Inde, Népal

Joyaux de l'Inde

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

Valable pour le départ du 23/04/2024

10h avec escale + 3h30 en été, + 4h30 en hiver

Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 26

Rythme : **4/5** Traditions : **3/5** Histoire & culture : **5/5** *Enfants à partir de 10 ans*

VOTRE VOYAGE

Visitez les sites incontournables de l'Inde et appréhendez sa richesse culturelle et historique : la foisonnante Delhi, la spirituelle Pushkar, la princière Bikaner ou Agra, l'ancienne capitale moghole. Bien évidemment, le Taj Mahal et les havelis seront au programme, sans oublier un moment de partage inoubliable dans une famille indienne. Un voyage idéal pour une première approche du pays !

Les *INCONTOURNABLES* Nouvelles Frontières

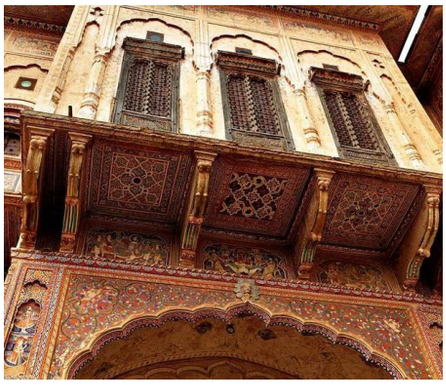
- Les sites incontournables du Rajasthan, comme Bikaner, Pushkar et Jaipur.
- La découverte des fresques multicolores du Shekhawati.
- L'étonnant temple des Rats de Karni Mata.
- L'éclatant et mythique Taj Mahal.
- La soirée à Delhi, avec repas dans une famille indienne.
- L'extension de 4 nuits à la découverte de la vallée de Kathmandu, au Népal.

Jour 1 : France – Delhi

Envol à destination de Delhi (avec escale), repas à bord et nuit à bord.

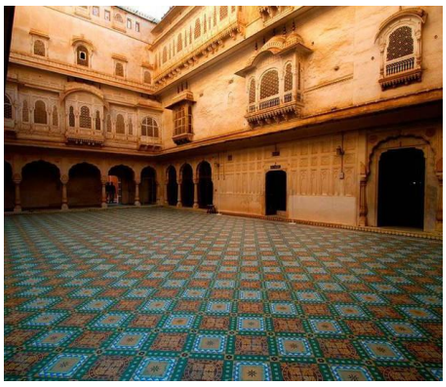
Jour 2 : Delhi

Arrivée à Delhi tôt le matin. Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel Clarks Inn Gurgaon 3* (option A) ou Quality Inn Gurgaon 4* (option B). Installation dans les chambres. Après le petit déjeuner, partez pour une **visite de Delhi** : vous passerez près du **Fort rouge**, symbole du pouvoir moghol classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, et des vieilles rues marchandes du **quartier commerçant de Chandni Chowk**. Découverte extérieure de la **Jama Masjid**, plus grande mosquée de l'Inde, et du **Raj Ghat**, mémorial du Mahatma Gandhi. Passage devant le palais présidentiel et l'India Gate.
Déjeuner libre.
L'après-midi, vous visiterez les **ruines de Mehrauli** et le **temple sikh Bangla Sahib**.
Au dîner, préparation et dégustation du "jeera aloo" chez une famille indienne.
Nuit à l'hôtel Clarks Inn Gurgaon 3* (option A) ou Quality Inn Gurgaon 4* (option B).



Jour 3 : Delhi – Nawalgarh (270 km / environ)

Départ pour **Nawalgarh,** village situé dans la pittoresque région du Sheikawati. Les havelis de Nawalgarh sont célèbres pour leurs fresques étonnantes, qui racontent aux visiteurs leurs légendes. Déjeuner libre.
L'après-midi, **promenade et visite du village**. Vous pourrez découvrir des maisons recouvertes de fresques, certaines aux couleurs chatoyantes, illustrant des légendes guerrières, des scèenes de la vie quotidienne et des mythes religieux. Temps libre dans le village pour une balade.
Retour à l'hôtel pour **une démonstration de cuisine indienne et une initiation à celle-ci**, autour de deux mets : le chapati et le dal tadka.
Dîner et nuit à l'hôtel The Grand Haveli Nawalgarh, Heritage (options A et B).

