

INDE/BHOUTAN – AU ROYAUME DU BHOUTAN – INDCT014



14h00



+3h30 en été /+4h30 en hiver

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide. Vous trouverez dans cette fiche technique des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS DU 15/03/2022 AU 15/11/2022 inclus

Le Bhoutan, terre de mythes et de légendes, berceau de l'antique royaume qui survécut grâce à son isolement, a su conserver à la fois son originalité, son mode de vie et sa propre culture. Une découverte très complète du pays avec Gangtey, Thimphou et l'Institut national de la médecine tibétaine traditionnelle. Vous visiterez Taktsang, connu entre autres pour son monastère accroché à flanc de falaise, et la magnifique vallée de Bumthang. Vous découvrirez aussi en Inde, Calcutta, ville aux contrastes éclatants et Chandernagor, ancien comptoir français des Indes. Un mélange curieux d'ancien et de nouveau.

VOTRE VOYAGE

L'itinéraire est donné à titre indicatif. Il peut être modifié en fonction des arrivées et des départs des vols internationaux, des conditions climatiques, des transports intérieurs et des lieux d'hébergement. Nous vous indiquons le nombre de kilomètres parcourus ainsi que la durée estimée du temps de transport. Cette dernière peut varier en fonction des conditions climatiques et du trafic.



ITINERAIRE

Jour 1 : Paris – Calcutta

Envol à destination de Calcutta. Arrivée dans la nuit, accueil et assistance par notre représentant à l'aéroport et transfert à l'hôtel Howard Johnson 4* pour une courte nuit.

Jour 2 : Calcutta – Chandernagor – Calcutta • (90 km).

Excursion à Chandernagor. Cette ville fut un ancien comptoir français des Indes. Elle est située sur un bras du Gange, où se mêlaient art de vivre de l'époque coloniale et commerce de cotonnades et de soieries. Vous visiterez le musée de Chandernagor, qui conserve quelques souvenirs de la présence française, le cimetière catholique français, le kiosque du débarcadère (offert par un fils de la famille Roquette, la seule d'origine française encore présente à Chandernagor), l'église et les belles maisons coloniales, déjeuner en cours de visite. Retour vers Calcutta. Dîner libre et nuit à l'hôtel Howard Johnson 4*.

Jour 3 : Calcutta – Paro – Thimphou • (55 km/env. 1h30)

Le matin, envol vers Paro au Bhoutan. Accueil et route pour Thimphou. À l'arrivée, transfert à l'hôtel, enregistrement. Promenade dans le marché local. Fin de journée libre pour vous acclimater à l'altitude. Déjeuner et dîner inclus. Nuit à l'hôtel Himalayan Kisa 3*.

Jour 4 : Thimphou

Visite de la ville de Thimphou : vous débuterez la découverte par le plus vieux monastère, le Changangkha Lhakhang, puis la bibliothèque nationale et sa large collection de manuscrits bouddhistes inestimables et l'Institut national Zorig Chusum qui présente les différents artisanats bhoutanais (peinture, sculpture, tissage...). Vous passerez devant l'Institut national de la médecine tibétaine traditionnelle. Puis, découverte du stûpa Memorial Chorten où, sans interruption, les fidèles font des incantations murmurantes en tournant leurs roues de prière et enfin vous découvrirez le Tashichho Dzong, siège du gouvernement. Déjeuner et dîner inclus. Nuit à l'hôtel Himalayan Kisa 3*.

Jour 5 : Thimphou – Dochula – Gangtey • (150 km/env. 5h)

Le matin, vous emprunterez la superbe route de montagne par le col de Dochula (3 080 m) où l'on peut apercevoir les sommets himalayens imposants (sous réserve de météo clémente) et ensuite par le col de Gangtey en passant par de denses forêts de chênes. Déjeuner en cours de route. L'après-midi, promenade autour du village de Gangtey et visite de Gangtey Gompa, le seul monastère Nyingmapa de cette région, puis le village de Phobjikha situé à quelques kilomètres. Vous découvrirez le centre d'information des grues à col noir, ces oiseaux migrants y venant l'hiver. Dîner, nuit à l'hôtel Dewachen 3*.

