez bien d'une garantie couvrant les frais de recherche et de secours. Dans ce cas, vous devrez nous fournir avant votre départ les informations suivantes : nom de la compagnie d'assurance, numéro de contrat, coordonnées du plateau d'assistance. Ces informations devront également être transmises à notre correspondant local dès votre arrivée.

Attention, certaines assurances comportent des clauses restrictives 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....

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.

Plateau d'assistance GAN Assistance (Assistance rapatriement/médicale) -- 24h/24h -- 7j/ 7j

Tel.: 33 1 45 16 43 19 Fax.: 33 1 45 16 63 92 Mail : assistance@mutuaide.fr



En cas de maladie ou d'accident en brousse, dans la majeure partie des endroits, nous n'avons accès ni à la radio ni au téléphone. Il n'y a que vous, l'accompagnateur, les guides locaux et la population locale. Alors pas d'imprudence. Votre contrat d'assurance / assistance est entre les mains de votre accompagnateur et nous vous en donnons un à l'inscription. Si vous avez votre propre assurance, n'oubliez pas d'en prendre une copie (et le numéro) et d'en donner un exemple à l'accompagnateur.

NOTE : Quel que soit l'accident, il faut contacter l'assurance... les médecins du pays et les médecins de l'assurance décident de la suite à donner. C'est important car toute décision non conforme à la leur, implique une non prise en charge de l'Assureur.

• **On se dit tout !**

Pour l'ascension du Kilimandjaro :

Niveau sportif. Réservé aux randonneurs entraînés. Aucune difficulté technique (pas d'escalade) mais il faut du souffle, de l'endurance et être très bien équipé contre le froid (nuits jusqu'à - 20°). Dans la mesure du possible, la pratique régulière d'un sport collectif ou individuelle et fortement conseillé.

Mal des montagnes : Une montée progressive en altitude évite généralement le mal des montagnes, et les itinéraires sont construits en en tenant compte. Toutefois, les symptômes sont individuels et peuvent vous atteindre à tout moment.

Respiration : Dès que vous vous essouffez, arrêtez-vous, et reprenez votre souffle : les battements de votre cœur redevenus normal, vous pouvez continuer. Observez des paliers, profitez-en pour admirer le paysage ! ! ! !

Si c'est plus grave, apparition de maux de tête, de nausées, de fatigue extrême et de perte d'appétit, redescendez ou restez où vous êtes : dans tous les cas, votre guide est là pour vous aider, n'hésitez pas à lui faire part du moindre problème... Surtout, n'ayez pas peur d'être en arrière, n'ayez pas peur de vous arrêter, réglez votre respiration à vos pas au lieu de vouloir tenir le rythme imposé par d'autres mieux entraînés ou plus en forme.

Boire beaucoup (3 à 5 l d'eau par jour) et surtout, marcher à votre rythme est la garantie de la réussite de votre ascension. Nos guides, assistants et porteurs sont spécialement entraînés à veiller de très près sur vous et à réagir au moindre signe suspect ; faites leur confiance et écoutez leurs conseils. N'essayez pas d'aller au-delà de vos forces s'ils vous demandent de vous arrêter un moment. Ils ont l'habitude et savent parfaitement comment réagir en cas de problème.

Nos arrivés et départs sont prévues sur l'aéroport de Kilimandjaro Airport en Tanzanie.

En cas d'indisponibilités aériennes, il vous sera proposé une arrivée et un départ sur l'aéroport de Nairobi au Kenya.

Dans ce cas spécifique, un transfert à l'aller et au retour par navette sera nécessaire. Veuillez trouver ci-dessous plus d'informations concernant ces navettes.

Pour les transferts entre NAIROBI et ARUSHA :

2 départs quotidiens à 8h et 14h :

Si vous avez un vol de nuit sur Nairobi, Vous arrivez entre 5 et 7h30 du matin...l'agent d'accueil (responsable de la navette "RAINBOW SHUTTLE") n'arrivera que vers 7h30-7h45...Voyons le bon côté des choses, vous pourrez prendre un café ou un thé en attendant l'agent d'accueil. (Toutefois, il y a peu d'attente car le temps de faire le visa, récupérer les bagages, etc...le temps passe vite).

Si vous avez un vol de jour pour Nairobi, vous êtes transféré à l'hôtel\* par une navette de la compagnie RAINBOW (le chauffeur vous attendra à la sortie de l'aéroport avec un panneau Nomade ou bien un panneau au nom de notre correspondant sur place dont le nom figure sur votre convocation aéroport). Le lendemain matin, la navette passera à votre hôtel un peu plus tôt (7h30-45 à la porte de l'hôtel - il ne viendra pas vous chercher ni à votre chambre, attendez le dans le hall de l'hôtel) pour un départ à 8h ; cette navette pourra passer ensuite à l'aéroport (selon les cas) pour prendre d'autres passagers et vous conduira ensuite jusqu'à Arusha ou vous serez accueilli par notre équipe locale.

\* Cette nuit à l'hôtel supplémentaire (à votre charge, payable à Paris avant le départ) devra faire l'objet de votre accord préalable à votre inscription.

Le transfert à Arusha se fait en bus sur une route goudronnée, mais ce n'est pas une autoroute (il faut compter environ 6 heures).

N.B.: la route qui relie Nairobi et Arusha est actuellement en travaux, compter une heure de plus pour ce trajet.

Pour ce transfert assez long, il est bien de prévoir un paquet de biscuit ou des barres de céréales ainsi qu'une bouteille d'eau que vous pouvez acheter à l'aéroport de Nairobi.



En raison des retards fréquents de certains bagages à l'aéroport de Nairobi, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir démarrer sereinement l'ascension du Kilimandjaro les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion. (Chaussure, sac de couchage, gourde, quelques vêtements chauds). Notre équipe locale se chargera de suivre la réception de vos bagages et fera le maximum pour vous les acheminer dans les plus brefs délais.

Prenez également les médicaments indispensables pour votre santé accompagnés de l'ordonnance, le reste de votre pharmacie personnelle pouvant être mis en soute. Nous vous rappelons que vous avez droit à un bagage à main, dont le poids ne doit pas excéder 5 kg.

Notre correspondant local continuera à relancer le service bagage de la compagnie pendant que vous serez en voyage en espérant que tout rentrera dans l'ordre le plus rapidement possible afin de vous les acheminer le plus rapidement possible. Lorsque des bagages déclarés perdus sont retrouvés plus tard, une indemnisation peut être alors perçue pour ce retard par la compagnie ou par votre assurance voyage si celle-ci comporte une close pour la perte et la détérioration des bagages.

Le Jour 13 : le transfert entre le serengeti et le lac natron est assez long (comptez 7-8h, 3h pour sortir du Serengeti puis 4h pour rejoindre le natron) et se fait sur une piste très cabossée et poussiéreuse. Par expérience, mesdames, prévoyez un soutien gorges de sport avec un bon soutien pour un meilleur confort.