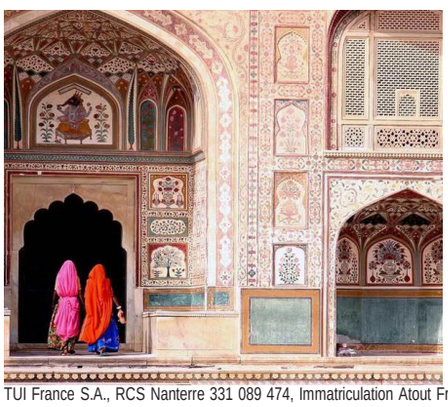


Jour 4 : Nawalgarh – Fatehpur – Bikaner (200 km / environ)

Visite de **Fatehpur, village typique du Rajasthan**. Puis départ à travers le désert du Thar pour **Bikaner**, ancienne capitale princière du 15e siècle, fondée par le chef rajpoute Rao Bikaji. Déjeuner.
L'après-midi, départ pour la **visite du fort Junagarh**, forteresse du 15e siècle construite comme un véritable nid d'aigle. Puis, **balade en rickshaw** dans la vieille ville.
Dîner. Nuit à l'hôtel Raj Haveli Heritage 3* (option A) ou Maharaja Ganga Mahal 4* (option B).

Jour 5 : Bikaner – Pushkar (260 km / environ)

Le matin, vous prenez la direction de Pushkar, ville sainte hindouiste, également célèbre pour ses foires aux chameaux. En route, vous visiterez **le temple des Rats, "Karni Mata"**, important lieu de prières hindou.
Arrivée à **Pushkar** et visite de la cité avec le temple de Brahma, le seul de l'Inde dédié à Brahma, puis promenade sur les bords du lac sacré. Dégustation d'un "Chai", terme hindi désignant le thé.
Déjeuner et dîner inclus.
Nuit à l'hôtel Master Paradise 3* (option A) ou Aaram Bagh 4* (option B).

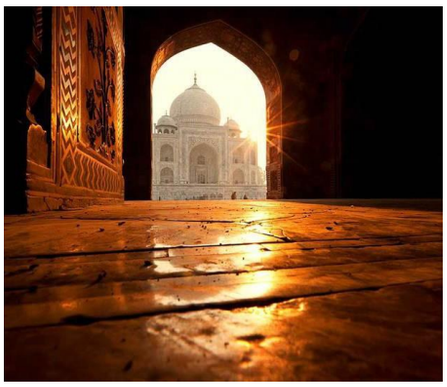


Jour 6 : Pushkar – Jaipur (130 km / environ)

Route vers la capitale du Rajasthan, Jaipur, appelée "la ville rose" en raison de la couleur des bâtiments de la vieille ville. Ceux-ci sont en effet construits en sable rouge, une teinte à la fois chaleureuse et hospitalière. À l'arrivée, **visite de Jaipur** : le City Palace, le palais du Maharajah, dont une partie est encore habitée par les descendants du rajah local, puis découverte des cénotaphes de Gaitor. C'est ici que sont disposées les vieilles tombes de la royauté du Rajasthan.
Déjeuner et dîner inclus.
Installation pour 2 nuits à l'hôtel Park Ocean 3* (option A) ou Jaipur Central 4* (option B).
Le soir, en option : séance de cinéma Bollywood.

Jour 7 : Jaipur (12 km / environ)

Matinée et déjeuner libres : une **excursion optionnelle**, incluant les visites du fort d'Amber, de l'observatoire astronomique Jantar Mantar et un déjeuner, vous sera proposée (à réserver et à régler sur place).
L'après-midi, arrêt devant le superbe **Hawa Mahal**, "palais des Vents", qui permettait aux femmes de la famille royale de contempler le spectacle de la rue sans être aperçues.
Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 8 : Jaipur – Fort Rouge – Taj Mahal – Agra (250 km / environ)

Le matin, départ pour **Agra**, qui fut le siège de différents empereurs moghols. À Agra, **visite du superbe Fort rouge** puis **découverte du Taj Mahal**, tous deux classés au patrimoine mondial de l'UNESCO. Considéré comme la 8e merveille du monde, le Taj Mahal a été édifié par l'empereur moghol Shâh Jahân par amour pour son épouse défunte. La vue de ce majestueux édifice, fait de marbre blanc incrusté de pierres semi-précieuses, est un spectacle inoubliable.
Déjeuner et dîner inclus.
Nuit à l'hôtel Marine House 3* (option A) ou à l'hôtel The Retreat 4* (option B).

