

## SENEGAL

### Circuit Approfondir

### Grand tour du Sénégal SENCTGTS

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 7/12/2019 AU 07/11/2020**

**Au moment de la réservation, pensez à imprimer la dernière fiche technique à jour.**

### Le circuit - Approfondir

Nos circuits "Approfondir" s'adressent aux amoureux de voyage qui veulent appréhender plus en profondeur une destination ; qui sont prêts à embarquer en bateau, train, 4x4 pour gagner des endroits incroyables que seuls des spécialistes avisés ont pu identifier ; qui veulent s'écarter des chemins classiques

### Itinéraire indicatif

Il 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.



*Découvrir la faune et les principaux paysages ouest-africains. Rencontrer, dans leur village, des ethnies si différentes par leurs cultures et croyances et prendre le temps de parcourir les principales régions du pays. Au programme : Saint Louis au passé prestigieux et la région du Nord, le Parc National du Niokolo Koba à l'écart des civilisations, la mystérieuse Casamance aux traditions animistes et le verdoyant delta du Saloum, véritable forêt de l'océan.*

## Votre voyage

### Jour 1 : Paris – Aéroport de Dakar – Lac Rose

Envol à destination de Dakar. Accueil et assistance par notre représentant à l'aéroport. Transfert vers le lac Rose. Nuit "Chez Salim" ou similaire.

### Jour 2 : Lac Rose – Saint Louis • (230 km/env. 4h)

Après le petit déjeuner, tour du lac où vous rencontrerez les ramasseurs de sel. Poursuite vers la réserve de Noflaye et visite du centre de protection de la tortue géante Sulcata. Puis, remontée vers le nord par les Niayes, région de cultures maraîchères entrecoupées de dunes. Déjeuner à Thiès, ancienne capitale ferroviaire du pays aux grandes allées ombragées. Arrivée à Saint Louis. Dîner et nuit à l'hôtel de la Poste ou similaire.

### Jour 3 : Saint Louis – Parc ornithologique du Djoudj • (110 km/env. 3 h)

Route pour la réserve ornithologique du Djoudj, la 3<sup>e</sup> au monde par le nombre d'espèces qu'elle y accueille. La visite de la réserve se fait en pirogue permettant ainsi l'observation le long des berges de crocodiles, pythons, phacochères, singes et varans. De mai à octobre, le parc du Djoudj est fermé et la visite sera remplacée par celle du Parc National de la langue de Barbarie, situé dans le delta du fleuve Sénégal, entre lagune et océan. Déjeuner Saint Louisien, visite du centre historique de Saint Louis en calèche : le pont Faidherbe, le musée Mermoz, le quartier des pêcheurs, les maisons coloniales aux tuiles rouges et le tout nouveau musée de la Photographie. Dîner et nuit à l'hôtel de la Poste ou similaire.

### Jour 4 : Saint Louis – Touba – Kaolack • (280 km/env. 6 h)

Après le petit déjeuner, route pour la vallée du Ferlo. Le long des pistes, vous rencontrerez les éleveurs peuhls à l'heure du regroupement des troupeaux de zébus autour des cases pour la traite des animaux. Déjeuner en route, puis visite de la ville sainte de Touba et de sa célèbre mosquée. Arrivée en fin d'après-midi à Kaolack, capitale du bassin arachidier réputée pour ses fortes chaleurs. Dîner et nuit au Relais de Kaolack ou similaire.

### Jour 5 : Kaolack – Tambacounda – Wassadou • (340 km/env. 5h)

Départ tôt le matin pour une découverte de la steppe arbustive, zone de prédilection des éleveurs nomades. Visite du site mégalithique de Touba Ngouye. Déjeuner en route, puis poursuite vers le campement de Wassadou au bord du fleuve Gambie. Balade à pied le long du fleuve Gambie pour observer les colonies de babouins venant s'abreuver le soir. Dîner et nuit au campement de Wassadou.

**Jour 6 : Parc National du Niokolo Koba • (80 km/env. 1h30)**

Réveil matinal pour un safari en compagnie d'un guide dans le Parc National Niokolo Koba, classé au Patrimoine Mondial des réserves de la biosphère par l'UNESCO. On y dénombre 70 espèces de mammifères, 36 espèces de reptiles et 329 espèces d'oiseaux ! Déjeuner pique-nique, puis retour sur Wassadou pour une promenade fluviale sur le fleuve Gambie. Possibilité d'observer des hippopotames. Dîner et nuit sur les berges du fleuve Gambie au campement de Wassadou.

**Jour 7 : Wassadou – Kolda • (250 km/env. 4h)**

Traversée de la région du Fouladou, et de la Haute Casamance, spécialement dédiée à la culture du coton. Visite du village de Nguiene, célèbre pour sa plantation de bananes, et de sa mission catholique. Déjeuner en cours de route dans la région de Velingara et ses champs de coton. Visite du marché, réputé pour ses tissus colorés et ses artisans cordonniers. Dîner et nuit à l'hôtel Relais de Kolda ou similaire.

