

CUBA – TERRES CUBAINES D'EST EN OUEST – CUBCTOCE



Entre 09h55 et 17h05



-6h toute l'année
(voir « Décalage horaire »)

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 18/12/2019 AU 04/11/2020 inclus

VOTRE VOYAGE

D'Est en Ouest, en petit groupe découvrez les mille et unes facettes de "Cuba la grande" et partez à la rencontre de son peuple si attachant en logeant exclusivement chez l'habitant. Un voyage authentique, pour découvrir, vivre et partager la vie cubaine autrement.



ITINERAIRE

Jour 1 : Paris – Santiago de Cuba

Envol pour Santiago de Cuba. Accueil par votre représentant et votre guide. Transfert et installation chez vos hôtes pour 3 nuits. Dîner.

Jour 2 : Santiago de Cuba

Tour de ville de Santiago de Cuba, la deuxième ville du pays. Découverte des nouveaux quartiers : la statue Antonio Maceo, la place de la Révolution... Arrêt à la caserne Moncada et visite du célèbre cimetière Sainte Iphigénie. Visite de la forteresse El Morro**. Déjeuner. Visite du quartier colonial autour du parc Céspedes, la maison classée de Diego Velázquez, promenade autour de la Plaza Dolores et découverte de la vie locale. Visite du musée du Rhum et dégustation. Retour chez vos hôtes puis dîner en ville.

Jour 3 : Santiago de Cuba

Journée libre : Profitez-en pour flâner dans la ville ou pour découvrir la région. Déjeuner et dîner libres.

Jour 4 : Santiago de Cuba – Biran - Camagüey

Départ pour visiter la majestueuse basilique El Cobre. Poursuite vers Birán, le village natal de Fidel et Raul Castro et visite de la maison familiale, l'école... : Un site resté authentique où vous plongerez au cœur de l'histoire de la famille Castro. Déjeuner en route et continuation vers Camagüey**, "la ville des églises". Découverte de cette jolie ville coloniale et visite de ses 3 places et églises les plus remarquables : La Mercedes, San Juan de Dios et la cathédrale. Découverte de la vie locale, arrêt dans une bodega et visite du marché. Installation chez vos hôtes. Dîner.

Jour 5 : Camagüey – Caibarién – Remedios - Santa Clara

Départ vers Caibarién. Visite du musée du Sucre et d'un atelier de locomotives. Déjeuner. Départ en vieux train à vapeur pour Remedios, jolie ville connue pour ses "parrandas", fêtes populaires de renommée nationale, et visite panoramique. Poursuite vers Santa Clara, installation chez vos hôtes. Dîner.

Jour 6 : Santa Clara - Sancti Spíritus - Trinidad

Départ vers Santa Clara, la ville du Che. Visite panoramique : l'impressionnante place de la Révolution où se trouve le monument du Che, le "train blindé". Direction Sancti Spíritus, et visite de cette petite ville intemporelle. Déjeuner. Route à travers la vallée de Los Ingenios** pour atteindre la belle Trinidad**. Installation chez vos hôtes pour 3 nuits. Dîner.

Jour 7 : Trinidad

Départ pour Trinidad**, splendide ville coloniale fondée en 1514. Véritable ville-musée où le temps semble s'être arrêté, vous tomberez sous le charme de ses ruelles et de ses maisons aux couleurs pastel. Découvrez la place Santa Ana, la superbe Plaza Mayor et ses demeures coloniales aux couleurs vives et aux belles grilles de fer forgé, témoins de la richesse des propriétaires sucriers qui habitaient la ville. Visite d'un atelier de porterie artisanale, puis passage par le marché d'artisanat. Déjeuner en bord de mer, possibilité de baignade. Retour chez vos hôtes avant de dîner en ville.

Jour 8 : Trinidad

Journée libre pour flâner en ville, profiter des joies de la plage ou partir à la découverte de la région à travers une excursion (€). Déjeuner et dîner libres.

Jour 9 : Trinidad - Cienfuegos

Départ pour Cienfuegos**, "la perle du Sud". Visite d'une fabrique de cigares. Déjeuner en ville, tour de ville panoramique : le parc José Martí et ses petites rues adjacentes... Visite du Palacio el Valle, superbe palais mauresque offrant une belle vue sur la baie. Promenade en bateau dans la baie de Cienfuegos. Installation chez vos hôtes. Dîner.