Jour 9 : Agra – Delhi – Paris (200 km / environ)

Route pour Delhi.
Déjeuner libre.
Dîner dans un hôtel proche de l'aéroport (quelques chambres seront laissées à disposition avant le dîner). Transfert à l'aéroport et envol vers la France.

Jour 10 : Arrivée en France

À noter : *Pour la visite des temples, il est obligatoire de retirer vos chaussures à l'entrée. Elles seront alors confiées à un gardien, à qui il convient de donner un pourboire à la sortie. L'intérieur de certains temples est inaccessible aux non-hindous lors de certaines fêtes ou à l'occasion de jours fériés et de jours de congés locaux. Maximum 1 enfant de 10 à - 12 ans dans la chambre double de 2 adultes. Pour l'extension au Népal, il est impératif de nous transmettre dès la réservation une copie de votre passeport ou, à défaut, les informations y figurant : nom, prénom(s), date de naissance, n° de passeport, lieu et date de délivrance, date d'expiration.*

EXTENSION(S) OPTIONNELLE(S)

Extension au Népal

30EI

Jour 9 : Agra – Delhi

Transfert à Delhi.
Déjeuner et dîner inclus.
Nuit à l'hôtel Clarks Inn Gurgaon 3* (option A) ou Hotel Quality inn Gurgaon 4* (option B).

Jour 10 : Delhi – Kathmandu

Temps libre jusqu'au transfert et envol pour Kathmandu.
À l'arrivée, accueil et transfert vers votre hôtel pour 3 nuits : hôtel Lords Eco inn 3* (option A) ou Akama hotel 4* (option B).
Déjeuner libre.
Temps libre pour découvrir Kathmandu à votre gré jusqu'au dîner, avec dégustation du "kalo dal".
Vous assisterez à un spectacle de danses népalaises, avant une première nuit à l'hôtel.

Jour 11 : Kathmandu – Bhaktapur – Kathmandu

Le matin, **excursion à Changu Narayan**. Ce temple hindou, construit dans le style d'une pagode, est dédié à Vishnu dans son incarnation de Narayana. C'est l'un des plus vieux temples du Népal, construit au début du 3e siècle après J.-C.
Poursuite de l'itinéraire vers **Bhaktapur, véritable ville-musée**, et retour à Kathmandu.
Déjeuner et dîner inclus.
Nuit à l'hôtel.

Jour 12 : Kathmandu – Patan – Kathmandu

Visite de Kathmandu : la Place royale et la maison de la "Kumari", "déesse vivante". **Excursion à Swayambunath**, appelé "temple des Singes" en raison des nombreux primates qui s'y pressent pour manger les offrandes, et où se côtoient les religions hindoue et bouddhiste du Tibet.
Visite de Bungamati, un village newari typique fondé au 7e siècle, et découverte des sculpteurs sur bois.
Puis **visite de Patan**. L'ancienne capitale, plus vieille ville de la vallée, est célèbre pour ses nombreux artisans.
Déjeuner et dîner inclus.
Nuit à l'hôtel.

Jour 13 : Kathmandu – France

Visite de Pashupatinath, l'un des temples les plus sacrés dédiés au seigneur Shiva. Découvrez le célèbre stupa de Bodnath, l'un des plus grands au monde, situé au milieu d'une nature verdoyante au bord de la rivière sacrée Bagmati.
Déjeuner en cours de visite, dîner libre.
Transfert à l'aéroport de Kathmandu et vol de retour via Delhi (Inde).
Nuit à bord.