### • Formalités spécifiques

#### PAPIERS :

A votre arrivée, on vous demandera, au passage de la douane, votre lieu d'hébergement ou votre adresse locale, à cette question précisez donc les coordonnées de notre correspondant local (information que vous trouverez sur votre convocation aéroport).

#### VISA KENYA ET TANZANIE :

- Passeport en cours de validité (six mois au-delà de la date du voyage).

- Visa obligatoire pour le Kenya et la Tanzanie : prévoir 70\$US

(Kenyens: 2 visas de transit - de 24 heures à 10\$ pièce) soit: 20\$US à Nairobi (obtention à l'aéroport) et Tanzanien 50 \$US (à la frontière).

ATTENTION : il n'est plus possible de payer son visa en Euros à l'arrivée à Nairobi. Paiement uniquement en dollars.

NB : Si vous n'êtes pas en règle avec les formalités de police, douane et santé du pays concerné le jour du départ, vous perdrez la totalité du prix du voyage, cette cause d'annulation n'étant pas garantie par les assurances. Les informations figurant dans notre brochure et sur notre site Internet ne sont données qu'à titre indicatif.

#### AMBASSADE DU KENYA :

France

3, rue Freycinet - 75116 Paris

Tél. : 01 56 62 25 25

Fax : 01 47 20 44 41

Demandes de visas : de 10h à 12h et de 15h à 16h, du lundi au vendredi.

#### CONSULAT DU KENYA :

(fonctions consulaires assurées par l'ambassade)

3, rue Freycinet - 75116 Paris

Tél. : 01 56 62 25 25

Fax : 01 47 20 44 41

AMBASSADE DE TANZANIE : 13 avenue Raymond Poincaré - 75116 Paris - France - Tél: 33 1 53 70 63 66 - Fax: 33 1 47 55 05 46

#### SANTE :

Si vous n'y avez pas mis les pieds depuis longtemps, une petite visite chez le dentiste avant le départ est plus que conseillée !

#### VACCINS OBLIGATOIRES :

La vaccination contre la fièvre jaune est exigée à l'arrivée.



Elle doit être faite dans un centre de vaccinations internationales, au moins 10 jours avant le départ si la personne ne l'a jamais reçue. Elle prend effet immédiatement s'il s'agit d'une revaccination.

La possibilité (très rare mais réelle) de complications graves de la primo-vaccination (mais pas de la revaccination) du voyageur senior devra en faire évaluer le ratio bénéfice-risque.

#### VACCINS CONSEILLÉS :

Comme toujours et partout, il est important d'être vacciné contre:

- diphtérie, tétanos et poliomyélite
- hépatites A et B (en l'absence d'immunité reconnue)
- coqueluche (dont la réapparition chez les adultes, même en France, justifie la vaccination pour tout voyage)

et pour les séjours prolongés

- typhoïde
- méningite A+C, en saison sèche, a fortiori en période épidémique.
- rage, surtout pour les enfants

On peut éventuellement conseiller la vaccination contre la grippe saisonnière et la grippe A (H1N1), surtout pour les personnes à risque en période épidémique (voir news du 1er septembre 2009 dans les « Informations santé » du site).

#### PALUDISME :

La protection contre les moustiques par répulsifs, moustiquaires imprégnées et vêtements couvrants protégera aussi contre d'autres insectes vecteurs d'autres maladies parasitaires ou virales.

Pays classé dans le groupe 3. La prophylaxie sera assurée par la prise de Lariam ou de Malarone.

Le risque de paludisme existe dans le pays où se déroule votre voyage, en zone 3 et il est important de vous prémunir (Malarone ou Lariam).

Devant l'évolution rapide de la résistance à certains traitements préventifs, il est indispensable de consulter avant votre départ un organisme spécialisé pour connaître le traitement adéquat et sa prophylaxie.

Cette maladie est transmise par les moustiques. Ceux-ci piquent à partir de la tombée du jour jusqu'à l'aurore. La première des préventions est donc d'éviter de se faire piquer. Pour cela, nous vous conseillons le port de vêtements longs dès la tombée de la nuit et l'application de répulsifs (Cinq sur Cinq, Insect-Ecran, Dolmix Pic, ButixJ). Evitez d'utiliser savons parfumés, déodorants, parfums, qui attirent les moustiques.

Pour plus d'information : L'Institut Pasteur

Tél. : 0890710811

209-211 rue de Vaugirard 75015 Paris, Métro Pasteur ou Volontaire.

Conseils personnalisés aux voyageurs.

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

Vaccinations sans rendez-vous en vous présentant directement sur place.

Centre de vaccination Air France : 08 92 68 63 64.

Dans le parc du Serengeti, se trouve la mouche tsé-tsé qui peut piquer à travers les habits et sont actives le jour. Elles sont sensibles à une stimulation optique (véhicules en mouvement, couleurs foncées) et donc les répulsifs ne sont pas très efficaces. Protégez-vous en portant des habits clairs (beige, blanc, vert olive) qui couvrent bien la peau. Les couleurs à éviter sont le bleu et le noir. Les mouches tsé-tsé sont souvent rassemblées dans la végétation près des rivières et des lacs, dans les galeries forestières et les arbustes de la savane. Evitez de passer à travers les buissons et inspectez régulièrement votre véhicule lors de safari.

#### • Important

##### SECURITE

Peu de risques d'avoir un accident avec la faune, à condition de respecter quelques règles de sécurité basiques. S'il arrive des accidents tous les ans avec les animaux en Afrique, c'est malheureusement bien souvent le fait d'une négligence ou d'un oubli des règles basiques de sécurité. Il y a peu de chance de voir des serpents sauf en de très rares endroits et pendant les grandes chaleurs seulement. Votre guide local a l'habitude et sait très bien choisir les lieux de bivouac et /ou camping. Pour notre part, nous n'avons jamais eu aucun accident dans ces régions en plusieurs années d'exercice... Partout en Afrique, il y a des serpents, scorpions et autres araignées mais ils restent le plus souvent totalement invisibles et il y a très peu de risques pour que vous intéressiez vraiment cette population... En principe, ils sont plus effrayés de votre présence que vous de la leur et ne restent pas dans votre secteur... Les seuls à s'intéresser vraiment à vous seront les moustiques et, là encore, il ne s'agit que de précautions à prendre... Crème anti-moustiques, manches longues, traitement antipaludéen et tentes équipées de moustiquaires.

##### QUELQUES CONSEILS

- Ecoutez les conseils de votre chef d'expédition.