**Jour 8 : Kolda – Ziguinchor – Village Seleki • (210 km/env. 5h)**

Route vers la Basse Casamance, le long du fleuve du même nom. Arrivée à Ziguinchor, tour de ville de l'ancien comptoir portugais puis français et visite du célèbre marché Saint Maur. Déjeuner en bord de fleuve, puis poursuite vers la forêt pour atteindre le petit village animiste de Seleki, niché au milieu des rizières et des palmiers dattiers. Dîner et nuit dans une case à impluvium, habitat traditionnel présent uniquement dans la région, dans le campement villageois de Seleki.

**Jour 9 : Seleki – Oussouye • (2h30 de navigation)**

Départ en pirogue vers l'île secrète d'Eloubaline. Rencontre avec les habitants de l'ethnie Diola et du chef du village qui vous expliquera les rituels animistes spécifiques à l'île. Déjeuner pique-nique, puis route vers le village d'Ediougou. Rencontre avec les potières du village. Poursuite vers Oussouye pour rencontrer le roi animiste et son page dans le bois sacré, dont il ne peut pas sortir (sous réserve de son emploi du temps). Dîner et nuit au gîte Alulum face aux rizières.

**Jour 10 : Oussouye – Presqu'île d'Eguaye • (34 km/env. 2h)**

Départ d'Oussouye pour 2h de balade à VTT ou, au choix, transfert en voiture à travers les rizières. Arrivée sur la presqu'île d'Eguaye et installation au campement situé dans l'un des coins les plus sauvages de la région. Déjeuner. En fin d'après-midi, possibilité de découvrir la faune et la flore de la mangrove en kayak avec un guide spécialisé. Dîner et nuit au campement d'Eguaye.

**Jour 11 : Eguaye – Cap Skirring • (40 km/env. 1h)**

Départ pour Cap Skirring réputé pour ses immenses plages vierges, déjeuner sur place, puis visite guidée de Casamance Ecoparc, réserve naturelle qui valorise l'écosystème de la région. Rencontre avec le féticheur de Djembering qui vous expliquera l'usage des amulettes et autres squelettes d'animaux marins aux pouvoirs magiques. Dîner et nuit au gîte No Stress avec vue imprenable sur la plage en contrebas ou similaire.

**Jour 12 : Cap Skirring – Tendaba (Gambie) • (200 km/env. 4h)**

Visite de Kabrousse, connu pour ses trois tams tams sacrés et situé à la frontière bissau guinéenne. C'est le village natal d'Aline Sittoé Diatta, héroïne nationale de la résistance anti coloniale. Possibilité de rencontre avec les femmes de la coopérative maraichère. Déjeuner en cours de route et traversée de la Gambie par le

tout nouveau « Pont de la Sénégambie » inauguré en janvier 2019. Nuit au Tendaba Camp, en bordure de fleuve. Balade en pirogue.

**Jour 13 : Tendaba – Saloum • (230 km/env. 5h)**

Route pour le Fort de James Island, haut lieu du commerce des esclaves, rebaptisée Ile de Kuntah Kinteh et classée au patrimoine mondial de l’humanité par l’UNESCO. Déjeuner sur place et continuation sur le Delta du Saloum, au Sénégal. Dîner et nuit au lodge de Keur Saloum ou similaire.

**Jour 14 : Sine Saloum - Île de Sipo • (1 heure de bateau)**

Transfert en pirogue jusqu’à l’île de Sipo, perdue dans un labyrinthe de palétuviers imposants. Salutations d’usage à la reine de Sipo et sa famille. Continuation jusqu’au site de Keur Bamboung pour y déjeuner en surplombant une magnifique lagune protégée. Possibilité de randonnée par les sentiers balisés de cette aire marine protégée avec un guide du site ou de baignade dans la lagune. Dîner et nuit au lodge de Keur Saloum ou similaire.

**Jour 15 : Sine Saloum – Fadiouth - Mbour – Aéroport de Dakar • (230 km/env. 5h) – Paris**

Départ pour l’île de Fadiouth, jonchée de coquillages et reliée à la terre ferme par une longue passerelle de bois. Ce site accueille un cimetière de coquillages, où tombes musulmanes et catholiques se côtoient en paix, ainsi que de pittoresques greniers à mil, bâtis sur pilotis. En fin d’après-midi, promenade à Mbour pour assister à l’arrivée des pêcheurs lorsque des centaines de pirogues multicolores débarquent sur la plage des poissons de toutes sortes. Dîner à Mbour et transfert à l’aéroport de Dakar.