Jour 14 : arrivée en France

Inde

FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

• **Passeport en cours de validité** valable 6 mois après la date d'entrée en Inde.
• **Visa obligatoire** sous forme d'e-visa : https://indianvisaonline.gov.in/evisa/tvoa.html (avec règlement des frais en ligne). L'autorisation reçue à l'issue de cette démarche devra être présentée à l'aéroport d'arrivée pour obtenir l'apposition d'un visa dans son passeport.
Cet e-visa concerne 24 aéroports (dont Bangalore, Bombay, Calcutta, Chennai, Delhi, Goa, Hyderabad, Kochi et Trivandrum) et 3 ports (Cochin, Goa et Mangalore).
Attention : Tous les noms et prénoms figurant sur le passeport doivent apparaître sur le e-visa (tout comme le nom d'épouse ou le nom d'usage s'il y a lieu).
• Il est vivement recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (chirurgie, hospitalisation, etc.) et de rapatriement sanitaire, au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.
• Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

• Les **mineurs** voyageant seuls, ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent présenter une autorisation de sortie de territoire.

• Concernant le circuit "Népal Bengale Occidental, Sikkim et Royaume du Bhoutan" (réf. NPLCT007)
Pour le visa indien : merci de noter que la ville d'entrée en Inde est Sonauli, et la ville de sortie Jaigaon. Attention à ne pas faire de visa indien électronique car il sera refusé sur place.
N'oubliez pas non plus de partir avec l'adresse de votre premier hôtel : cette information vous sera demandée lors du contrôle des services de l'immigration à votre arrivée en Inde. Le visa indien est obligatoire mais l'e-visa n'est pas accepté.
Pour le Sikkim, merci d'apporter au moins 4 photos au format passeport, ainsi qu'une copie de votre passeport et un visa indien.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :
• Traitement anti paludéen (classification groupe 2 à 3), selon les régions.
• Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
• Anti-moustique recommandé.

FORMALITÉS COVID

Depuis le 22 novembre 2022, les autorités indiennes ont levées toutes les formalités d'entrées relatives au COVID-19.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

Climat

Très varié du fait de la taille et de la géographie du pays, le climat indien est sujet à de grandes variations. L'Inde connaît 3 saisons distinctes : une saison chaude, une plus humide et une plus froide.
En général, la période la plus fraîche dure de la fin novembre à début mars, avec des matins et des soirées pouvant être très frais et des journées ensoleillées. Entre mars et juin, la chaleur domine et le temps est très sec. Les températures peuvent alors dépasser 45 °C dans le centre du pays.
Fin mai, la mousson débute avec de violentes averses, des orages et des tempêtes, remontant peu à peu du sud vers le nord puis s'étendant à tout le territoire pour se terminer en octobre, sauf sur la côte sud-est où la mousson est plus virulente entre octobre et décembre. Les températures baissent sensiblement au nord entre octobre et janvier, alors qu'elles restent constamment douces au sud.
Le meilleur moment pour se rendre en Inde dépendra donc des régions choisies, même si la période allant de novembre à février est la plus propice pour visiter la plupart d'entre elles.
En Inde centrale, avec l'état du Madhya Pradesh, la saison la plus agréable est celle qui court de novembre à février, malgré des nuits, voire des matinées, très fraîches.

Gastronomie

La cuisine indienne est préparée à base de riz, de nouilles de riz et de curry. Les principaux ingrédients du repas sont d'ailleurs le riz et le curry. La plupart des repas sont pris dans des restaurants. Nous vous conseillons de privilégier les plats sautés, grillés ou en ragoût, cuits à de hautes températures ou longtemps : curry, pilaf, tandoori, dosa, vada, pains chappati ou naan.
Demandez conseil à votre accompagnateur sur le choix des plats épicés et des laitages.
Le petit déjeuner se compose généralement de toasts, de beurre, de confiture, d'œufs préparés à votre goût, de thé, de café et de lait (liste donnée à titre indicatif). Le déjeuner se déroule généralement au restaurant ou, selon l'endroit, en cours de route. Attention : le service est généralement très lent. Le dîner à l'hôtel est le plus souvent pris à l'heure fixée en accord avec le personnel de service et le guide. Les plats les plus courants sont le curry (sorte de ragoût de viande, de poisson ou de légumes avec une sauce épicée de diverses manières), les plats de légumes diversement accommodés, le daal (soupe de lentilles de plusieurs sortes), différents plats à base de riz pilaf (au poulet, au mouton, etc.), le yaourt et les galettes de pain chaudes.
Dans certaines régions de l'Inde, la cuisine est végétarienne et aucune viande ne vous sera proposée.
Durant votre voyage, ne buvez que de l'eau bouillie, du thé ou des boissons "capsulées" telles que la bière ou l'eau minérale. Enfin, notez qu'on ne boit pas vraiment d'alcool en public en Inde.