Jour 10 : Cienfuegos - Viñales

Départ pour la verdoyante vallée de Viñales**. Vous allez découvrir la région du tabac et les impressionnantes montagnes "mogotes". Elles sont le résultat d'un phénomène géologique qui a créé un paysage exceptionnel et unique à Cuba. Puis, vous apprendrez tout sur les différentes étapes de la culture du tabac lors de la visite d'un "despalillo". Déjeuner typique chez un cultivateur. Visite de sa ferme, de son séchoir à tabac et de sa plantation. Direction la vallée de Viñales** et visite du village. Installation chez vos hôtes pour 2 nuits. Dîner.

Jour 11 : Viñales

Journée libre pour profiter à votre rythme de la petite ville de Viñales ou pour explorer la campagne cubaine. Déjeuner et dîner libres.

Jour 12 : Viñales - Las Terrazas - La Havane

Départ pour une journée d'excursion dans la communauté de Las Terrazas**, située dans la réserve naturelle de la biosphère**. Las Terrazas est un petit village communautaire d'une centaine d'habitants blotti au cœur de la nature entre végétation exotique, rio et lac. Visite de la maison de Polo Montañez, auteur-compositeur et poète local. Visite de l'ancien café-tal. Déjeuner au restaurant communautaire. Dégustation de café au célèbre Café de Maria. Route vers la Havane, installation chez vos hôtes pour 3 nuits. Dîner.

Jour 13 : La Havane

Promenade dans les rues piétonnes de la vieille Havane** : la place d'Armes, sans doute la plus ancienne place de la ville. Visite du palais des Capitaines Généraux, aujourd'hui le musée de la ville ; l'emblématique place de la Cathédrale ; les places Saint-François d'Assise et Vieja... Déjeuner. Poursuite jusqu'au Capitole, passage par le Grand Théâtre Alicia Alonso. Petite promenade le long du Prado. Puis, pour finir la journée en beauté, départ en vieille voiture américaine jusqu'à l'impressionnante place de la Révolution où se trouvent le monument de José Martí et les portraits du Che et de Camilo Cienfuegos. Dîner libre.

Jour 14 : La Havane

Journée libre pour profiter de la capitale mythique à votre rythme. Possibilité de réserver une excursion ou une soirée musicale (€). Déjeuner et dîner libres.

Jour 15 : La Havane - Paris

Petit déjeuner chez vos hôtes. Déjeuner libre. Transfert à l'aéroport de la Havane. Envol pour Paris.
Dîner et nuit à bord.

Jour 16 : Arrivée à Paris.

À NOTER :

Départs du 06/11 et du 04/12/19 : voir programme brochure "Routes d'ailleurs 2019". (**) Sites classés au Patrimoine Mondial de l'UNESCO : signalés par deux astérisques. Environ du 20/12/19 au 23/01/20 et du 23/07/20 au 20/08/20, tous les despadillos et manufactures de cigares sont fermés. Cette visite sera remplacée par une autre visite autour du cigare. Information sur place. Les mineurs de - de 18 ans ne sont pas admis dans les manufactures de cigares. Selon les étapes, où les maisons ne disposent pas de suffisamment de chambres pour loger tout le monde, vous serez répartis dans différentes maisons. Nous ferons le maximum pour qu'elles soient les plus proches possibles.

FORMALITES & SANTE



La carte de tourisme est indispensable pour se rendre sur le territoire cubain. Elle est valable 30 jours et doit être présentée à l'émigration avec votre passeport.

Merci de bien vouloir la remplir suivant les indications que vous trouverez ci-dessous :



The image shows two identical copies of the Cuban Tourist Card (VISA - TARJETA DEL TURISTA) for the República de Cuba. The card number is K 195996. The fields to be filled are marked with letters A through E:

- A:** APELLIDOS / LAST NAME / NOM / NAME
- B:** NOMBRE / FIRST NAME / PRÉNOM / VORNAME
- C:** FECHA DE NACIMIENTO / DATE OF BIRTH / DATE DE NAISSANCE / GEBURTSDATUM (Day / Day, Month / Month, Año / Year / Année / Jahr)
- D:** PASAPORTE / PASSPORT / PASSEPORT / REISEPASS (No.)
- E:** CIUDADANÍA / CITIZENSHIP / NATIONALITÉ / STAATSANGEHÖRIGKEIT

Additional text on the card includes: VER AL DORSO / SEE BACK / VOIR AU DOS / SIEHERÜCKSEITE and USO OFICIAL / ENTRADA.