**Jour 16 : Arrivée à Paris**

**Remarque**

De mai à octobre, la visite du parc de Djoudj sera remplacée par le Parc National de la Langue de Barbarie, situé à l’embouchure du fleuve Sénégal, entre lagune et océan. On y observe essentiellement des oiseaux de mer mais aussi les tortues vertes et luth ainsi que d’impressionnants varans. Tout comme le Djoudj, la visite se fait en pirogue ou en bateau.

**Bon à savoir :**

A l’adresse email suivante, [contact@nfsenegal.com](mailto:contact@nfsenegal.com), il vous sera possible de laisser un message, poser des questions relatives à votre voyage, une personne vous répondra sous 48h (ouvrables) de 9h à 19h, du lundi au samedi.

**Formalités Sénégal**

Passeport valide plus de six mois après la date de retour.

**Consulat du Sénégal en France**

22, rue Hamelin, 75016 Paris.

Tél. : 01 44 05 38 48. Fax : 01 47 55 99 40



### **Informations touristiques auprès de l'ambassade du Sénégal en France**

14, avenue Robert-Schumann  
75007 Paris  
Tél. : 01 47 05 30 73

### **Formalités Gambie**

Passeport valide plus de six mois après la date du retour.

Le visa de court séjour est désormais délivré à titre gratuit pour les ressortissants français à l'arrivée sur le territoire Gambien.

Vaccin fièvre jaune obligatoire

### **Encadrement / Accompagnement**

Une équipe Nouvelles Frontières sera sur place pour vous accueillir et vous mettre en contact avec votre guide.

Le lendemain votre guide organisera une réunion d'information sur le déroulement du circuit.

Un chauffeur de grande expérience avec une formation en mécanique. Un guide professionnel pendant tout le circuit à partir de 4 participants. Chauffeur et guide sont munis de téléphones portables et le signal passe à peu près partout.

### **Port de bagages :**

Vous devez prendre en charge vos bagages.

### **Transport :**

Le transport se fait à bord de minibus ou de bus climatisés en fonction du nombre de personnes avec des galeries à bagages, des glacières pour rafraîchir les boissons etc. Certains de nos véhicules sont équipés de WIFI à bord.

La traversée de la Gambie avec un véhicule immatriculé au Sénégal donne lieu à de nombreux contrôles répétitifs sur la route. Patience et courtoisie sont vivement conseillés afin d'éviter toute complication et perte de temps inutiles.

### **Taille des groupes :**

DEPART GARANTI à partir de 3 personnes et maximum 16 personnes. De ce fait, le tracé peut être modifié dans son déroulement tout en respectant les sites à visiter.

### **Sécurité :**

Le guide dispose d'un téléphone portable, et dans chaque véhicule il y a une trousse de secours de 1ers soins.

### **Repas :**

Les plats sénégalais sont préparés à base de produits du jour. La cuisine est adaptée au goût européen. Tout ce que nous consommons est acheté sur place en donnant la priorité aux produits locaux. Les piques niques sont proposés lors des étapes où il n'y a pas de possibilité de s'arrêter dans un restaurant de qualité.

Une attention toute particulière est donnée à l'hygiène et à la propreté.  
Forfait boissons (1/2 eau, soda ou jus de fruits) uniquement lors des pique-niques.

#### **Hébergement :**

Les hébergements se font dans des hôtels ou lodges de bon confort mais aussi dans de petites structures à l'architecture traditionnelle « campements villageois » notamment en Casamance. Le confort y est simple mais avec beaucoup d'attention à l'hygiène et à la qualité de l'accueil. En général, ce sont des cases africaines ventilées avec salle d'eau privative et moustiquaires. Certains hébergements disposent de prises électriques alimentées par un groupe électrogène permettant de recharger les appareils photos et les téléphones et caméscopes. Les coupures d'eau sont fréquentes.

#### **Equipement à prévoir**

##### **Bagages**

Prévoyez de préférence un bagage de 23 kg maximum, et sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

##### **Vêtements**

- shorts
- pantalons
- T-shirts
- Chemises en coton léger
- Maillot de bain
- un foulard ou un chèche
- une casquette ou un chapeau
- Pour les soirées qui peuvent être fraîches de décembre à février, prévoir un blouson genre coupe-vent ou une polaire et une paire de chaussettes en coton.
- Serviettes et couvertures sont fournies dans les Gîtes et Lodges.

##### **Chaussures**

- une paire de chaussures de marche légères ou une paire de basket
- des sandales

##### **Matériel**

- lampe torche
- lunettes de soleil
- crème solaire
- crème anti-moustiques
- Nécessaire de toilette
- Trousse à pharmacie personnelle

#### **Trousse à Pharmacie :**

Dans les véhicules il existe une trousse de secours pour les premiers soins, aussi prévoir les médicaments spécifiques à sa santé ainsi qu'un traitement antipaludéen.

