

## CUBA – CUBA AUTENTICA – CUBCTAUA



**Entre 09h55 et 13h50**



**-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 19/11/2020 AU 14/10/2021 inclus**

### VOTRE VOYAGE

*Ce circuit en petit groupe a été conçu pour ceux qui rêvent de découvrir Cuba à travers des visites et des activités originales, éco-sensibles et des rencontres authentiques. Outre les sites incontournables, le voyage compte des découvertes plus confidentielles.*



## ITINERAIRE

### **Jour 1 : France – La Havane**

Envol pour La Havane. Accueil par votre représentant Tui France et votre guide. Transfert et installation à l'hôtel NH Capri 4\* pour 2 nuits. Dîner.

### **Jour 2 : La Havane**

Départ pour la vieille Havane, classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO et découverte à pied du centre historique : ses plus belles places et rues commerçantes, ses demeures et palais coloniaux. Passage par une ruelle abritant échoppes originales et ateliers d'artistes : coiffeur, styliste, galerie d'art. Visite du "Templete", petit temple dorique érigé en 1828 en commémoration de la fondation de la ville, situé place d'Armes, l'emblématique place de la Cathédrale. Visite du musée d'art colonial et de la place Saint-François d'Assise. Déjeuner. Visite du musée de l'automobile, pour un voyage dans le temps grâce à sa belle collection de voitures anciennes. Poursuite de votre visite par la célèbre rue commerçante Obispo, passage par le Capitole, le grand théâtre Alicia Alonso et le long du Prado. Puis visite extérieure du musée de la Révolution. Départ en "coco taxi". Vous montez à bord de ce transport en forme de "petit œuf" jusqu'à l'impressionnante place de la Révolution où se trouvent le monument de José Marti et les portraits du Che et de Camilo Cienfuegos. Retour à l'hôtel. Départ en vieille voiture américaine pour dîner en ville. Retour à l'hôtel.

### **Jour 3 : La Havane – Las Terrazas • (85 km)**

Route vers la communauté de Las Terrazas, située dans la réserve naturelle de la biosphère, classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO qui regroupe plus de 6 millions d'arbres avec une variété très importante d'essences tropicales. Visite de l'ancienne plantation caféière la Buena Vista et randonnée nature pour découvrir la faune et la flore locales. Continuation vers Las Terrazas, un petit village communautaire d'une centaine d'habitants blotti au cœur de la nature entre végétation exotique, "rio" et lac. L'endroit idéal pour rencontrer la population cubaine. Déjeuner au bord de la rivière San Juan. Temps libre pour aller à la rencontre des habitants de la communauté ou pour profiter d'une baignade dans les petites cascades de la rivière San Juan. Dégustation d'un café chez "Maria". Installation à l'hôtel La Moka 3\* pour 2 nuits. Dîner.

### **Jour 4 : Las Terrazas – Viñales – Las Terrazas • (246 km)**

Découverte de la région du tabac et de la majestueuse vallée verdoyante de Viñales, classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Celle-ci est encadrée de montagnes "mogotes", fruit d'une lente érosion, ces buttes calcaires aux formes arrondies sont apparues après l'effondrement de grottes creusées par l'eau. Ce phénomène géologique a créé un paysage exceptionnel et unique à Cuba. Profitez d'une balade en char à bœuf ou à pied à travers ces superbes paysages. Déjeuner créole chez un cultivateur. Arrêt à un belvédère pour profiter de la magnifique vue panoramique. Retour à l'hôtel et dîner dans un restaurant de la communauté.

### **Jour 5 : Las Terrazas – Zapata – Cienfuegos • (410 km)**

Petit déjeuner et départ en direction de la région de Zapata. Vous traverserez cette immense lagune abritant une faune et une flore sauvages. Déjeuner en route. Poursuite vers la baie des Cochons, haut lieu historique de la révolution cubaine. Puis vous longerez la côte jusqu'à Cienfuegos, classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO, dite "la perle du Sud". Tour de ville panoramique : le théâtre

Tomás Terry, le Parque José Martí... et dégustation d'un cocktail au "Palacio de Valle", superbe palais offrant une très belle vue sur la baie. Installation à l'hôtel Perla del Mar 4\*. Dîner.

### **Jour 6 : Cienfuegos – Parque el Cubano – Trinidad • (125 km)**

Départ pour le Parque el Cubano. Journée de découverte en pleine nature. Un très beau parc naturel qui renferme de nombreux trésors : des cascades, des sentiers de randonnée, ainsi que des vues spectaculaires. Vous pourrez en chemin vous baigner dans une des piscines naturelles d'eau douce. Puis, en route, arrêt dans une maison locale afin de partager une infusion. Déjeuner sur les bords de la rivière. Arrivée à Trinidad, la "ville-musée" classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Temps libre pour découvrir les lieux à votre rythme. Installation pour 2 nuits chez l'habitant. Dîner chez vos hôtes.