- Le centre des villes les plus importantes peut présenter un danger pour le touriste non averti, comme dans une majorité de pays.
- Ne marchez pas seul dans des endroits apparemment déserts, si possible, restez avec un groupe. Méfiez-vous des voleurs à la tire et des pickpockets.
- Ne prenez pas avec vous plus d'argent liquide que nécessaire.
- Gardez à part des originaux une photocopie des 4 premières pages de votre passeport, de vos visas et billets d'avion.
- Refermez immédiatement les poches de vos sacs, ouvertures des tentes, sacs de couchage et vestes après usage. Eviter de dormir à la belle étoile.
- Regardez toujours où vous mettez les pieds et les mains. La nuit, déplacez-vous avec la lampe tout en ayant les pieds chaussés. Si vos chaussures passent la nuit à la belle étoile, veuillez inspecter le contenu ou les taper vivement, l'ouverture vers le bas, avant de les enfiler à nouveau.
- Soyez toujours attentifs avant de soulever un caillou, un grand morceau de bois ou autres objets pouvant abriter des animaux ou des insectes. Il est recommandé de le(s) déplacer avec le bout de votre chaussure (fermée, bien sûr) ou avec un bâton. Après inspection, vous pouvez le(s) manipuler comme bon vous semble.
- Lorsque vous traversez des régions sauvages, ne marchez pas dans la savane sans guide.
- Ne vous approchez pas des animaux sauvages, il est possible que d'autres animaux soient présents sans que vous les ayez repérés, et leurs réactions sont imprévisibles pour des personnes non habituées. Ne nagez pas dans les rivières (crocodiles et hippopotames).
- Ne nourrissez jamais les animaux, même s'ils vous paraissent curieux et familiers (singes en particulier).

#### QUELQUES PRECISIONS :

L'itinéraire a été conçu de façon à être le plus précis possible. Le programme est donné à titre indicatif. Les étapes de tous nos voyages peuvent être modifiées sur place pour des raisons de météorologie, d'organisation, de sécurité, de cas de force majeure ou autres (par exemple : retards ou annulation des vols) entraînant des changements dans le déroulement des services prévus : vols, horaires, itinéraires et hôtels. Dans ces moments difficiles, le guide local fera le maximum pour atténuer les effets de ces événements indépendants de notre volonté.

Pour ces raisons non imputables à l'agence, les prestations non obtenues pour les causes énoncées ci-dessus ne pourront être remboursées par Nomade. Lors d'un problème, l'équipe vous proposera une solution en remplacement de celle impossible à fournir, si vous refusez cette alternative, les éventuelles dépenses (hébergement, repas, transport, etc...) supplémentaires, engendrées uniquement par votre décision, seront à votre charge. Dans l'univers de certaines ethnies, la notion d'exactitude horaire est des plus variables. A titre d'exemple, chaque région, ethnie et même village ont des marchés qui fonctionnent selon des calendriers traditionnels ayant des semaines de 4, 5, 6 ou 7 jours ! Les guides sont là pour adapter le parcours en fonction de ce qui se produit, souvent sans préavis...Il peut y avoir des transferts en véhicule pendant la randonnée afin d'adapter l'itinéraire au niveau du groupe ou pour vous permettre de vivre les expériences les plus enrichissantes telles que les funérailles, les fêtes initiatiques ou autres fêtes traditionnelles.

#### QUELQUES PRECISIONS CONCERNANT LE VOL DE BAGAGES :

Nomade-Aventure décline toute responsabilité concernant les vols, pertes ou destruction des bagages. Pour ceux ayant contracté une assurance convention « tranquillité », vos bagages sont garantis pour autant que les bagages soient sous la surveillance directe du bénéficiaire, dans sa chambre, remisés dans une consigne fermée à clé ou sous la garde d'un hôtelier en coffre donc vos bagages ne sont pas couverts en camping (sauvage ou aménagé).

NB : Il nous paraît nécessaire de préciser qu'il ne faut jamais laisser votre passeport, argent, carte bancaire, appareils photos ou autres objets de grandes valeurs sans surveillance même si le véhicule est verrouillé à clef.

#### QUELQUES PRECISIONS CONCERNANT VOTRE PARTICIPATION:

Votre participation à la vie de bivouac est indispensable. Les chauffeurs chargent et déchargent les voitures mais vous devez prendre vos sacs et matelas et les ramener près des voitures le lendemain matin. Vous montez et démontez vous-mêmes vos tentes. Tout le monde est de corvée pour la vaisselle, pour le bois et en général, il y a toujours quelqu'un qui adore s'occuper du feu. Pour les repas, en principe l'accompagnateur s'en occupe ; là encore votre aide est toujours la bienvenue.

#### ASCENSION DU LENGAI - IMPORTANT

(Cette ascension est facultative)

ATTENTION : suite à l'éruption du volcan Oldoinyo Lengai, l'ascension pourrait ne pas être possible si les conditions, au moment de votre passage au lac Natron, ne sont pas réunies pour que vous puissiez la réaliser en toute sécurité.

Il s'agit d'une marche très difficile. Il faut prévoir un réveil à minuit et un départ à 1h du matin en voiture pour rejoindre le point de départ de la marche qui débute vers 2h du matin (il conviendra donc d'avoir une lampe frontale). Nous arriverons au sommet à l'aube après un dénivelé d'environ 1600 m. Prendre quelques vivres de course que vous aurez amené de France, et au minimum 2 litres d'eau, 3 préférable.



Il est important que vous soyez bon montagnard et ne soyez pas sujet au vertige, les derniers 300 à 400 mètres sont particulièrement éprouvants. Il est fréquent de monter à quatre pattes, car la pente est très raide sur un sol instable (sol glissant, roche friable). La chute est donc à proscrire ! Il peut faire très froid durant la nuit (notamment à cause du vent), il conviendra donc d'être bien équipé.

Le sommet est impressionnant, le volcan est en activité, il est fréquent d'assister à des coulées de lave et autres phénomènes naturels propres au volcanisme.

Nomade Aventure prendra toutes les mesures nécessaires pour faciliter la montée et la descente (cordages etc.) mais n'est pas responsable d'une éruption soudaine, plus importante que celles couramment observées ces dernières années, d'une chute de pierre ou d'une glissade de votre part. Aussi, la décision de votre participation à cette ascension sera prise en collaboration avec votre accompagnateur, mais sous votre seule responsabilité.

L'ascension du Mont Oldonyo Lengai, à régler sur place, est d'environ 100 \$ par guide masaï à partager entre les membres d'un groupe constitué de 4 personnes maximum pour des raisons d'encadrement et de sécurité. Au delà il faudra prévoir un second guide et ainsi de suite.

Ces guides Masai connaissent parfaitement le terrain mais n'en sont pas pour autant des professionnels de l'escalade et vous devrez composer avec leur intuition plus que sur leur rigueur pour réussir votre ascension.