## Informations pratiques

### Argent :

Cartes bancaires et distributeurs uniquement dans les grandes villes (Dakar, Saint Louis, Mbour, Kaolack et Ziguinchor, Kébémér) mais pas en brousse. Pas de banques ni de point de change en brousse. Prévoir un budget en espèces pour vos éventuelles dépenses supplémentaires (souvenirs, cadeaux, pourboires et autres). Votre guide pourra vous changer les euros en CFA au taux officiel.

### Voltage :

220 volts.

### Photos et films :

Sachez attendre les salutations d'usage et l'autorisation des personnes à photographier ou à filmer. Il est interdit de photographier des personnes en uniformes au Sénégal et en Gambie.

### Cadeaux :

Eviter de donner des cadeaux aux enfants. Mieux vaut donner aux « personnes âgées » des villages qui feront une répartition équitable ensuite pour les enfants.

### Santé :

En respectant les précautions élémentaires il n'y a pas de risque sanitaire :

Ne pas consommer des glaces vendues dans la rue et laver soigneusement les fruits et légumes.

Etre à jour de ses vaccins et vaccination recommandée pour le Sénégal et la Gambie, surtout de juillet à octobre (obligatoire provenant d'une zone endémique).

**La vaccination contre la méningite à méningocoque par un vaccin quadrivalent (A, C, Y, W-135) est à présent obligatoire pour entrer en Gambie.**

Le vaccin contre la fièvre jaune n'est plus demandé à l'entrée en Gambie, sauf pour les passagers provenant de zones d'endémie amarile. Toutefois, au vu de l'existence d'une circulation active du virus amarile et de la présence de vecteurs capables d'activer une transmission, il est très fortement recommandé d'être à jour de la vaccination contre la fièvre jaune.

Suivre un traitement contre le paludisme et se protéger au quotidien (et surtout le soir) des moustiques (répulsifs, moustiquaires, manches longues). Boire de l'eau en bouteille (l'eau courante n'est pas toujours potable). Eviter de se baigner dans les étangs, rivières... Des moustiquaires de qualité peuvent être achetées dans les pharmacies locales pour une somme modique (env. 2€)

### Décalage horaire :

Hiver : France, - 1 heure

Été : France, - 2 heures

### **Climat :**

Le Sénégal bénéficie dans son ensemble d'un climat ensoleillé et chaud, sans excès, d'un bout à l'autre de l'année, marqué par deux grandes saisons distinctes. La saison des pluies (assez rares et courtes) s'étend essentiellement sur la période de juin à octobre. Durant la saison sèche, de novembre à mai, les températures sont entre 22°C et 30°C, et connaissent des variations importantes entre le littoral et l'intérieur.

Il est à souligner que des pics de chaleurs allant jusqu'à 42 ° peuvent survenir de mai à octobre à l'intérieur du pays.

### **Températures moyennes en journée**

	<b>Jan</b>	<b>Mar</b>	<b>Mai</b>	<b>Juil.</b>	<b>Sept.</b>	<b>Nov.</b>
<b>Saly</b>	18	23	25	28	28	26
<b>Sine Saloum</b>	23	30	34	32	32	29

### **Voyage et partage**

#### **La vie en groupe**

Pour faciliter les échanges et la convivialité, nous limitons la taille de nos groupes à 20 participants, et parfois moins. Néanmoins, vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Nos équipes s'occupent de tout, ainsi vous ne serez pas contraints d'effectuer les tâches collectives, mais votre aide sera toujours appréciée et renforcera vos liens avec vos accompagnateurs, guides ...

#### **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. Si vous prenez une partie de votre budget en chèques de voyage, prenez soin de noter séparément les numéros.

Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité.

Suivez les conseils de vos guides locaux et accompagnateurs.

Il existe des réglementations sur : l'alcool (1 bouteille de vin et 1 bouteille d'alcool ou 2 bouteilles de vin par adulte) et le tabac (200 cigarettes ou 50 cigares ou 250g de tabac par adulte).

Ne laissez jamais vos objets de « valeurs » (argent, passeport, billets d'avions) sans surveillance dans votre chambre, votre bus, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel. Observez les règles élémentaires de prudence, n'oubliez pas dans les hôtels de mettre le verrou de sécurité ou la chaîne de porte.

### Mini-lexique

#### En Wolof :

Bonjour : Salam Maleikoum auquel on répond Maleikoum Al Salam

Comment vas-tu ? Nan nga def ?

Au revoir : Mangui dem

Merci : dieureudieuf

Oui : waw

Non : Dédèt

J'ai faim : dama khif

J'ai soif : dama mare

Combien : Niata ?

C'est cher : defa diafé

Baisse le prix : Wagni Ko

Je m'en vais : maa ngi dem

Je n'ai pas d'argent aujourd'hui : Amull khalis teye