

## CUBA – BUENA VISTA DE CUBA – CUBCTBU1



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 10/11/2021 AU 30/11/2022 inclus**

### VOTRE VOYAGE

*Comme la musique et la danse rythment la vie cubaine, nous vous proposons un circuit idéalement cadencé liant culture, découvertes, rencontres, musique et farniente. Tout au long de votre périple, laissez-vous envahir par la joie de vivre d'un peuple à l'hospitalité incontestée.*



## ITINERAIRE

### **Jour 1 : Paris – La Havane**

Envol pour La Havane. Accueil par votre représentant et votre guide. Transfert et installation à l'hôtel Memories Miramar 4\* pour 3 nuits. Dîner.

### **Jour 2 : La Havane - Piñar del Río – Viñales - La Havane • (env. 430 km)**

Découverte de la région du tabac et de la vallée de Viñales, classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Visite d'une fabrique de cigares à Pinar del Río et poursuite vers Viñales. La vallée est encadrée de montagnes "mogotes" et offre des paysages exceptionnels. Arrêt au belvédère de l'hôtel Los Jazmines pour admirer le magnifique panorama tout en dégustant un jus de fruit. Déjeuner. Visite d'une maison de séchage de tabac. Promenade à pied dans Viñales. Retour à La Havane. Dîner et nuit.

### **Jour 3: La Havane**

Départ en vieille voiture américaine vers le centre historique. Visite à pied de La Havane coloniale. Découverte de ses plus belles places : la place d'Armes, sans doute la plus ancienne place de la ville. Visite du palais des Capitaines Généraux, splendide monument de style baroque qui servit ensuite de palais présidentiel puis de préfecture, c'est aujourd'hui le musée de la ville ; visite du musée El Templete, où a été célébrée la première messe à La Havane ; continuation vers l'emblématique place de la Cathédrale, de la place Saint-François d'Assise et de la Plaza Vieja. Visite du musée du rhum, cours de cocktail et dégustation. Déjeuner. Direction la célèbre rue Obispo, puis promenade autour du Parc Central où se trouve le Capitole. Continuation par le Prado et le grand théâtre Alicia Alonso. Poursuite vers La Havane moderne. Traversée du quartier Vedado en coco taxi jusqu'à l'impressionnante place de la Révolution où se trouvent le portrait du Che et le monument du héros national José Martí. Visite panoramique du quartier résidentiel de Miramar. Retour à l'hôtel. Dîner dans la vieille Havane.

### **Jour 4 : La Havane – Cienfuegos – Trinidad • (env. 415 km)**

Départ pour Cienfuegos "la perle du Sud" célèbre pour son histoire et son architecture aux influences françaises. Visite du jardin botanique et tour de ville autour du Parque José Martí et du théâtre Thomas Terry. Arrêt au "Palacio de Valle", superbe palais mauresque situé face à la baie, dégustation d'un cocktail. Déjeuner dans la ville. Continuation vers Trinidad. Temps libre pour profiter de la ville. Arrêt à la taverne de la Canchanchara pour déguster un cocktail sur fond de musiques traditionnelles. Installation à l'hôtel Memories Trinidad del Mar 4\* (en formule tout inclus) pour 2 nuits et dîner.

### **Jour 5 : Trinidad**

Visite de la splendide ville coloniale de Trinidad, "la ville musée". Découverte de ses charmes authentiques : la place Santa Ana, la majestueuse Plaza Mayor et ses demeures colorées aux belles grilles de fer forgé. Visite de l'église Santísima Trinidad. Passage par le marché d'artisanat local, puis découverte du musée de la ville et d'un atelier de poteries. Déjeuner en ville. Cours de salsa et de percussions Retour à l'hôtel, dîner en ville.