- A - Nom du voyageur (en lettres capitales)
- B - Prénom du voyageur (en lettres capitales)
- C - Date de naissance (jour – mois – année)
- D - Numéro de passeport (2 chiffres/2 lettres/5 chiffres : pour les passeports français)
- E - Nationalité (en lettres capitales) Ces informations sont données sous toute réserve de modifications. Nous vous invitons à vérifier les formalités avant votre départ.

- 1) En cas d'erreur ou de rature sur votre carte, votre carte sera refusée. Vous devrez donc racheter une nouvelle carte touristique.
- 2) Vérifiez la DATE D'EXPIRATION de votre passeport.
- 3) Si vous avez un passeport étranger : il est de votre responsabilité de vous informer adéquatement des formalités sanitaires, de douanes, de police, ou autres, nécessaires à l'entrée dans le pays visité.
- 4) Nom : la réservation doit être faite sous le même nom que celui figurant sur le passeport. Si votre carte touristique et votre billet d'avion n'ont pas le même nom, vous risquez de ne pas pouvoir embarquer.

Note : ces éléments sont donnés à titre indicatif.

INFORMATION AUX VOYAGEURS À DESTINATION DE CUBA

Le Gouvernement de Cuba a convenu d'établir qu'à partir du premier mai 2010, tous les voyageurs, étrangers et cubains vivant à l'extérieur, qui entreront au pays, devront avoir en leur possession une police d'assurances voyage incluant une couverture des frais médicaux.

Pour répondre à cette exigence, le voyageur doit avoir en sa possession une assurance voyage incluant les frais médicaux ou une police couvrant les frais médicaux sur le territoire cubain.

La police doit être achetée à partir du point d'origine. Les voyageurs, qui exceptionnellement, ne posséderont pas de police d'assurance à leur arrivée, pourront en faire l'acquisition directement à l'aéroport, port ou marina. (Voir en annexe la police d'assurance)

Les assurances voyages souscrites par des compagnies d'assurance cubaines et la plupart des compagnies d'assurances internationales, ont des services d'assistance voyage 24 heures par jour, 365 jours par année, à travers l'entreprise cubaine, ASISTUR SA., Cuba.

Selon l'expérience pratique, plus de 80% des personnes qui visitent actuellement Cuba, le font avec une assurance voyage, offert par les compagnies de leurs pays d'origine et couvrent les frais médicaux à Cuba.

Dans le cas des résidents américains qui voyagent en vol direct des EE UU vers Cuba, ils seront obligés de se procurer une police avec une couverture des assurances cubaines vendues à travers le réseau d'agences associées de la compagnie Havanatur-Celimar, mécanisme mis en place pour faire face à l'impossibilité d'acheter une police couvrant le territoire national cubain avec les compagnies américaines.

Le voyageur qui est retenu pour un contrôle, devra présenter une police, un certificat d'assurance ou carte d'assistance voyage valide pour la durée de son voyage à Cuba.

Les visiteurs à Cuba non seulement retrouveront la beauté naturelle de l'île, la proverbiale hospitalité de son peuple, mais aussi une sécurité absolue qui inclut évidemment le bien-être et la santé. Pour tous les cas d'urgence médicale, le système de santé cubain garantie l'attention nécessaire par son réseau de polycliniques et hôpitaux présents même dans les endroits les plus isolés du pays. La majorité des complexes hôteliers peut répondre aux urgences et premiers soins.

Pour obtenir plus d'information au moment de planifier votre voyage à Cuba, vous pouvez communiquer avec l'Ambassade, le Consulat ou Bureau de Tourisme, le plus près de chez vous. Nous vous invitons à consulter les sites du Ministère du Tourisme (www.cubatavel.cu) et de la compagnie d'assurance Asistur (www.asistur.cu).