Jour 6 : Gangtey – Pela – Bumthang • (200 km/env. 7h50)

Départ vers Bumthang en traversant le col de Pela (3 300 m) via Trongsa. Ici, la forêt de chênes est remplacée par le bambou nain d'altitude. En route, arrêt à Chendebji Chorten, magnifique stûpa. Déjeuner et visite de Tongsa Dzong, construit en 1648 : c'était la place la plus importante du Bhoutan central et oriental. Après la traversée du col de Yutong (3 400 m), vous arriverez à Bumthang. Dîner, nuit à l'hôtel Wangdicholing Resort 3*.

Jour 7 : Bumthang

Bumthang abrite beaucoup de temples bouddhistes et de monastères. Le matin, vous visiterez le Kurjey Lhakhang, où le saint Padmasambhava a soumis un démon local et a laissé son empreinte.

Puis, les temples de Jambey Lhakhang (7e siècle), de Tamshing Lhakhang où se trouvent les plus vieilles peintures murales du Bhoutan et le Jakar Dzong. Déjeuner en cours de visite. L'après-midi, randonnée (3h) jusqu'au monastère Lhodrak Kharrchu, fondé par Namkhai Nyingpo Rinpoche en 1984. Dîner, nuit à l'hôtel Wangdicholing Resort 3*.

Jour 8 : Bumthang – Punakha • (215 km/env. 7h30)

Route vers Punakha, en empruntant la magnifique route panoramique de montagne. Vous aurez une vue spectaculaire sur les plus hauts sommets himalayens. En route, arrêt à Chumey, vallée fertile et couverte de champs et appréciée pour sa tranquillité. Vous visiterez également Ta Dzong, un fort construit en 1652, récemment rouvert et transformé en un musée représentant un mélange de tradition et de modernité. Arrivée à Punakha, autrefois capitale, résidence d'hiver du Je Khenpo. Déjeuner et dîner inclus. Nuit à l'hôtel Khuru Resort 3*.

Jour 9 : Punakha – Chimi Lhakhang – Punakha • (30 km)

Le matin, vous visiterez le Punakha Dzong, ancien centre politique du Bhoutan construit stratégiquement à la jonction des rivières Pho Chhu et Mo Shab en 1637. Punakha Dzong a joué un rôle important dans l'histoire du Bhoutan. Puis, visite du village typique de Richengang et excursion à Chimi Lhakhang, connu comme le temple de la fertilité. Au retour à Punakha, découverte du couvent Sangchhen Dorji Lhuendrup. Déjeuner et dîner inclus. Nuit à l'hôtel Khuru Resort 3*.

Jour 10 : Punakha – Paro • (125 km/env. 4h)

Le matin, visite du Semtokha Dzong, la forteresse, la plus vieille du pays, occupée maintenant par une école bouddhiste. Puis, départ pour Paro. À l'arrivée, visite de Ta Dzong, qui servait autrefois de tour de guet et où se trouve maintenant le musée national du Bhoutan (riche collection de peintures antiques de tangka, de textiles, d'armures...). Promenade à pied jusqu'au Rinpung Dzong, "la forteresse des joyaux". Visite du Rinpung Dzong. Déjeuner inclus. Au dîner, dégustation d'un plat typique bhoutanais, le "ema datshi", riz rouge garni de poivrons verts, de fromage, de tomates et d'ail. Nuit à l'hôtel Olathang 3*.