#### • **Caractéristiques du circuit**

La Tanzanie est, quant à la faune, un pays riche. Les Big Five y deviennent Big Nine (éléphant, rhinocéros, hippopotame, lion, léopard, guépard, girafe, zèbre et buffle) ; on y compte plus de 80 espèces de grands mammifères. Les migrations des zèbres et des gnous, entre le parc tanzanien du Serengeti et le Massaï-Mara kenyan sont parmi les dernières du continent. Les grands animaux, donc, mais aussi les originaux : oryctérope, daman, galago, lièvre sauteur, ratel, mangouste naine, otocyon... Gazelles et antilopes à foison. Les oiseaux, de l'autruche au guépier nain, du marabout à la pintade, de l'ibis sacré au travailleur à tête rouge, du spréo superbe au bulbul des jardins, présentent une étourdissante variété. Insistera-t-on sur le mille-pattes géant d'Afrique, le scorpion à longues pinces, la fourmi légionnaire ? Plutôt sur les poissons : poisson zèbre ou perroquet, dauphin, marlin, tilapia, barracuda... Tous ces animaux supposent une flore également riche et variée, adaptée à des milieux contrastés. Le tuteur baobab ne saurait, malgré sa taille, cacher la forêt.

#### • **Budget sur place**

TANZANIE :

Le Shilling Tanzanien / 1 € = 2240 shillings (TZS) : à changer sur place (taux de change indicatif au 01/06/2011).

KENYA :

La monnaie locale est le shilling kenyan.

1€ = 113 KES (Kenya Shillings )

(taux de change indicatif au 02/12/2009).

C'est une somme qui est très variable en fonction du nombre de souvenirs que vous voulez acquérir, de votre éventuelle consommation d'eau minérale en bouteille et boissons non incluses et de votre générosité sur les pourboires. Cependant, nous estimons qu'environ 250 € à 300€ par participant devrait être suffisant.

Le dollar US est conseillé l'euro qui est maintenant accepté. Cependant prenez de préférence du dollar US (meilleur taux de change pour les billets de 50 et 100. Les billets datant d'avant 2000 ou abîmés ne sont pas acceptés.). Lorsque vous faites du change, profitez-en pour demander des petites coupures (les vendeurs n'ont jamais la monnaie, vous le savez bien...), et refusez les billets trop abîmés qui pourraient vous être refusés sur place.

Les voyageurs peuvent changer dans les banques et bureau de change de Nairobi et Arusha. Prenez garde aux nombreux racoleurs qui vous offrent des taux alléchants car plusieurs voyageurs ont été victimes d'arnaques. Nous vous conseillons très fortement de prendre conseil auprès de votre guide avant d'effectuer le change car il est la personne la mieux placée pour vous conseiller sur les endroits ou bureaux de changes où vous pourrez obtenir les meilleurs taux.

Les cartes de paiement internationales sont en général acceptées dans les hôtels, lodges, camps de luxe et fermes d'hôtes (quelques établissements appliquent néanmoins une commission de 5 % lors des paiements par carte, en raison des frais de banque très élevés pour les transactions par carte). Des guichets automatiques sont disponibles dans les villes de Nairobi et Arusha pour Visa et Mastercard. Pour l'artisanat, quand on ne vous l'impose pas, n'oubliez pas qu'elle est vraisemblablement déjà incluse dans le prix affiché. Tenez en compte pour le marchandage !

#### • **Pourboires**

Nous vous recommandons un montant entre 50 € et 70 € (par participant) pour le Kili et entre 30 à 40 € pour la partie safari.



L'usage du pourboire est une coutume dont nous devons vous informer. Nous vous rappelons que ces gratifications sont très appréciées des équipes locales dans des pays où le niveau de vie est souvent très bas. Toutefois, il est important de considérer que le pourboire, demeurant facultatif (n'étant pas une partie du salaire), doit être accordé en fonction de votre niveau de satisfaction du travail et des petites attentions de l'équipe locale.

Les pourboires ne sont jamais compris dans la note. L'usage du pourboire est une coutume dont nous devons vous informer. Il est convenable de laisser entre 5 et 10 % dans les bars et restaurants, et environ 0.5 à 1€ pour les petits services (porteurs, laveurs de voiture dans les hôtels, etc.).

Pensez à gérer votre budget pourboire en conséquence des équipes et chauffeurs complémentaires (qui interviennent en cours de circuit) vous quittant avant votre retour sur la capitale (vous pouvez prendre les informations et des conseils auprès de votre guide principal).

PS. Une petite idée... il vous est possible (facultatif) en cours de circuit de faire une caisse commune avec les autres participants qui servira à distribuer les pourboires (évitant les éternels problèmes de monnaie) et/ou acheter les boissons non incluses et/ou éventuellement les bouteilles d'eau minérale (environ 1€ à 1.5 € chacune).

#### • Us et coutumes

##### CONSEILS PRATIQUES POUR LES PETITS CADEAUX :

Des petits cadeaux comme vêtements, chaussures et autres sont très appréciés. Vous pouvez également apporter des graines (de plantes exigeant peu d'eau). Si vous avez chez vous des vêtements et chaussures dont vous ne vous servez plus, emmenez les pour les donner. Sinon, il y a les petits échantillons de parfum (remis gratuitement dans les parfumeries), fil et aiguilles à coudre (modèle costaud) et petit miroir. Vous pouvez également acheter sur place du tabac, du sel, sucre, savon ou autres produits d'usage quotidien. Votre accompagnateur vous aidera à donner à bon escient. Le "cadeau" en argent est la rémunération d'un service. Par ailleurs nous n'encourageons pas le don d'argent aux enfants. En effet, d'habitudes perverses et de la facilité à laquelle cèdent certains visiteurs (comme pour effacer une certaine réalité) sur les sites touristiques, il résulte fréquemment que le "salaire" d'un enfant de 10 ans est plus élevé que celui de son propre père, paysan qui s'éreinte au travail dans son champ. Il s'ensuit une distorsion au sein de la cellule familiale, qui peut provoquer son éclatement ; l'enfant délaissant l'école, le père son champ, et la famille les traditions. De la même façon, les stylos et autres traditionnels cadeaux, sont plutôt à remettre aux instituteurs des villages qu'aux enfants eux-mêmes. Les bonbons sont à proscrire. Les médicaments que vous voudrez donner, seront remis globalement aux infirmeries de brousse ou aux dispensaires, qui en assureront ensuite la distribution.

##### CONSEILS POUR VOS ACHATS :

Lors de vos achats n'oubliez pas de marchander (sans exagération) sauf pour les produits d'usage qui sont généralement à prix fixe (cigarettes, boissons, nourriture...). Cela n'empêche pas que certains commerçants vont essayer de vous tromper sur le prix même sur ces produits d'usage quotidien. On ne fait pas ses emplettes à la sauvette. Il faut prendre son temps, parler. Divisez par deux ou trois le prix demandé, puis augmentez au fil de la discussion. Vous pouvez prendre conseil sur les bons prix (approximatifs) auprès de votre guide cependant ne le faites pas devant le regard des commerçants et/ou des autres personnes (villageois). Socialement parlant, votre guide ne peut pas vous conseiller devant les autres gens du pays alors...un peu de compréhension et de finesse...Il faut le questionner avec beaucoup de discrétion afin d'avoir les bonnes réponses !