TABLES DES BÉNÉFICES (CUC)			
	OFFRE 1	OFFRE 2	OFFRE 3
Garanties et limites pour assurance et voyage	7 couvertures	4 couvertures	2 couvertures
I- Frais médicaux pour maladie et accidents	7 000.00	5 000.00	25 000.00
II-Rapatriement et transport			
a) de défunts	5 000.00	5 000.00	7 000.00

b) de blessés ou malades	5 000.00	5 000.00	7 000.00
III- Responsabilité civile	25 000.00	25 000.00	-
IV- Liberté sous caution	5 000.00	5 000.00	-
V- Accidents			
a) mort	6 000.00	-	-
b) invalidité permanente	6 000.00	-	-
VI- Bagage			
a) localisation	Illimitée	-	-
b) perte et vol	400.00	-	-
VII- Frais de gestion pour perte de documents	300.00	-	-
Prix de vente publique à destination	CUC 2.50 Pers / jour	CUC 2.00 Pers / jour	CUC 3.00 Pers / jour

Valide pour les personnes âgées de 70 ans et plus, participants à des compétitions à haut risque, entraînement et loisirs dangereux, moyennant le paiement d'une surtaxe.

ASISTUR

Centrale d'alarme 24 heures

Téléphones : (53 7) 866-8527, 866-8339, 867-1315

Télécopieur : (53 7)8-66-80

Courriel : asisten@asistur.cu , seguros@asistur.cu

ADRESSES UTILES

Ambassade de France à Cuba

Calle 14, n° 312, entre 3a y 5a avenida, Miramar

Tel : (00 53) (7) 201 31 31 aux heures d'ouverture de l'ambassade : 8h30 - 12h30 (14h30 - 18h30 heure de Paris)

SANTE, VACCINS, RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Aucun vaccin obligatoire, mais la mise à jour du DTP et un répulsif anti-moustique sont conseillés. A voir avec son médecin traitant.

INFORMATIONS PAYS

Monnaie

Il y a deux monnaies en circulation. Le peso cubain (CUP), qui est la « monnaie nationale ». Le peso convertible cubain (CUC), qui remplace le dollar, est utilisé par les étrangers, mais également les Cubains pour certaines dépenses (savon, shampoing, vêtements, électroménager...). Soyez attentif à ne pas payer en CUC un montant en CUP. Ni l'une ni l'autre de ces monnaies n'est exportable. Dans les banques ou bureau de change (CADECA) vous pouvez changer vos euros (passeport à présenter pour toute transaction financière). Pour utiliser vos cartes de crédits il vous faudra être muni de votre passeport.

Les cartes Visa Internationale, Eurocard et MasterCard sont acceptées partout à Cuba à condition qu'elles ne soient pas délivrées par une banque américaine. Nous vous recommandons d'effectuer vos paiements avec des espèces car les opérations de retrait ou paiement avec les cartes sont soumises à un taux de commission.

Savoir-vivre et coutumes

D'abord pratiquée à La Havane et à Matanzas, la santería s'est aussi répandue dans l'Orient. La santería est, pour Cuba, l'équivalent du vaudou haïtien, du candomblé et de l'umbanda brésiliens, c'est-à-dire un syncrétisme entre les croyances et pratiques animistes, les rituels africains et le catholicisme. On estime que la moitié de la population à Cuba est impliquée dans la santería.

L'Église catholique n'en joue pas moins un rôle politique déterminant. Son dialogue avec Raúl Castro en faveur d'une certaine libéralisation du pays a notamment permis la libération de nombreux prisonniers d'opinion. Le gouvernement s'est en outre montré plutôt favorable à sa demande de restitution d'une partie des biens confisqués en 1961.

Souvenirs et artisanat

En souvenir de votre séjour à Cuba, vous pourrez rapporter :

- Des tabacs : 50 cigares ou 100 cigarillos ou 200 cigarettes par personne sans facture.
- Du rhum : 1 litre. Il en existe plus de 100 marques ! A savoir, les personnes âgées de moins de 17 ans ne peuvent importer ni tabac ni boissons alcoolisées.
- Du café : 250g par personne.
- De l'artisanat : peinture, statuettes en terre cuite ou en bois, instruments de musique (maracas, congas...) etc.), domino, des CD de musique cubaine, ou encore des poupées en papier mâché, T-shirts, Guayaberas, casquettes, etc.

Dans les boutiques les tarifs sont fixés par contre au marché d'artisanat les prix sont négociables avec les artisans.

Pour plus de détails et la réglementation sur les formalités douanières à votre retour, vous pouvez consulter le site <http://www.douane.gouv.fr>

Langue

La langue officielle est l'espagnol, un espagnol très riche et rempli de « cubanisms » ! Même s'il ressemble beaucoup à celui parlé en Espagne, l'espagnol cubain reste difficile à comprendre.