**Jour 6 : Trinidad – Camaguey • (env. 310 km)**

Départ pour Camaguey. Route à travers la superbe vallée de Los Ingenios, arrêt et visite de l'hacienda Manaca Iznaga. Poursuite vers Camagüey, "la ville des églises" au riche passé colonial surnommée "la légendaire" et déjeuner. Jolie ville coloniale avec ses 3 places et églises les plus remarquables: La Mercedes, San Juan de Dios et la cathédrale Nuestra Señora de la Candelaria. Promenade dans les rues commerçantes et découverte de la vie locale cubaine. Visite du ballet de Camaguey : visite des salles où ils effectuent les répétitions, échange avec des membres de la compagnie de ballet. Dîner et nuit à l'hôtel Colon 3\*.

**Jour 7 : Camaguey – Bayamo – Cobre - Santiago de Cuba • (env. 370 km)**

Départ pour Bayamo, « la ville des calèches ». Promenade pédestre dans la charmante ville de Bayamo: la place de la Révolution où se trouve la statue du héros national de l'indépendance Carlos Manuel de Cespedes, la place de l'Hymne national et la célèbre rue commerçante Garcia. Visite de la maison natale de Cespedes convertie en musée, puis arrêt à la célèbre «Casa de la Trova» pour y écouter de la musique traditionnelle. Déjeuner. En route vers Santiago découverte de la majestueuse basilique El Cobre. Installation à l'hôtel Casagrande 4\* pour 2 nuits. Dîner et nuit à l'hôtel.

**Jour 8: Santiago de Cuba • (env. 60 km)**

Départ pour la visite du cimetière Sainte Iphigénie, monument national où de nombreux personnages emblématiques de l'histoire cubaine reposent : Carlos Manuel de Céspedes, José Martí, Fidel Castro, entre autres. Continuation pour un tour de ville de Santiago de Cuba, la deuxième ville du pays. Visite du Parque Céspedes et de ses alentours, du musée colonial aménagé dans l'ancienne demeure de Diego Velázquez, de l'ancien quartier français El Tivoli, du parc Vicente Aguilera, ancienne place Dolores, et de ses alentours. Arrêt à la caserne Moncada. Visite de la place de la Révolution et de la forteresse El Morro. Déjeuner en ville. Découverte de la Société Tumba Francesa, ce spectacle est l'une des plus anciennes et importantes expressions de musique et de danses cubaines. Balade dans le quartier Vista Alegre. Retour à l'hôtel en fin d'après-midi. Dîner en ville.

**Jour 9 : Santiago de Cuba – Biran – Holguín – Camagüey (env. 400 km)**

Départ pour le village natal de Fidel et Raul Castro. Visite de la maison familiale, l'école... Un site resté authentique où vous plongerez au cœur de l'histoire de la famille Castro. Route vers Holguín, déjeuner et visite panoramique. Poursuite vers Camaguey. Installation à l'hôtel Colon 3\* et dîner.

**Jour 10 : Camagüey - Sancti Spíritus - Santa Clara • (env. 345 km)**

Départ en direction Sancti Spíritus. Visite panoramique de cette agréable petite ville provinciale, aux rues pavées et aux places coloniales à peine effleurées par le temps, connue pour le célèbre pont Yayabo. Déjeuner. Continuation vers Santa Clara. Visite panoramique de la ville du Che. Arrêt au "train blindé", et visite du mausolée du Che proche du monument édifié en son hommage, à l'impressionnante place de la Révolution. Installation à l'hôtel E Central Villa Clara 3\*. Dîner et nuit à l'hôtel.

**Jour 11 : Santa Clara - La Havane – Paris**

Temps libre et déjeuner libre selon l'heure de votre vol. Transfert à l'aéroport de La Havane. Envol pour Paris. Dîner et nuit à bord.

**Jour 12 : arrivée à Paris**

**EXTENSION OPTIONELLE**

**Prolongez vos vacances à Cuba ! Offrez-vous une pause au Club Lookéa Grand Memories Varadero.**

**À NOTER :**

La carte de tourisme obligatoire est incluse dans le tarif. Conditions spéciales enfant de 5 à -12 ans : maximum 1 enfant dans la chambre de 2 adultes. Environ du 20/12/21 au 23/01/22 et du 20/07/22 au 20/08/22, tous les despadillos et les manufactures de cigares sont fermés. Ces dates pourront être quelque peu modifiées par les autorités cubaines. 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.