Monnaie et budget

La monnaie locale est la roupie indienne (INR), qui se divise en 100 paisa.
On peut changer les euros, généralement sans commission, dans les bureaux de change.
Attention : il faudra vous armer de patience pour changer vos devises dans les banques, où l'opération demande souvent du temps. Préférez donc les bureaux de change, où vos démarches seront plus rapides.
Pensez à garder sur vous des roupies en petites coupures pour les dépenses courantes.
L'exportation ou l'importation de roupies indiennes est interdite. Conservez les bordereaux de change : ils sont indispensables pour reconvertir les roupies en devises étrangères.
Pour connaître le taux de change actuel, vous pouvez consulter le site : www.xe.com.

En Inde, les guides et chauffeurs sont rémunérés en partie grâce aux pourboires offerts par les touristes (prévoir environ 7 € par jour et par personne). Ils sont un droit acquis et les Indiens issus des classes aisées sont même habitués à en donner systématiquement. Par conséquent, la moindre personne qui vous rend service attendra un pourboire de votre part. C'est la raison pour laquelle le guide constitue en plus, sans aucune obligation, une cagnotte pour les petits frais divers : garde-chaussures, robes pour les femmes lors de la visite des mosquées, conducteurs de rickshaws, charmeurs de serpent, chauffeurs de 4 x 4, démonstration de turban, porteurs de valises dans les hôtels, personnel à l'accueil des toilettes, etc. Des droits photos ou vidéos peuvent en outre vous être demandés sur certains sites.
À savoir, enfin : il est obligatoire d'enlever les chaussures pour pénétrer à l'intérieur des temples. Le temps de votre visite, celles-ci sont confiées à un gardien à qui vous laisserez un pourboire en partant.

Savoir-vivre et coutumes

En Inde, la religion qui prédomine est l'hindouisme. Ses temples multicolores, où l'on vient rendre hommage à de multiples divinités dont les deux plus importantes sont Shiva et Vishnou, se dressent un peu partout à travers le pays. Selon la vénération dont certains temples font l'objet, les non-hindous peuvent n'être autorisés à pénétrer que dans les cours intérieures et dans certaines chapelles, mais pratiquement jamais au cœur du sanctuaire. Il arrive même parfois que la totalité du temple soit interdit d'accès. Il convient donc de faire attention et de se renseigner avant de pénétrer dans tout édifice religieux. La seconde religion la plus importante de l'Inde est l'Islam, dont les monuments – comme le fameux Taj-Mahal – se concentrent essentiellement dans le nord du pays du fait de l'invasion de ces régions par des souverains afghans et perses autrefois. L'Islam est en revanche beaucoup moins présent dans le sud de l'Inde.
Les mosquées peuvent généralement être visitées, sauf indication spéciale à l'entrée.
Souvent, vous apercevrez aussi des temples de la religion Jaïn qui s'apparente un peu au bouddhisme et qui est aussi ancienne que lui. Les

adeptes de cette religion ne doivent causer la mort d'aucun être vivant et se couvrent même la bouche pour ne pas avaler d'insecte par mégarde. Leurs temples sont généralement spectaculaires mais, là également, certains secteurs peuvent être interdits aux étrangers.
Les Sikhs, qui se rencontrent dans l'ouest et le nord du pays, sont les adeptes de l'ancienne religion des Perses qui adoraient Zarathoustra. Ils forment une caste à part, très fermée.
Bien que très minoritaire, le christianisme est aussi présent en Inde dans de nombreuses villes, où l'on peut voir des églises fréquentées le dimanche. La région de Goa est la plus riche en églises.
Dans les temples hindous ou jaïns, de même que dans les mosquées, vous devrez toujours vous déchausser, parfois même avant de rentrer dans les cours. Prévoyez donc des chaussures faciles à retirer.
Par mesure d'hygiène et si vous ne voulez pas marcher pieds nus, on vous autorisera la plupart du temps à garder vos chaussettes. Le port des chaussettes peut aussi être utile pour vous protéger des dalles brûlantes exposées en plein soleil.