### **Jour 7 : Trinidad**

Visite de cette splendide ville coloniale fondée en 1514 par Diego Velázquez. La "ville-musée", où le temps semble s'être arrêté, est sans conteste la plus authentique !

Découvrez la place Santa Ana et au détour des petites rues pavées la superbe Plaza Mayor avec ses demeures de style colonial aux couleurs vives et aux belles grilles de fer forgé, témoignage de la richesse des propriétaires sucriers qui habitaient la ville. Visite du Palacio Cantero, musée de la ville retraçant son histoire. Cours d'initiation à la salsa et aux percussions. Déjeuner en bord de mer puis après-midi libre. Selon vos envies, profitez des joies de la plage et de la mer des Caraïbes ou flânez au marché d'artisanat et dans les petites rues de la ville. Dîner dans un restaurant de la ville.

### **Jour 8 : Trinidad – Sancti Spíritus • (90 km)**

Départ pour la visite d'une ancienne plantation de canne à sucre ayant appartenu à de riches propriétaires située dans la région de la vallée de Los Ingenios la "ville-musée" classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Dégustation d'un "guarapo" et, pour finir, visite de l'hacienda Guaimaro. Poursuite vers Sancti Spíritus, déjeuner et visite de cette charmante petite ville de province aux rues pavées et aux places coloniales à peine effleurées par le temps. Visite du musée de l'art colonial et de la Casa de la Guayabera. Installation à l'hôtel Plaza Rijo 3\*. Dîner.

### **Jour 9 : Sancti Spíritus – Remedios – Santa Clara • (215 km)**

Visite d'une fabrique de cigares puis départ pour la jolie ville de Remedios au charme authentique et tranquille, connue pour ses "parrandas", fêtes populaires de renommée nationale, et visite panoramique. Poursuite de votre voyage. Visite de l'ancienne sucrerie Marcelo Salado, transformée en musée du Sucre. Déjeuner puis direction Santa Clara. Visite à pied du Parc Central puis arrêt au "train blindé" et visite du mausolée du Che situé sur l'impressionnante place de la Révolution. Installation à l'hôtel La Granjita 3\*. Dîner.

### **Jour 10 : Santa Clara – La Havane – France • (345 km)**

Transfert à l'aéroport de La Havane. Déjeuner libre. Envol pour la France. Dîner et nuit à bord.

### **Jour 11 : arrivée en France**

Arrivée en France.

### À NOTER :

Environ du 20/12/2020 au 23/01/2021 et du 20/07/2021 au 20/08/2021, tous les despalillos et manufactures de cigares sont fermés. Ces dates pourront être quelque peu modifiées par les autorités. Cette visite sera remplacée par une autre visite autour du cigare. Informations sur place. Les mineurs de -18 ans ne sont pas admis dans les manufactures de cigares. Conditions spéciales enfant de 5 à -12 ans : maximum 1 enfant dans la chambre de 2 adultes. En cas d'extension balnéaire à Varadero ou à Trinidad, vous partirez directement vers votre Club Lookéa sans repasser par La Havane, le transfert n'est pas inclus.

## 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 (Tarjeta del Turista) for the República de Cuba. Each card has the following fields marked with letters A through E:

- A:** APELLIDOS / LAST NAME / NOM / NAME
- B:** NOMBRE / FIRST NAME / PRENOM / VORNAME
- C:** FECHA DE NACIMIENTO / DATE OF BIRTH / DATE DE NAISSANCE / GEBURTSDATUM (with sub-fields for Day, Month, and Year)
- D:** PASAPORTE / PASSPORT / PASSEPORT / REISEPASS (with sub-field for No.)
- E:** CIUDADANÍA / CITIZENSHIP / NATIONALITE / STAATSANGEHÖRIGKEIT

Additional text on the cards 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](http://www.cubatavel.cu)) et de la compagnie d'assurance Asistur ([www.asistur.cu](http://www.asistur.cu)).

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

<b>b) de blessés ou malades</b>	5 000.00	5 000.00	7 000.00
<b>III- Responsabilité civile</b>	25 000.00	25 000.00	-
<b>IV- Liberté sous caution</b>	5 000.00	5 000.00	-
<b>V- Accidents</b>			
<b>a) mort</b>	6 000.00	-	-
<b>b) invalidité permanente</b>	6 000.00	-	-
<b>VI- Bagage</b>			
<b>a) localisation</b>	Illimitée	-	-
<b>b) perte et vol</b>	400.00	-	-
<b>VII- Frais de gestion pour perte de documents</b>	300.00	-	-
<b>Prix de vente publique à destination</b>	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](mailto:asisten@asistur.cu) , [seguros@asistur.cu](mailto: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

Notez que depuis le 01/01/21 la seule monnaie cubaine est le CUP, le peso Cubain. Pour information, notez que le CUP n'est pas exportable. 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.

## INFORMATIONS PRATIQUES

L'archipel jouit d'un climat tropical clémente 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 !**