Jour 11 : Paro – Monastère de Taktshang – Paro • (33 km)

Marche de 6h jusqu'au monastère de Taktshang accroché à la falaise, l'un des plus célèbres du Bhoutan, lieu de méditation du gourou Rinpoche, et des ruines de l'ancienne forteresse Drukgyel Dzong, où des guerriers bhoutanais se sont battus contre des envahisseurs tibétains il y a des siècles. Visite également de Kyichu Lhakhang, l'un des sanctuaires les plus vieux et les plus sacrés du pays. Déjeuner et dîner inclus. Nuit à l'hôtel Tashi Phuntshok 3*.

Jour 12 : Paro – Calcutta – Paris

Transfert à l'aéroport, puis envol pour Calcutta. Ensuite, découverte du mémorial de la reine Victoria dont le dôme est en marbre blanc du Rajasthan. Il fut inauguré en 1921 par le prince de Galle (futur Edouard VIII). Vous traverserez le plus grand marché aux livres. Découverte du musée Indien, une des meilleures collections d'art indien, et du temple de Kali, qui a donné son nom à Calcutta, ainsi que le mémorial de Mère Teresa. Déjeuner inclus. Dîner de spécialités bengalis, le "maachter jhol". En soirée transfert à l'aéroport et vol retour.

Jour 13 : arrivée à Paris

À NOTER :

Vous serez logés dans le ou les hébergement(s) cité(s) ou similaire(s). En fonction des jours de rotation des vols intérieurs et internationaux, l'ordre de certaines visites pourra être inversé. Les

visites de Calcutta et de Chandernagor pourront avoir lieu en fin de circuit. L'intérieur de certains temples n'est pas accessible aux non-hindous et lors de certaines fêtes, jours fériés et jours de congé locaux. Certaines étapes se déroulent à des altitudes de 3 000 à 3 200 m environ. Pour les personnes ayant des problèmes de santé, il est conseillé de consulter au préalable son médecin. Des travaux d'améliorations des routes en cours au Bhoutan peuvent entraîner des temps de trajets rallongés. Un visa Inde double entrée est requis pour ce circuit.

FORMALITES & SANTE



- Passeport obligatoire d'une validité supérieure à 6 mois après la date de retour : prévoir 3 pages vierges dont 2 face à face.
- Visa obligatoire à faire avant départ.

Pour toutes informations supplémentaires, merci de consulter le site de l'Ambassade d'Inde en France :

15, rue Alfred Dehodencq 75016 Paris
Tel : 01.40.50.70.70
Site Web : <http://www.ambinde.fr/>

N'oubliez pas également de partir avec l'adresse de votre premier hôtel (information qui vous sera demandée lors du passage immigration à votre arrivée en Inde).

Attention, les informations passeport suivantes sont nécessaires à la réservation de votre voyage pour tous les participants : nom, prénom, date et lieu de naissance, nationalité, numéro, date, lieu d'émission et date de fin de validité du passeport.

ADRESSE UTILE

Ambassade de France en Inde
2/50-E Shantipath – Chanakyapuri
New Delhi
Tel: +91 11 43 19 61 00

Attention, pour ce circuit un visa Inde double entrée obligatoire. Le e-visa indien double entrée est également accepté pour ce programme.

Nous vous rappelons que votre passeport doit être valide plus de 6 mois après le retour et doit contenir 3 pages vierges dont 2 côte à côte pour le visa du Bhoutan.

IMPORTANT Pour le visa bhoutanais, merci de fournir dès la réservation, la copie couleur du passeport (à remettre à votre agence dès l'inscription). Merci de prévoir également une copie couleur du passeport et 2 photos d'identité couleur à garder sur vous durant le voyage.

SANTE, VACCINS, RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Aucun vaccin n'est obligatoire, cependant, certains sont conseillés : traitement anti paludéen (classification groupe 2 et 3). Merci de consulter votre son médecin traitant avant de partir. Un répulsif anti-moustique serait également utile.

Pour les personnes ayant des problèmes respiratoires, nous vous conseillons de prendre un masque (visite de Delhi, le tour en auto-rickshaw...).