Souvenirs et artisanat
L'Inde, où chaque ville possède sa spécialité, est une vraie caverne d'Ali-Baba proposant un grand choix de produits artisanaux. Vous pourrez notamment rapporter des miniatures, des bijoux en argent, des textiles de toutes sortes et des cotonnades, en particulier à Jaipur, ainsi que des sculptures de bois, des figurines en papier mâché, des articles en cuir ou encore des patchworks. Vous trouverez également des épices à profusion.

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

Transports
Étant donnée la taille du pays, la qualité des routes est très inégale d'une région à l'autre. Les distances sont importantes et les autoroutes n'existent pas dans toutes les régions. Les routes nationales, quant à elles, sont souvent étroites. Notez également que les routes indiennes comportent encore de nombreux dos d'âne et que leur état, ou les travaux dont elles font l'objet, peuvent rendre la circulation difficile et rallonger les temps de trajet. De plus, la circulation est souvent difficile, que ce soit dans les grandes villes, particulièrement aux heures de pointe, mais aussi hors des grandes villes. La vitesse de 50km/h est rarement dépassée. Le chauffeur doit respecter les lois de son pays (vitesse, arrêts réglementaires), ce qui peut expliquer certains choix d'étapes. Des réveils matinaux seront parfois nécessaires. En période de mousson, les routes et les ponts sont parfois coupés, obligeant à faire des détours. Attention, enfin : merci de noter qu'en Inde, les autocars n'offrent pas toujours les critères internationaux de confort, notamment en matière de suspensions ou de climatisation.

Hébergement
En Inde, où les hébergements sont souvent simples, les infrastructures indiennes ne correspondent que rarement aux normes internationales. De plus, pour une même classification, le niveau de confort peut être très variable d'une étape à l'autre.
Il vous faudra parfois patienter 10 minutes pour obtenir une eau à température agréable.
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, voire un matelas sur le sol.

Électricité
En Inde, le courant est en 220 volts mais il existe différents types de prises. Prévoyez donc d'apporter un adaptateur universel. Notez également que les coupures d'alimentation électrique sont fréquentes.
Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV permettra de protéger efficacement votre objectif. Sur certains sites, un droit de photo ou de caméra vous sera demandé.
Les photos peuvent aussi être interdites à certains endroits : merci de respecter scrupuleusement les consignes à ce sujet afin d'éviter tout désagrément.

Préparer sa valise
Une majorité de compagnies aériennes n'acceptent en général qu'un seul bagage de 20 kg maximum par personne. Merci de vérifier sur votre billet électronique (e-ticket) la franchise bagage autorisée.

Vêtements
Prévoyez des vêtements clairs et légers, idéalement en coton, ainsi qu'une petite veste, une petite laine et un vêtement de pluie (en période de mousson). Les soirées dans les régions en altitude peuvent être fraîches, aussi pensez à emporter un pull ou d'autres vêtements chauds si vous visitez ces régions. Les vêtements confortables en fibres naturelles, comme le coton, sont les plus appropriés. Une tenue vestimentaire décontractée est recommandée dans les tropiques, mais il est préférable de couvrir bas et jambes le soir afin d'éviter toute piqûre d'insectes. Un imperméable léger et un parapluie pourront aussi vous être utiles pendant la saison des pluies. Le parapluie peut également servir d'ombrelle pour se protéger du soleil.
Pour les visites des sites sacrés, les visiteurs doivent porter une tenue "décente" et proscrire le short, la jupe courte ou tout autre vêtement inadapté.
De même, une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics.