Téléphone

Les liaisons téléphoniques avec l'étranger sont très chères. Les appels à frais virés et les cartes d'appel ne sont pas acceptés. Depuis Cuba vers la France : 119 + 33 + n° du correspondant sans le 0. Depuis la France vers Cuba : le 00 + 53 + l'indicatif local + le numéro du correspondant.

Décalage horaire

- Du 1er janvier à mi-mars, il y a -6h de décalage avec la France, quand il est midi en France, il est 06h à Cuba.
- De mi-mars au dernier weekend de mars, il y a -5h de décalage horaire avec la France, quand il est midi en France, il est 07h à Cuba.
- De fin mars à fin octobre, il y a -6h de décalage horaire avec la France du fait de l'heure d'été, quand il est midi en France, il est 06h à Cuba.

INFORMATIONS CIRCUIT

BON A SAVOIR

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.

ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT

La personne qui vous accompagne saura vous faire partager son goût du voyage et sera votre interlocuteur privilégié. Guides locaux francophones pendant tout le circuit, ils sauront mieux que quiconque vous faire découvrir son pays et ses us et coutumes, répondre à vos questions et favoriser vos rencontres avec les populations.



TRANSPORT

Le circuit est effectué à bord d'un bus ou minibus climatisé.

Les conditions de transport restent un problème majeur à Cuba. Vous serez surpris en empruntant les routes de l'île du très faible nombre de véhicules. Embargo oblige, le parc automobile à Cuba est encore particulièrement restreint, et les bus sont souvent pris d'assaut. Les Cubains passent d'ailleurs beaucoup leur temps à marcher, à faire du stop ou la queue. Chacun se débrouille comme il peut, et tous les moyens sont bons pour avancer un peu : on fait du cheval, on circule en calèche, on fait du vélo, on s'entasse sur de vieux tracteurs-taxis, etc. !

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

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...).

HEBERGEMENT

Hôtels sélectionnés pour leur qualité. Selon l'état des réservations nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires dans certains endroits. La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ.



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.

Vous serez logés chez l'habitant : L'hébergement est de confort simple mais il sera largement compensé par les rencontres que vous ferez et les expériences que vous vivrez !

INFORMATIONS PRATIQUES

L'archipel jouit d'un climat tropical clément d'île sous le vent. Cuba se trouve ainsi presque toute l'année sous l'influence des alizés : ces vents qui ont poussé, depuis les Canaries, les caravelles de Christophe Colomb, et apportent chaleur et humidité.

Leur influence est un peu remise en cause entre décembre et février, surtout vers l'ouest du pays, avec les ondes froides adoucies de l'anticyclone continental ou atlantique, qui font baisser parfois les températures en dessous de 22°C. Un tel rafraîchissement est en effet amoindri par l'influence des courants marins chauds issus du fameux Gulf Stream, qui traverse l'Atlantique et atteint l'Europe : il a permis aux galions espagnols, chargés de l'or et de l'argent du Pérou et du Mexique, de retourner vers Cadix, après leur escale à La Havane, et aux pêcheurs comme Hemingway de poursuivre les espadons en descendant le courant. Par contre entre juin et septembre le maximum moyen du thermomètre est de 32°C.

On distingue ainsi deux saisons : une saison chaude et humide entre mai et octobre, et une saison plus fraîche et plus sèche de novembre à avril, époque de la récolte traditionnelle de la canne à sucre.

Ce climat appelé "humide de savane" règne sur la majorité de l'île étroite et plate à l'exception de ses extrémités montagneuses. Et le tiers oriental, moins filiforme et plus montagneux, se singularise par une frange de massifs les plus à l'est de Cuba, qui sur leurs flancs nord reçoivent des pluies également parfois pendant la saison dite sèche et offrent une végétation très luxuriante, dans les arrières pays de Banes, Moa et Baracoa; alors que le revers et la côte tournés vers le sud, à partir de Guantanamo jusqu'à la pointe de l'île à Maisi face à l'île de Haïti, est le domaine des cactus, symbole d'aridité marquée.

Les repas selon programme et le tout-inclus à Varadero. Les déjeuners se font généralement en excursion sauf dans les étapes ou le logement dans l'hôtel soit en tout inclus. Attention, pour le déjeuner du dernier jour il se fera à l'hôtel en fonction de l'horaire du transfert retour. Les boissons ne sont pas incluses dans les repas (sauf à Varadero).