#### • Aérien

##### HORAIRES D'AVION, PRE ET POST ACHÈMÈNEMENT

Ces horaires sont fournis à titre indicatif uniquement, nous déclinons toute responsabilité en ce qui concerne les modifications de ces horaires, donc il ne faut pas se baser sur ceux-ci afin d'effectuer vos réservations définitives de trains ou autres transports.

Attention ! Pour vos pré et post acheminement, nous vous recommandons de prévoir une connexion avec un minimum de sécurité, de réserver des titres de transport modifiables, voir même remboursables, afin d'éviter le risque éventuel de leur perte financière. Vous allez peut-être décider de profiter des « tarifs Découverte » de la SNCF ou de vols intérieurs à bas prix. Attention, ce type de billet est non-remboursable ! Sachez que d'autres alternatives existent : billet de congé annuel (25% moins cher), et autres formules avec réductions sans risques.

##### QUELQUES SITES UTILES

[www.adp.fr](http://www.adp.fr)

Le site officiel d'ADP (Aéroports de Paris). ADP gère l'aéroport d'Orly, de Roissy-CDG (Charles de Gaulle). Vous pourrez y trouver vos horaires d'avion mis à jour avant votre départ. Par téléphone..oubliez..C'est un conseil!

Attitude à l'égard des Officiers de polices, douaniers ou autres forces de l'ordre.

Cela fait partie des "charmes" de l'Afrique... Soyez toujours courtois, polis et patients aux postes de frontière ou lorsque vous traitez avec un policier ou avec des fonctionnaires officiels. Une attitude "arrogante" ne pourra que créer des problèmes à vous-même et à l'ensemble du groupe.



**IMPORTANT:** Habillez-vous correctement lorsque vous passez les frontières (pas de pieds nus, pas de torse nu, pas de décolletés provocants, pas de chapeaux ou lunettes de soleil), lorsque vous visitez les marchés, les villages, les villes, et lorsque vous voyagez dans le véhicule.

#### **BILLET ELECTRONIQUE :**

Depuis le 1er juin 2008, le billet d'avion sous sa forme papier tel que tout le monde la connaissait, a disparu pour céder sa place à la version électronique. Terminé le billet papier, votre réservation est directement enregistrée dans les systèmes de réservation des compagnies aériennes à l'aéroport. Nous vous adresserons donc votre reçu de billet électronique par courriel accompagné de votre convocation aéroport (8-10 jours avant le départ), il ne vous restera plus qu'à vous présenter à l'enregistrement muni de vos documents d'identité.

Dans le cas où vous recevez uniquement votre convocation aéroport, une assistance est mise en place. Vous êtes convoqué à un comptoir (lieu et horaire sur la convocation), une personne vous attendra pour vous remettre vos billets électroniques.

Sachez que vos horaires sont généralement disponibles avant l'envoi de votre convocation aéroport. Pour de plus amples informations, veuillez nous contacter.

#### **• Transport**

Pour les arrivées à Nairobi : navette en Bus pour Arusha.

Navette de Nairobi pour Arusha : lorsque l'arrivé est à Nairobi le matin, pour les vols de nuits.

Vous arrivez entre 5 et 7h30 du matin... l'agent d'accueil (responsable de la navette) n'arrivera que vers 7h30-7h45... Voyons le bon côté des choses, vous pourrez prendre un café ou un thé en attendant l'agent d'accueil. (Toutefois, il y a peu d'attente car le temps de faire le visa, récupérer les bagages, etc...le temps passe vite)

Le transfert à Arusha se fait en bus sur une route goudronnée, mais ce n'est pas une autoroute (il faut compter environ 6 heures).

Transferts en minibus et 4X4.

Les véhicules 4x4 sont équipés de toit ouvrant pour une meilleure observation animale.

#### **• Encadrement**

Notre partenaire est une agence franco-tanzanienne avec laquelle nous avons choisi de travailler en totale coopération, depuis maintenant huit ans, ce qui nous permet de vous proposer des itinéraires originaux et des tarifs très compétitifs. Vos chauffeurs et cuisiniers seront anglophones mais vous aurez toujours un chauffeur guide parlant français ou accompagné d'un traducteur francophone. Les chauffeurs guides auront le plaisir de communiquer avec vous en français, car ils vont " à l'école apprendre notre langue " pendant la saison des pluies ...

#### **• Groupe**

4 à 15 personnes.

#### **• Nourriture**

Tout le matériel de cuisine est fourni (assiettes, couverts). Apportez si vous voulez un canif. Un grand soin est apporté aux repas. La nourriture est entièrement achetée sur place. Nous servons une alimentation variée et appétissante. Le matin, un petit déjeuner ; à midi, un repas froid ou un "brunch" sont de coutume ; le soir, un dîner chaud ou un barbecue vous réconforteront de vos émotions.

#### **EAU :**

Les véhicules sont équipés de jerricans et nous pouvons nous approvisionner régulièrement en eau potable. Il est indispensable de vous munir de Micropur, Aquatabs ou d'Hydrochlorazone. Boire régulièrement (moyenne de 3 à 4 litres par jour) pour éviter la déshydratation.

Les boissons ne sont pas incluses, sauf le thé, le café et l'eau en bidon (en camping mais non au restaurant). Il est possible de se procurer en route des boissons dans de petits magasins locaux à des prix raisonnables.

Nos équipes sont équipées de jerricans d'eau destinés à la cuisine ainsi qu'à votre consommation personnelles, et se réapprovisionnent régulièrement aux puits rencontrés sur le chemin.

On trouve facilement de l'eau minérale en bouteille dans les boutiques et restaurants dans les villes. En brousse, il est indispensable de vous munir de Micropur, Aquatabs ou d'Hydrochlorazone pour purifier l'eau.

Boire régulièrement (moyenne de 3 à 4 litres par jour) pour éviter la déshydratation.

#### **• Hébergement**

Nuits en hôtel et camping (généralement avec douche sauf lors de l'acension du Kilimandjaro).

Tentes dômes 3 places (pour 2 pers) + matelas et housse pendant le trek, en hôtel à Arusha (chambre double ou triple). La réservation d'une chambre single se fait à l'inscription et sous réserve de disponibilité sur place.



Durant la haute saison (de mi-juin à fin septembre), la fréquentation est plus importante dans les parcs et les hébergements sont donc plus chargés.

Les campings n'échappent pas à la règle et, malgré les efforts de tous, la propreté des sanitaires peut en pâtir durant cette période...

De plus, nous utilisons des campings en pleine nature, choisis pour leur situation agréable directement dans le parc ou dans des lieux parfois reculés, il peut donc arriver qu'ils ne soient pas approvisionnés en eau certains jours. Il est important de ne pas oublier que nous sommes en Afrique : l'eau est rare !

Même si tout ça reste occasionnel, mieux vaut être prévenu et penser à amener des lingettes au cas où.