INFORMATIONS PAYS

Monnaie

La monnaie est la roupie indienne (INR). Elle est divisée en 100 paisa.

1€ = 88,29 INR (à titre indicatif, juillet 2021).

On peut changer les euros, généralement sans commission, dans les bureaux de change

Attention, pour changer dans les banques, il faut s'armer de patience car l'opération demande souvent du temps. Préférer les bureaux de change, beaucoup plus rapides.

Pensez à garder sur vous des roupies en petites coupures pour les dépenses courantes.

L'exportation ou l'importation de roupies indiennes est interdite. Conservez les bordereaux de change, ils sont indispensables pour reconvertir les roupies en devises étrangères.

Au Bhoutan, la monnaie officielle est le Ngultrum Bhoutanais (BTN) 1€ = 88 BTN (à titre indicatif, juillet 2021).

Le change ne peut se faire qu'à l'intérieur du pays, et dans les villes uniquement. Attention, le ngultrum bhoutanais n'est pas échangeable en Inde, il faut donc écouler sa monnaie locale avant de sortir du Bhoutan.

Il y a plusieurs banques à Thimphu (la capitale), mais un seul distributeur (à la Bhutan National Bank). Les cartes de crédit restent peu acceptées au Bhoutan. Il est donc préférable d'emporter du liquide en euros ou en dollars.

Pour connaître son taux de change actuel, vous pouvez consulter le site : www.xe.com

Savoir-vivre et coutumes

En Inde, la religion qui prédomine est l'hindouisme dont les temples multicolores se dressent un peu partout et où l'on vient rendre hommage à de multiples divinités dont les 2 plus importantes sont Shiva et Vishnou. Selon la vénération dont certains temples font l'objet, les non-hindous peuvent être autorisés à pénétrer dans les cours intérieures et dans certaines chapelles mais pratiquement jamais dans le cœur même du sanctuaire. Il arrive parfois que la totalité du temple soit interdit d'accès. Il convient donc de faire attention et de se renseigner avant de pénétrer dans un temple. La seconde religion la plus importante de l'Inde est l'Islam dont les monuments comme le fameux Taj-Mahal se trouvent essentiellement dans le Nord du pays du fait de l'invasion de ces régions par des souverains afghans et perses autrefois. L'Islam est beaucoup moins présent dans le Sud de l'Inde. Les mosquées peuvent être visitées sauf indication spéciale à l'entrée. Vous apercevrez aussi souvent des temples de la religion Jaïn qui s'apparente un peu au Bouddhisme et qui est aussi ancienne que lui. Les adeptes de cette religion ne doivent causer la mort d'aucun être vivant et ils se couvrent même la bouche pour ne pas avaler d'insecte par mégarde. Leurs temples sont souvent spectaculaires mais, là également, certains secteurs peuvent être interdits aux étrangers. Les Sikhs se rencontrent dans l'Ouest et le Nord du pays et sont les adeptes de l'ancienne religion des Perses qui adoraient Zarathoustra. Ils forment une caste à part, très fermée.

Le Christianisme est aussi présent en Inde dans de nombreuses villes et l'on peut souvent voir des églises qui sont beaucoup fréquentées le dimanche bien que cette religion soit très minoritaire. La région de Goa est la plus riche en église.

Dans les temples hindous ou jaïns, de même que dans les mosquées, il faut toujours se déchausser, parfois même avant de rentrer dans les cours. Prévoyez donc toujours des chaussures faciles à enlever. Par mesure d'hygiène, si vous ne voulez pas marcher pieds nus, portez des chaussettes, on vous autorisera à les garder la plupart du temps. Le port des chaussettes est aussi utile pour éviter de se brûler les pieds parfois sur les dalles brûlantes exposées en plein soleil.

Au Bhoutan, la religion officielle est le bouddhisme Mahayana, dans sa forme tantrique. 75% de la population le pratique. Les populations du sud du Bhoutan, d'origine népalaise, sont majoritairement hindous.