Malgré des progrès ces dernières années, la limitation des ressources et sources d'approvisionnement fait que l'on ne va pas à Cuba pour sa gastronomie. Poulet et porc sont à la base de la cuisine dite « créole » (criolla). Il y a heureusement les produits de la mer : poisson (souvent frit), crevettes, poulpe et langouste. Peu de légumes verts, mais beaucoup de féculents : riz, congrí (mélange de riz et de haricots noirs) ou les moros y cristianos (haricots noirs et riz blanc séparés), pommes de terre, patates douces, manioc, taro, bananes plantains frites ou... des frites !

Il est vivement déconseillé de consommer de l'eau du robinet et les glaçons. La plupart des repas sont pris dans des restaurants locaux.





Les pourboires ne sont pas obligatoires mais sont toujours bien appréciés. Ils doivent être employés en signe de remerciement. Si vous êtes satisfait du service, il est d'usage de laisser un pourboire au guide, accompagnateur, porteurs, chauffeurs, femme de chambres, serveurs et chauffeur. Prévoir environ 2 à 3 euros par jour et par personne.



110 volts et 220 à Varadero. Prises courants à fiches plates : un adaptateur et un transformateur sont nécessaires.



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.

BOUCLER SA VALISE



Bagages

Prévoyez de préférence un sac souple de 20kg maximum, et un sac à dos pour vos effets personnels de la journée. Prévoir également un sac d'appoint permettant d'emmener les changes et affaires de toilette pour les nuits chez l'habitant et la nuit en jonque (le bagage principal restant dans le coffre du bus).

Vêtements

Prévoyez des vêtements légers (coton) et clairs ainsi qu'un vêtement de pluie et un pull ou un gilet pour les lieux parfois très climatisés. Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics.

Chaussures

Une paire de chaussure de marche confortable, et une paire de chaussures imperméables en cas de pluies.

Matériel

- lunettes de soleil
- crème de protection contre le soleil et les insectes (moustiques en particulier)
- une casquette, ou un chapeau, et un foulard seront utiles dans le Sud
- maillot de bain.
- une serviette de bain et vos affaires de toilettes personnelles
- petite pharmacie personnelle

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. 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.
- 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 pouvons être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.

BIBLIOGRAPHIE

Alejo Carpentier (1904 - 1980) "El reino de este mundo" - "Los pasos perdidos" - "El siglo de las luces"

Jose Lezama Lima (1910-1976) : "Paradiso" (Prix a la meilleure œuvre étrangère)

Zoé Valdes « La douleur du dollar » aux Editions Actes Sud

Hemingway « Le vieil homme et la mer »

MINI LEXIQUE

Oui : sí

Non : no

Avec/sans : con/sin

Plus/moins : más/menos

Un petit récapitulatif des formules de politesse

Bonjour, le matin : buenos días

Bonsoir : buenas tarde

Bonne nuit : buenas noches

Bonjour, familier : hola

Au revoir : hasta luego

S'il vous plaît : por favor

Merci : gracias

Merci beaucoup, très aimable à vous : muchas gracias, muy amable

De rien, avec plaisir : de nada, con mucho gusto

Comment allez-vous ? : ¿Qué tal ?

Bien, merci, et vous ? : ¿Muy bien, gracias, y usted ?

Excusez-moi : discúlpeme.

Pardon : Perdón

Expressions utiles

Parlez-vous français : ¿Habla usted francés?

Où est.... : ¿Dónde está ?

Que signifie ceci ? : ¿Qué significa esto?

Combien coûte : ¿Cuanto cuesta?

Je ne comprends pas : no entiendo

Pouvez-vous répéter s'il vous plaît ? : ¿Puede repetir por favor?

Où sont les toilettes ? : ¿Dónde están los servicios?

Je voudrais... : quisiera...

Je suis français(e) : soy francés (francesa)

Pouvez-vous m'aider ? : ¿Me puede ayudar?

Lexique typiquement cubain

¿Qué bola? : Comment vas-tu?

Es un paquetero : c'est un menteur

Yuma : étranger

Jama : nourriture

Oua oua : autobus

Compañero : collègue/camarade

Caro : voiture

Nous vous souhaitons un très beau voyage !