Chaussures
Emportez de préférence une paire de baskets confortables et une paire de chaussures de marche faciles à retirer, notamment pour l'entrée dans les temples. Les chaussures et chaussettes doivent en effet être enlevées avant d'entrer dans tout édifice religieux ou maison privée. Privilégiez donc les chaussures ayant peu de lacets et qui se retirent aisément. Dans certains sites sacrés, vous devrez marcher pieds nus,

sans chaussettes ni bas. Prévoyez par conséquent des lingettes nettoyantes.

Matériel

- Lunettes de soleil
- Crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier)
- Casquette, chapeau ou foulard
- Affaires de toilette personnelles
- Petite pharmacie (indispensable) comprenant : des médicaments pour les troubles intestinaux causés par le changement de nourriture, vos médicaments habituels accompagnés de l'ordonnance, des pansements, un collyre, du désinfectant (ne laissez pas une plaie s'infecter, surtout en période de mousson).

Préparation du voyage

L'Inde est à la fois un pays attirant et une destination étonnante, où le mode de vie, la culture et les croyances sont très diffférents. Une préparation personnelle, avant votre départ, vous permettra de profiter pleinement de votre voyage. Lectures, films et reportages vous aideront notamment à découvrir ce pays tout en contrastes.

Népal

FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

• **Passeport en cours de validité** et valable 6 mois après la date de retour, avec une page vierge (autre que la dernière page).

• **Visa obligatoire**. Des visas touristiques à entrées multiples peuvent être obtenus à l'ambassade du Népal à Paris, à l'arrivée à l'aéroport de Katmandou ainsi qu'aux bureaux d'immigration situés aux frontières terrestres (vous devrez vous munir de deux photographies d'identité). Il est vivement recommandé d'obtenir son visa avant le départ, en particulier pour les voyages de groupe durant la haute saison touristique. Si vous choisissez de faire votre visa à l'arrivée au Népal, vous gagnerez du temps en faisant votre demande en ligne sur le site : https://nepaliport.immigration.gov.np/onlinevisa-mission/application. Vous devrez générer un code-barres et vous procurer un imprimé avant de vous présenter au comptoir de frais de paiement des visas. Ce document n'étant valable que deux semaines, la demande en ligne doit être effectuée au plus tôt 14 jours avant le départ. Il devra être présenté à l'arrivée, avec votre passeport et une copie de celui-ci, au comptoir d'établissement des visas. Toute personne ayant déjà voyagé au Népal devra aussi fournir une copie de son ancien visa népalais. Le paiement s'effectue sur place lors de la délivrance du visa. Le prix varie selon la durée du séjour (tarif indicatif pour un séjour de 30 jours à plusieurs entrées : 50 $US). Le visa est gratuit pour les enfants de moins de 10 ans.

• Il est vivement recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (chirurgie, hospitalisation, etc.) et de rapatriement sanitaire, au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.

• Les **mineurs** voyageant seuls, ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent présenter une autorisation de sortie de territoire.

• Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

• Traitement anti paludéen, notamment dans la région du Teraï (classification groupe 2).

• Méningite bactérienne A+C+Y+W135.

• Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).

• Anti-moustique recommandé.

FORMALITÉS COVID

Toutes les restrictions de voyage liées au Covid-19 ont été levées. Par conséquent, vous n'avez plus à présenter de certificat de vaccination ou de test de dépistage négatif à votre arrivée.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

Climat

Le climat du Népal permet des séjours en toute saison. Selon la région, la météo et les températures varient. Ainsi, les vallées du centre du Népal jouissent d'un climat plutôt tempéré, tandis qu'en haute altitude, dans l'Himalaya, le climat devient polaire et qu'au sud, dans la région du Teraï, il est de type subtropical.

Bien que l'on puisse découvrir le pays toute l'année, les meilleurs mois pour le faire sont ceux d'octobre et novembre, lorsque le ciel est particulièrement bien dégagé et que les températures sont encore clémentes. De plus, comme la saison des pluies vient d'avoir lieu, les paysages sont verdoyants.

Au nord, les étés sont frais et les hivers sévères alors que dans le sud, les étés sont tropicaux et les hivers sont doux.