Souvenirs et artisanat

L'Inde est une vraie caverne d'Ali-Baba, qui propose un choix de produits artisanaux et où chaque ville possède sa spécialité. Vous pourrez rapporter : miniatures, bijoux en argent, des textiles de toutes sortes, cotonnades en particulier à Jaipur, des sculptures de bois, des figurines en papier mâché, articles en cuir ou encore patchworks. Ne pas oublier des épices que vous trouverez partout.

Du Bhoutan, vous pourrez ramener écharpes et étoles (prix assez élevés), du papier artisanal, des masques aux couleurs chatoyantes ou encore bannières religieuses et tangkas.

Langue

En Inde, il existe 18 langues différentes officielles dont l'hindi et plus de 1600 dialectes. L'hindi est la plus parlée. L'anglais est très répandu.

Au Bhoutan, la langue officielle est le Dzongkha, un dialecte tibétain, mais seule une minorité l'utilise (environ 20% de la population). Les bhoutanais parlent généralement une vingtaine de dialectes et parfois un peu d'anglais.

INFORMATIONS CIRCUIT

BON A SAVOIR

Bien que le rythme des visites ait été étudié au mieux pour allier découverte et confort, les aléas liés aux transports peuvent rendre certaines étapes très longues. La vitesse des bus est limitée

En raison d'événements spéciaux (conditions météo, jours de fermeture de certains sites ou monuments, états des routes et des situations imprévisibles), certaines étapes pourront être modifiées.

Les horaires et fréquences des vols intérieurs pouvant changer, nous nous réservons le droit de modifier l'itinéraire de votre circuit et Nouvelles Frontières ne pourra en être tenue responsable.

Les kilomètres ainsi que la durée estimée du temps de transport sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction des conditions climatiques, du trafic, des hôtels réservés et des routes empruntées.

L'itinéraire se déroule à des altitudes accessibles à toute personne en bonne santé : A noter que certaines étapes se déroulent à des altitudes de 3000 à 3200 m environ. Pour les personnes ayant des problèmes de santé, il est de conseiller de consulter son médecin.

Pour la visite des temples et monastères, il est recommandé de porter des vêtements qui couvrent les genoux et les épaules. Pour la visite des temples, il est indispensable de retirer ses chaussures pour entrer à l'intérieur. Elles sont confiées le temps de votre visite à un gardien à l'entrée à qui vous laisserez un pourboire à la sortie.

L'intérieur de certains temples ou palais n'est pas accessible lors de certaines fêtes, jours fériés et jours de congé locaux.

Merci de noter qu'il n'est possible de ne visiter que la cour du Punakha Dzong lors des festivals ou lorsque le chef des moines y réside durant l'hiver (de mi-novembre à mi-mars).

Attention au Bhoutan : Les fumeurs doivent déclarer les cigarettes à leur arrivée au passage à l'immigration et payer une taxe de 200% afin d'obtenir un permis spécial de fumer strictement uniquement dans les zones désignées. Cette taxe est calculée par rapport au MRP indiqué sur le paquet de cigarettes, si aucun montant indiqué, aucun permis donné. La personne est passible de poursuites s'il n'est pas détenteur d'un permis.

Merci de noter, qu'il n'y a que 1 compagnie reliant l'Inde au Bhoutan. La compagnie assurant la liaison ne confirmant les horaires de vols qu'au dernier moment et n'ayant pas d'horaire fixe, il se peut que le programme soit modifié à la dernière minute.

ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT

Guides locaux francophones pendant tout le circuit dans chaque pays, il saura vous faire découvrir son pays et ses us et coutumes, répondre à vos questions et favoriser vos rencontres avec les populations. Il s'occupera également des problèmes matériels (répartition des chambres, horaires de départ, organisation des excursions...). Nos guides parlent français, nous attirons toutefois votre attention sur le fait que certains d'entre eux ne possèdent pas toujours une maîtrise parfaite de la langue française ou peuvent parfois avoir un fort accent rendant la compréhension parfois difficile. Cet aspect sera compensé par leur disponibilité, leur gentillesse et aussi leur désir de vous faire découvrir leur région.