## ◉ EQUIPEMENT

### • Pharmacie personnelle

En cas de traitement médical, prévoir suffisamment de réserve pour la durée du séjour. Celle-ci doit contenir vos médicaments usuels, plus un traitement antipaludéen auxquels vous ajouterez des antalgiques, du collyre pour les yeux, une crème de protection pour les lèvres et la peau, de la vitamine C, une crème pour les coups de soleil, un gel pour les courbatures, un nécessaire pour soigner les pieds (Tricostérol, Mercurochrome, pansements Seconde Peau, etc.), un anti diarrhéique et un antiseptique intestinal. Il est important de prendre des bandages, sparadraps et élastoplasts qui peuvent être forts utiles. Une pince à épiler et une aiguille pour les échardes. Avant de quitter le pays, vous pourrez offrir votre mini-pharmacie (si vous le désirez) à l'équipe locale, un dispensaire, un hôpital ou une organisation médicale à but non lucratif, avant votre départ, à moins que vous en ayez eu besoin ! Les médicaments et bandages seront très appréciés par ceux-ci. N'oubliez pas de prendre des pastilles Micropure pour purifier l'eau, même si vous aurez la possibilité d'acheter de l'eau capsulée, c'est toujours utile.

### • Bagages

Bagage principal 20Kg : un sac de voyage souple ou un sac à dos car ils sont faciles à charger dans les véhicules. C'est le sac qui voyage dans la soute de l'avion. Au cours du voyage, il contient les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée. Transporté par les équipes de portage ou des véhicules, vous les retrouverez le soir.

Pendant la durée de l'ascension du Kili, vous pourrez laisser les affaires dont vous n'aurez pas besoin en consigne à Arusha, afin de faciliter le travail des porteurs. Arriver à réduire le poids de votre sac à 15kg pendant l'ascension serait l'idéal !

Nous vous conseillons d'enregistrer votre bagage dès le départ jusqu'à la destination finale. Il est très risqué de récupérer votre bagage lors du transit, car vous prenez le risque de manquer la correspondance.

Bagage à main 5Kg : 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. 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 lourd et 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. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.

PS: Laissez tout objet contenant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion

### EN CAS DE RETARD OU PERTE DES BAGAGES :

Il est impératif de le signaler immédiatement auprès du service bagages du transporteur aérien ou de l'aéroport d'arrivée afin de remplir un formulaire officiel de déclaration de perte de bagage qui permettra d'entreprendre les recherches et servira à la réclamation. Il vous sera demandé les éléments suivants : le numéro d'étiquette et descriptif des bagages, coordonnées de l'agence locale (précisées sur votre convocation) et coordonnées personnelles.

Contactez également votre assurance bagage personnelle (si vous avez détenteur d'une telle couverture) afin d'ouvrir votre dossier ce qui permettra d'activer votre droit (le cas échéant) au budget accordé pour acheter les produits de 1ère nécessité. Dans le cas d'une souscription à notre convention tranquillité, un budget de 152 € par personne est accordé. Vous aurez la possibilité d'acheter (sur place) des produits de 1ère nécessité : vêtements, brosse à dents, lampe de poche, etc

Si vous rencontrez un problème de bagages, nous espérons que cet incident n'altère pas votre bonne humeur pour le bien être de l'ensemble du groupe et que vous pourrez appréhender votre voyage dans un bon état d'esprit.

Notre correspondant local continuera à relancer le service bagage de la compagnie pendant que vous serez en voyage en espérant que tout rentrera dans l'ordre le plus rapidement possible afin de vous les acheminer le plus rapidement possible.

Lorsque des bagages déclarés perdus sont retrouvés plus tard, une indemnisation peut être alors perçue pour ce retard par la compagnie ou par votre assurance voyage si celle-ci comporte une clause pour la perte et la détérioration des bagages.



Dès votre retour en France, dans le cadre d'un contentieux impliquant directement une compagnie aérienne, nous vous rappelons que le voyageur devra adresser directement sa réclamation auprès de la compagnie aérienne et que nous pourrions le cas échéant appuyer votre demande auprès de celle-ci. Une déclaration tardive ou non conforme aux dispositions prévues dans les garanties d'assurance entraîne la déchéance à tout droit de remboursement. Il faut leur envoyer ( la compagnie aérienne et votre compagnie d'assurance) votre courrier de réclamation aérienne en incluant un courrier explicatif de l'événement, une photocopie des billets d'avion ainsi qu'une photocopie de tous les autres documents relatifs aux frais que vous avez dû engager ainsi qu'une photocopie des factures relatives à ses frais engagés

#### • Vêtements

- Polaire, doudoune pour le N'Gorongoro
- Chemises, T-shirts
- Chaussures de marche à tige montante pour l'ascension
- Chaussures type brousse, tennis et sandale, très important pour la balade dans les chutes (cailloux et ça glisse)
- Bonnet de laine ou cagoule, chapeau, gants (soie + moufles).
- Une cape de pluie.
- Un soutient-Gorge de sport pour le long transfert du J13

#### • Equipement

- Un sac de couchage qualité -15°C à -25°C, sarcophage ou à fermeture latérale,
  - un drap cousu.
  - Polaire, doudoune, chemises, T-shirts
  - Chaussures de montagne chaude à tiges montantes (-22°C)
  - Chaussettes de laine chaudes, collant, chaussettes de coton, sous-vêtements en goretex.
  - Guêtres (conseillé).
  - Bonnet de laine ou cagoule, chapeau, gants (soie + moufles).
  - Lunettes de soleil, crème de protection solaire.
  - Une cape de pluie.
  - Une gourde (2l) ou deux (1l) ou camel bag de 2 litres, un quart pour boire (1/4l),
  - Un canif ou opinel
  - Une lampe torche frontale avec piles et ampoule de rechange. Surtout pour l'ascension de nuit.
  - Ceinture ou pochette pour argent et papiers (toujours sur vous).
  - Affaires de toilette, serviette.
  - Bâtons télescopiques de marche (conseillé).
  - Pharmacie personnelle (antalgique, collyre, vitamine C, nécessaire de soin pour les pieds, crème solaire, anti-moustique, anti-diarrhéique et antiseptique intestinal, antibiotique à large spectre).
- Hydrochlonezone pour purifier l'eau. Papier hygiénique et briquet pour l'éliminer, Briquets, stylos (pour les cadeaux).
- Provisions de bouche (fruits secs, barres énergétiques...), anti-mal de l'altitude (Paracétamol, antalgique, vitamine C, etc...).
  - Pulls, sous-pulls, pantalon chaud, collant en Goretex ou équivalent... ne pas hésiter : il fait froid.

NB : Pour l'approche de la faune (tout particulièrement à pied ou en pirogue), il est recommandé, dans la mesure du possible, de vous équiper de vêtements avec des couleurs neutres (beige, marron). Tenez bonne note que la couleur bleue attire les insectes.