## 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 Cuban Tourist Visa forms (VISA - TARJETA DEL TURISTA) for the República de Cuba. The forms are numbered K 195996. The fields are labeled 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 (Day / Day, Month / Month, Año / Year / Année / Jahr)
- D**: PASAPORTE / PASSPORT / PASSEPORT / REISEPASS (No.)
- E**: CIUDADANIA / CITIZENSHIP / NATIONALITE / STAATSANGEHÖRIGKEIT

Additional text on the forms 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

### INFORMATIONS COVID 19

**A CUBA LE PORT DU MASQUE ET L'USAGE DE GEL HYDROALCOOLIQUE SONT OBLIGATOIRES DANS DE NOMBREUX ENDROITS MAIS SONT QUASIMENT INTROUVABLES SUR PLACE.**

**C'EST POURQUOI AVANT DE PARTIR A CUBA IL EST IMPERATIF DE FAIRE VOS BAGAGES AVEC SUFFISAMMENT DE MASQUES ET DE GEL HYDROALCOOLIQUE POUR TOUTE LA DUREE DE VOTRE SEJOUR.**

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>TABLEAU DES GARANTIES ET DES LIMITES ASSURÉES</b>	
<b>GARANTIES ET LIMITES PAR ASSURÉ ET PAR VOYAGE</b>	<b>Montant</b>
<b>RISQUES COUVERTS</b> : Les assureurs s'engagent à payer les prestations figurant dans cette police et dans la limite des plafonds d'assurance reflétées dans les Conditions Particulières.	
<b>FRAIS MÉDICAUX</b> : toutes les dépenses imputées aux frais médicaux - chirurgicaux, dentaires, pharmaceutiques et d'hospitalisation, en cas de maladie ou d'accident soudain. Les frais dentaires sont considérés comme ceux qui, en raison d'une infection, d'une douleur ou d'un traumatisme, nécessitent un traitement médical urgent jusqu'à une limite de cinq cents (500,00 \$) pesos convertibles.	\$ 10 000.00
<b>RAPATRIEMENT ET TRANSPORT</b> : L'assureur prend en charge le transport de l'assuré jusqu'au centre hospitalier le plus proche, qui dispose des installations nécessaires pour assister l'assuré. Le moyen de transport utilisé sera décidé par la société d'assistance en coordination avec l'équipe médicale. En cas de décès de l'assuré, l'assureur prendra en charge les démarches et les frais de conditionnement et de transport du cadavre jusqu'au lieu de départ.	\$ 10 000.00
<b>RESPONSABILITÉ CIVILE</b> : L'assureur est responsable de l'indemnisation pécuniaire qui, en tant que responsable civilement, serait obligé de payer les dommages corporels ou matériels causés involontairement à des tiers. Être inclus dans le paiement des honoraires professionnels lorsqu'ils sont à la défense de l'assuré et qu'ils sont civilement responsables	\$ 10 000.00
<b>AVANCE DE FINANCEMENT JUDICIAIRE</b> : L'assureur accordera un prêt sans surtaxe dans le cas où la personne assurée est tenue par les autorités compétentes de payer des obligations pour responsabilité pénale en cas d'accident, avant dépôt à l'assureur par la personne qui le fait. représenter dans votre pays de résidence, conformément aux instructions fournies par le centre d'alarme	\$ 5 000.00
<b>PERTE DE DOCUMENTS DE VOYAGE</b> : L'assureur prendra en charge les sommes liées au traitement et à l'obtention du passeport, du visa et du billet d'avion de l'assuré qui ont été endommagés ou perdus et doivent être réémis. En cas de perte ou de mauvais placement du billet d'avion, seule la valeur de la pénalité imposée par la compagnie aérienne sera indemnisable	\$ 1 000.00

## ADRESSES UTILES

### 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)

**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. 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 « cubanimes » ! 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 la formule tout-inclus à Trinidad. 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 Trinidad).

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 !**