TRANSPORT

Le circuit est effectué à bord d'un bus ou minibus, Toyota Hiace ou Hyundai H1 ou Tempo Coaster (selon le nombre de passagers), avion. Merci de noter que les véhicules ne sont pas climatisés.

Le niveau de qualité des routes s'avère inégal selon les régions. Il n'existe pas d'autoroute dans les régions traversées, les routes nationales sont souvent étroites et pas forcément en bon état. L'état des routes peut rendre la circulation difficile et rallonger les temps de route. La vitesse de 50km/h est rarement dépassée.

Le chauffeur doit respecter les lois de son pays : vitesse, arrêts réglementaires. Ceci explique certains choix d'étapes. Sur certaines étapes, des réveils matinaux seront également demandés. En période de mousson, les routes et les ponts sont parfois coupés, obligeant à faire des détours. Attention, merci de noter qu'en Inde, les autocars n'offrent pas toujours les critères internationaux de confort.

Au Bhoutan, L'état des routes varie en fonction des saisons. Pendant la mousson, il se peut que certains axes soient coupés. Le réseau routier principal permet de visiter le pays d'ouest en est, en passant par les sites les plus importants. A noter que certaines routes peuvent être sinueuses. Merci de noter que la circulation est grandissante au Bhoutan, le gouvernement a lancé des travaux afin d'améliorer la route entre Punakha et Bumthang : durant ces travaux, la route n'est pas en bon état et le temps de route peut être allongé.

HEBERGEMENT

Hôtels 3* et 4*

Nuits en hôtels : les chambres sont composées de deux lits séparés ou d'un grand lit. La chambre triple est une chambre double avec un lit d'appoint voir un matelas sur le sol.

Vous séjournerez parfois dans des villes peu touristiques, certains hôtels sont basiques (manque de confort dû aux infrastructures locales).

Merci de noter qu'il faut parfois patienter 10 mns (douche) pour obtenir une eau à température agréable.

VOS HÔTELS (ou similaires)

Howard Johnson Hotel 4* (Calcutta)

Hôtel Himalayan Kisa 3* (Thimphou)

Hôtel Dewachen 3* (Gangtey)

Hôtel Wangdicholing Resort 3* (Bumthang)

Khuru Resort 3* (Punakha).

Hôtel Tashi Phuntshok 3* (Paro)



Le climat en Inde est très varié du fait de la taille géographique du pays. Le pays est donc sujet à des grandes variations climatiques. L'Inde connaît 3 saisons distinctes : une saison chaude, une plus humide et une plus froide.

En général, la période la plus fraîche dure de la fin novembre à début mars, avec des matins et des soirées pouvant être très frais et des journées ensoleillées. Entre mars et juin, la chaleur domine (très sec). Les températures peuvent dépasser 45°C dans le centre. Fin mai, la mousson débute avec de violentes averses, des orages et des tempêtes, remontant peu à peu du Sud vers le Nord puis s'étendant à tout le territoire pour se terminer en octobre, sauf sur la côte sud-est où elle est la plus virulente entre octobre et décembre.

Les températures baissent sensiblement au nord entre octobre et janvier, alors qu'au sud elles restent constamment douces.

Le meilleur moment pour se rendre en Inde sera donc fonction des régions choisies, même si la période allant de novembre à février est la plus propice pour la plupart d'entre elles.