#### PHOTOS/ VIDEO :

Munissez-vous de ce dont vous aurez besoin au niveau cartes mémoires ou pellicules (100 et 200 ASA), batteries... On peut parfois en trouver sur place mais les prix ne sont pas toujours plus intéressants et les dates de validité parfois dépassées. Un objectif de 200mm est un minimum, nous vous recommandons un 300mm... (les 400mm sont parfaits mais très onéreux et prennent énormément de place).

Si vous apporter une caméra, nous vous recommandons d'emporter avec vous suffisamment de batteries, un système de recharge et un adaptateur allume-cigares. L'approvisionnement en électricité de la plupart des pays que nous visitons est en 220-240 volts avec une fiche à 3 points que vous pourrez utiliser lors de vos nuits en hôtel et en auberge. Il est possible de recharger la caméra vidéo à partir de la batterie du véhicule, en utilisant un allume-cigare 12 volts (cette possibilité est laissée à la discrétion du guide, et ne sera pas autorisée s'il y a un risque pour l'autonomie du véhicule). Le fonctionnement de celui-ci ne vous est en aucun cas garanti.

Appareil numérique: Nous recommandons d'acheter des batteries très longue durée. Idem pour les cartes de mémoires, prendre une (ou plusieurs) carte de grande capacité (4 Go) et pas seulement 5 photos comme sont souvent équipés les appareils photos numériques à la vente.

NB. Il vaut mieux prendre 2 cartes mémoires de 4 Go plutôt qu'une carte de 8 Go. Comme le proverbe le dit si bien : il ne faut pas mettre tous ses œufs dans le même panier.



Vous traversez des villages où les gens ne sont peut-être pas d'accord pour être "mitraillés" par des dizaines d'appareils photo chaque jour. Avant de prendre une photo, restez civilisé et demandez la permission. Nous traversons des villages centenaires aux traditions vivaces et la photo systématique des habitants est une attitude qui peut détruire tout essai d'échange ou de communication entre vous et vos hôtes (aimeriez vous recevoir chez vous des inconnus qui, vous ayant à peine dit bonjour, photographieraient vos enfants, vous en train de faire la cuisine, etc.). Lorsque sera établi un climat de confiance, demandez (faites-vous conseiller par votre accompagnateur) l'autorisation de filmer ou de photographier qui vous sera souvent généreusement accordée. Et enfin, ne photographiez jamais les enfants sans demander leur accord aux parents et aux enfants eux-mêmes. Si l'on vous refuse, alors n'insistez pas. Ne promettez d'envoyer des photos aux personnes que vous avez photographiées que si vous êtes sûr de pouvoir respecter votre engagement. Mais surtout prenez le temps de rencontrer... plus que de collectionner des portraits.

#### • Couchage

- Un sac de couchage en duvet, un drap cousu.

Les nuits pouvant être froide (jusque -15°C ou -25°C) dans les campements les plus élevés sur le Kilimandjaro, prévoir un très bon duvet.

#### • Matériel fourni

Tentes dômes 3 places (pour 2 pers) + matelas et housse.

Tout le matériel de cuisine, tables, chaises et grande tente pour les repas.

#### • Pharmacie collective

- Un caisson de décompression

#### • Informations régionales

DECALAGE HORAIRE :

La Tanzanie et le Kenya sont à GMT+3, c'est à dire :

- en été, il y a une heure de décalage (quand il est 12h00 à Paris, il est 13h00 à Dodoma).

- en hiver, il y a deux heures de décalage (quand il est 12h00 à Paris, il est 14h00 à Dodoma).

CLIMAT :

La saison la plus agréable pour séjourner en Tanzanie est la saison sèche, de juin à septembre ou octobre, aussi bien sur la plaine côtière que sur les hauts plateaux de l'intérieur.

Cette saison sèche est plus marquée au sud du pays, de juin à août.

Dans toute la partie nord du pays - qui comprend notamment les rives du lac Victoria, le célèbre parc de Serengeti, le Kilimandjaro, les îles de Pemba et de Zanzibar, et la capitale Dar es-Salaam - on distingue la saison des "longues pluies" de mars à fin mai, et la saison des "courtes pluies", pendant les mois de novembre et décembre, où prévalent des averses brèves qui tombent généralement en fin d'après-midi.

Ces deux périodes étant séparées par une diminution marquée des précipitations en janvier et février. C'est l'ouest du pays, du lac Victoria au lac Tanganyica qui reçoit les pluies les plus abondantes.

Dans une moitié sud du pays, on observe une saison des pluies assez homogène de mi-novembre à fin avril, à laquelle succède la saison très sèche déjà mentionnée.

Observons cependant que quelque soit la région, on ne compte en moyenne qu'un jour sur trois avec précipitations en pleine saison des pluies.

ELECTRICITE :

220 et 230 volts. Les prises de courant sont à trois fiches, deux plates horizontales et une verticale (système britannique).

Nous vous conseillons d'emporter un adaptateur.

Dans les lodges, l'électricité est généralement fournie par un groupe électrogène, qui ne fonctionne qu'à certaines heures.

Les coupures de courant sont fréquentes.

SITUATION ENVIRONNEMENTALE :

Quel que soit l'environnement dans lequel le voyageur se déplace, urbain ou naturel, il est de sa responsabilité de respecter l'endroit qu'il traverse. Voici quelques principes de base, applicables partout dans le monde. Un second paragraphe vous présente les problèmes environnementaux spécifiques à la Tanzanie.

- Eviter de laisser certains déchets sur place et les rapporter avec soi si le pays ne dispose pas d'infrastructure d'élimination de ces déchets. Par exemple : piles et batteries, médicaments périmés, sacs plastiques.

- La rareté de l'eau est aujourd'hui un problème mondial. Même si le pays visité n'est pas a priori concerné par le manque, quelques réflexes doivent désormais faire partie du quotidien : préférer les douches aux bains, éviter le gaspillage, signaler les fuites éventuelles des robinets.

- Dans la plupart des hôtels vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé, pour éviter la surconsommation énergétique et les émissions de gaz à effet de serre afférentes, de la couper systématiquement lorsque



vous n'êtes pas présent dans la chambre. La climatisation n'est d'ailleurs pas absolument nécessaire sous tous les climats.

– En balade, dans certains écosystèmes fragiles, ne pas sortir des sentiers ou conduire hors-piste, limiter le piétinement et ne pas rapporter de « souvenir » : renoncer à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles ou des pétrifications, etc.

En Tanzanie, la dégradation de l'environnement est un problème majeur, qui ne fait que s'aggraver depuis dix ans, au point de devenir très préoccupant. La côte tanzanienne, par exemple, s'étend sur 800 km le long de l'Océan indien et, comme c'est le cas dans beaucoup de pays en développement, elle connaît une évolution très rapide.