Pays Himalayen coincé entre le Népal, l'Inde et la Chine, le climat du Bhoutan varie fortement, en fonction de la région et de l'altitude. Les périodes les plus propices à la visite sont le printemps et l'automne. Avec son climat tropical, le Sud est le plus fortement touché par les pluies estivales de la mousson, de la mi-mai à la fin septembre. A la même période, le Nord subit également la mousson, mais c'est surtout la rudesse du climat, l'hiver (mi-novembre à mi-mars), qui rend la région difficile d'accès. La zone la plus touristique, la vallée centrale, connaît un hiver sec, les chutes de neige sont assez rares. Au printemps (mi-mars à mi-juin), les températures sont très agréables. Pour jouir d'une vue dégagée sur les hautes cimes de l'Himalaya, il faut attendre la fin de l'automne et la fin de la mousson. Les températures nocturnes y sont fraîches, mais le ciel est d'un bleu déconcertant.

Repas selon le programme.

La cuisine est à base de riz, nouilles de riz et curry. Les principaux ingrédients du repas sont le riz et le curry.

La plupart des repas sont pris dans des restaurants. Quelques conseils, préférez les plats sautés, grillés, en ragoût, cuits à de hautes températures ou longtemps : curry, pilaf, tandoori, dosa, vada, pains chappati ou naan.

Demandez conseil à votre accompagnateur sur le choix des plats épicés et laitages.

Au menu et à titre indicatif : Le petit déjeuner : toasts, beurre, confiture, œufs (à votre goût), thé, café, lait. Le déjeuner se déroule généralement au restaurant selon l'endroit, en cours de route.

Attention, le service est généralement très lent. Le dîner généralement à l'hôtel est à heure fixée en accord avec le personnel de service et le guide. Les plats les plus courants sont le curry (sorte de ragoût de viande, de poisson, de légumes en sauce épicée de manière variée), des plats de légumes diversement accommodés, du daal (soupe de lentilles de diverse sortes), toutes sortes de plats à base de riz pilaf (au poulet, au mouton, etc.), du yaourt, des galettes de pain chaudes. Dans certaines régions en Inde, la cuisine étant végétarienne, la viande ne sera que peu ou pas proposée.

Né buvez que de l'eau bouillie ou du thé, ou des boissons "capsulées", bière, eau minérale... On ne boit pas vraiment d'alcool publiquement en Inde, pensez-y.

La cuisine du Bhoutan se compose généralement de riz cuit à la vapeur (rouge et blanc) avec un choix varié de plats au curry épicé, végétarien ou pas.

Ne buvez que de l'eau bouillie ou du thé, ou des boissons "capsulées".





En Inde, les guides et chauffeurs sont rémunérés en partie grâce aux pourboires offerts par les touristes.

Prévoir environ 7 € par jour et par personne.


En outre, les Indiens des classes aisées sont même habitués à donner systématiquement. Ils sont un droit acquis en Inde. La moindre personne qui vous a rendu service l'attendra de vous.

C'est la raison pour laquelle et sans aucune obligation, le guide constitue en plus une cagnotte pour les petits frais divers : garde chaussures, robes pour les femmes (visite Mosquée), rickshaws, charmeur de serpent, 4*4, démonstration de turban, porteurs de valises dans les hôtels, toilettes...

»

Des droits photos ou vidéos peuvent vous être demandés sur certains sites.


A savoir : Pour la visite des temples, il est obligatoire d'enlever les chaussures pour pénétrer à l'intérieur. Celles-ci sont confiées à un gardien à l'entrée, le temps de votre visite dans le temple à qui vous laisserez un pourboire à la sortie.



Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV sera une protection efficace pour votre objectif.

Sur certains sites, il pourra vous être demandé un droit de photo ou de camera.

Dans certains endroits, les photos sont interdites... merci de respecter scrupuleusement les consignes à ce sujet, afin d'éviter tout désagrément. Au Bhoutan, Il est interdit de photographier l'intérieur des temples, des monastères et des bâtiments officiels.



En Inde et au Bhoutan, le courant est en 220 volts. Par contre il existe différentes types de prises. Prévoyez donc d'apporter un adaptateur universel. Les coupures d'alimentation électrique sont fréquentes.

BOUCLER SA VALISE



Bagages

Prévoyez de préférence un sac souple de 20 kg maximum. Vos bagages (un par personne) seront acheminés à chaque étape dans les hôtels. Vous ne portez que votre sac à dos de la journée avec vos effets personnels (appareil photo, protection solaire...).

Vêtements

Prévoyez des vêtements légers (coton) et clairs ainsi qu'une petite veste et une petite laine, un vêtement de pluie (en période de mousson).

Les soirées dans les régions en altitude peuvent être fraîches donc prévoir un pull ou d'autres vêtements chauds si vous visitez ces régions.

Les vêtements confortables en fibres naturelles tel le coton sont les plus appropriés. Une tenue vestimentaire décontractée est recommandée dans les tropiques mais il est préférable de couvrir bas et jambes le soir afin d'éviter toutes piqûres d'insectes. Un léger imperméable et parapluie sont de bonnes

idées pendant la saison des pluies et le parapluie peut servir également d'ombrelle pour se protéger du soleil.

Pour les visites des sites sacrés, les visiteurs doivent porter une tenue «décente», pas de short, jupe courte ou autres vêtements inadaptés. (Tenue correcte souhaitable également dans tous les lieux publics).

Chaussures

Une paire de baskets confortable et une paire de chaussures de marche facile à enlever (principalement pour l'entrée dans les temples).

Les chaussures (et chaussettes) doivent être retirées avant d'entrer dans tout édifice religieux ou maison privée. Il est donc pratique de porter des chaussures sans trop de lacets et qui se retirent facilement.

Dans certains sites sacrés, vous devrez marcher pieds nus, sans chaussettes, ni bas. Prévoyez des lingettes nettoyantes, pour vous nettoyer.

Matériel

Lunettes de soleil.

Crème de protection contre le soleil et les insectes (moustiques en particulier).

Une casquette, un chapeau ou un foulard.

Une petite pharmacie personnelle est indispensable comprenant : des médicaments pour les troubles intestinaux causés par le changement de nourriture, médicaments personnels (n'oubliez pas votre ordonnance !), pansements, désinfectant, collyre ... Ne laissez pas une plaie s'infecter surtout en période de mousson.

Vos affaires de toilettes personnelles.

VOYAGE ET PARTAGE

La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est nécessaire d'être ponctuel au rendez-vous donné par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent remettre en cause l'organisation des visites prévues.

Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages. L'eau est un bien précieux dans de nombreux pays (désertiques ou non), ne la souillez pas (prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables). Les animaux que vous pouvez rencontrer sont chez eux, ne les dérangez pas et essayez de passer inaperçus... Enfin certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. Bref, ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

Si malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons de la communiquer à votre agence.

Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont perçues différemment selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez, prenez le temps de créer des liens. Là aussi, écoutez les conseils de votre guide ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. Par exemple, si vous souhaitez prendre une personne en photo, demandez-lui toujours sa permission. Le meilleur moyen qu'elle accepte est d'avoir établi un contact préalable. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout va... Cela incite souvent les enfants à mendier, pour éviter ce genre de dérive, mieux vaut se référer aux structures locales compétentes (faire un don à l'école, à l'hôpital, au chef du village etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté...) et éviter les comportements exubérants.

RECOMMANDATIONS

- Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Assurez votre matériel vidéo et photo.
- Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité.
- Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nous et notre prestataire ne peuvent être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.

BIBLIOGRAPHIE

L'ODEUR DE L'INDE, de Pier Paolo Pasolini, édition : Gallimard.
LA MAHARANI, de Gita Mehta, édition : Lgl.
L'AGE DE KALI, de William Dalrymple, édition : Noir sur Blanc.
LE VICE-CONSUL, de Marguerite Duras, édition : Gallimard.

MINI LEXIQUE

Bonjour : Namaste
Au revoir : Namaste
Merci : Shukriyaa
Oui : ji ha
Non : ji nahi

Nous vous souhaitons un très beau voyage !