A Dar es Salam, on trouvait encore récemment des plages très propres et attrayantes, ainsi que d'excellents hôtels de tourisme. Mais certains, sinon tous, sont actuellement menacés d'effondrement. Les vagues s'abattent sur les plages avec une puissance terrible, ce qui provoque une forte érosion, menaçant les bâtiments. Ce phénomène a été en partie accentué par la pratique de la pêche aux explosifs, qui a détruit les récifs coralliens qui amortissaient autrefois la violence des vagues. Cette pêche à la dynamite a ainsi non seulement détruit les organismes vivants, mais également mis les plages à la merci de la mer. Pour combattre l'érosion, on a fait ériger des barrières de roches et de béton, qui ne s'avèrent pas aussi efficaces que le corail.

Le Conseil national de gestion de l'environnement (NEMC), organisation semi-gouvernementale, est chargé de superviser les ONG les plus actives dans la lutte contre la dégradation du milieu côtier. Le NEMC n'existe que depuis quelques années, mais il effectue un bon travail de sensibilisation aux questions environnementales. La radio est mise à contribution : le Conseil a une émission régulière, une fois par semaine, sur Radio Tanzanie Dar es Salam.

Par le canal du NEMC, la Tanzanie participe aussi au programme de gestion intégrée des régions côtières (SICOM). Cela après avoir élaboré, en 1995, son propre programme d'exploitation durable des ressources côtières et marines. Des projets locaux de SICOM sont mis en œuvre à Tanga, Kunduchi, Mafia, Mtawara et Lindi. Ce programme fait appel à la population, afin qu'elle prenne conscience des enjeux de la dégradation de l'environnement et qu'elle participe activement à la résolution du problème.

Les enjeux environnementaux sont particulièrement importants au Kenya, où l'agriculture et le tourisme représentent environ un tiers du PIB. Le pays dispose d'une très grande diversité biologique, grâce à des habitats variés : hauts plateaux, zones humides, zones arides et semi-arides. Ces habitats sont diversement sollicités. Plus de 80% de la population est rurale, pratiquant le pastoralisme et une agriculture de subsistance. Elle est consommatrice de bois de chauffe. Les zones urbaines présentent de façon aiguë le double problème de la gestion de l'eau et des déchets.

Le Kenya s'est lancé très tôt dans une politique novatrice de protection et de développement de son exceptionnel patrimoine de faune et de flore. Celui-ci, par l'intermédiaire du tourisme, contribue largement à la prospérité de l'économie (en 2005, presque 13% des recettes en devises de biens et services du pays). La protection de ces écosystèmes uniques et l'intégration des réserves et parcs naturels dans l'environnement socio-économique participent localement à la poursuite des objectifs du millénaire et aux enjeux du développement durable.

Ce sont le ministère de l'Environnement et des Ressources naturelles et le ministère du Tourisme et de la Faune qui sont chargés des questions environnementales. Le ministère des Ressources naturelles a en charge la gestion des forêts, des bassins versants, des mines et la géologie. Quant au ministère du Tourisme, il s'occupe, comme son nom l'indique, de la protection de la faune et du développement touristique.

Cinq massifs forestiers sont les châteaux d'eau du pays : mont Kenya, Aberdares, Mau Escarpment, mont Elgon, et les Cherangani Hills. Ils donnent naissance aux deux principales rivières kenyanes (Athi et Tana), sur lesquelles se situent barrages hydroélectriques et retenues d'eau potable.

La forêt couvrait 30% du territoire au tournant du XXe siècle, elle est désormais réduite à 1,7%. La déforestation a provoqué d'importants problèmes d'érosion et de régulation hydrique. Toutefois, la gestion forestière s'améliore, après un siècle de surexploitation domestique et commerciale.

Dans les régions les plus arides, la nourriture et l'eau pour le bétail sont en quantité limitée. Plusieurs années de sécheresse dans le nord et l'est n'ont pas arrangé les choses. Cette situation malheureuse est source de conflits et les communautés pastorales s'affrontent autour des maigres ressources. Nombreux sont ceux qui ont du abandonner leurs terres et dépendent maintenant de l'aide alimentaire.

Les réserves naturelles du Kenya sont parmi les plus renommées d'Afrique. Ce pays compte en effet un grand nombre d'espaces entièrement voués à la protection de la vie sauvage (48 parcs et réserves, qui occupent plus de 8% du territoire). Nous citerons les plus célèbres.

Le Parc national de Tsavo : situé au sud-ouest du pays, il est le plus vaste des parcs nationaux kenyans. Vous pourrez y admirer notamment des troupeaux d'éléphants, de buffles, de zèbres et des lions. La ligne de chemin de fer Nairobi-Mombasa traverse le parc, qu'elle divise en Tsavo-ouest et Tsavo-... est.

Le Parc national du lac Nakuru : à 1 700 mètres d'altitude, ses 190 km<sup>2</sup> recèlent un splendide lac alcalin entouré de forêts. Ce lac attire tous les ans plus d'un million de flamants roses et des milliers de pélicans, offrant ainsi l'un des plus beaux spectacles ornithologiques du monde.

La Réserve nationale du Massai-Mara : située, elle aussi, au sud-ouest, à une altitude moyenne de 1 650 mètres, cette réserve est un site exceptionnel, tenu pour le fleuron des parcs animaliers kenyans. Dans cette immense savanne de 1 510 km<sup>2</sup> vivent presque tous les animaux du continent (le parc abrite 80 espèces de mammifères et plus de 450 variétés



d'oiseaux). C'est entre le Serengeti tanzanien et le Massaï-Mara que se déroule chaque année l'extraordinaire migration des gnous et des zèbres.

Le Parc national d'Amboseli : ce parc de 392 km<sup>2</sup> rassemble une faune nombreuse et, tout particulièrement, d'impressionnants troupeaux d'éléphants. C'est de là que vous pourrez admirer le « toit de l'Afrique », le majestueux Kilimanjaro.

La Réserve nationale de Samburu : situé sur les rives de la rivière Ewaso-Ngiro, ce petit parc de 165 km<sup>2</sup>, au climat semi-aride, offre de splendides paysages de broussailles, parsemées de petits acacias parasols. Il abrite des espèces rares, telles le zèbre de Grévy, la gazelle-girafe et l'autruche de Somalie.

### • Esprit du voyage

La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la Nomade attitude : patience et tolérance.

## ◉ INFORMATIONS GENERALES

### • Préparation physique

Niveau sportif avec 6 jours de marche. 4 à 12 heures de marche par jour à des altitudes comprises entre 1800 m. et 5 895 m. Aucune difficulté technique (pas d'escalade) mais il faut du souffle, de l'endurance et être très bien équipé contre le froid (nuits jusqu'à - 20°). L'altitude élevée, le froid et les conditions météo peuvent parfois rendre se voyage éprouvant. Réservé aux randonneurs entraînés. Vous devez être en bonne condition physique pour entreprendre ce circuit. Une bonne préparation (natation, vélo, jogging, etc...) est fortement conseillée.

### • 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](http://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](http://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".