Le Népal connaît cinq saisons : le printemps, l'été, la mousson, l'automne et l'hiver.

Dans le Teraï, au sud du pays, les températures estivales dépassent les 37 °C (mais elles peuvent être encore plus élevées dans certaines régions). Les températures hivernales sont quant à elles comprises entre 7 °C et 23 °C.

Dans les régions montagneuses, les collines et les vallées, les étés sont tempérés tandis que les températures hivernales peuvent descendre en dessous de zéro. La vallée de Kathmandu jouit d'un climat agréable avec des températures moyennes comprises entre 19 °C et 35 °C l'été, et entre 2 °C et 12 °C l'hiver.

Les pluies surviennent principalement pendant la mousson : 80 % des précipitations annuelles sont ainsi enregistrées entre les mois de juin et septembre.

Le ciel le plus clair s'observe après cette saison de la mousson, en octobre et novembre.

Enfin, notez que le printemps est le meilleur moment pour découvrir les rhododendrons en fleurs.

Gastronomie

La plupart de vos repas seront pris dans des restaurants. Attention : la cuisine népalaise a tendance à être un peu épicée !

Au Népal, Le menu de base se compose généralement d'un plat de riz blanc (bhat) et de lentilles (dal) dans leur jus. Il est régulièrement accompagné d'un curry de légumes (tarkari) et d'un mélange d'ingrédients épicés (achards). C'est le fameux dal bhat, plat national dont se nourrissent les Népalais matin et soir. Le plus souvent végétarien, il peut néanmoins être servi avec du poulet ou une autre viande.

Parmi les autres spécialités népalaises, vous aurez sûrement l'occasion de déguster les momos, des raviolis à la viande ou aux légumes servis frits ou cuits à la vapeur, ou le thukpa, une soupe à base de pâtes, parfois accompagnées de boulettes de viande, ou de nouilles tibétaines aux légumes et œufs.

En dehors des grands hôtels, les crudités, les glaces, les glaçons ou la glace pilée et les jus de fruits frais sont à bannir.

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

Enfin, ne buvez que de l'eau bouillie, du thé ou bien des boissons "capsulées" telles que la bière et l'eau minérale.

Monnaie et budget

La monnaie du Népal est la roupie népalaise (NPR). Les cartes bancaires courantes (Visa et Mastercard) sont acceptées dans les hôtels et les restaurants touristiques.

Vous pourrez changer vos devises à l'aéroport, en privilégiant les petites coupures. On trouve également des bureaux de change et des banques dans tous les endroits touristiques, à commencer par Katmandu et Pokhara. Attention : les banques sont toujours fermées le samedi (jour de repos hebdomadaire), et souvent le dimanche.

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

Les guides et chauffeurs sont en partie rémunérés grâce aux pourboires offerts par les touristes : prévoyez environ 7 € par jour et par personne. Les pourboires, employés en signe de remerciement, font partie des usages quotidiens. C'est la raison pour laquelle, sans aucune obligation et avec l'assentiment du groupe, le guide constitue une cagnotte pour les divers frais du voyage : garde-chaussures, porteurs de valises dans les hôtels, personnel à l'accueil des toilettes, etc.

À savoir : vous devrez obligatoirement retirer vos chaussures pour pénétrer à l'intérieur des temples. Le temps de la visite, elles sont confiées à un gardien à qui vous laisserez un pourboire en quittant les lieux.

Savoir-vivre et coutumes

Les dieux occupent une place fondamentale dans la vie des Népalais. La religion principale est l'hindouisme (80 % de la population), mais le pays compte aussi 10 % de bouddhistes et 4 % de musulmans.

Il vous faudra vous déchausser avant d'entrer dans les monuments religieux et les maisons, en prenant soin de placer vos semelles sur la terre. Il convient également de tourner autour des stûpas dans le sens des aiguilles d'une montre. Les voyageurs qui souhaitent respecter la coutume locale pourront en outre manger le plat national (dal bhat) avec la main, en utilisant la droite.

L'intérieur de certains temples n'est pas accessible aux non-hindous et lors de certaines fêtes, jours fériés et jours de congé locaux.

Souvenirs et artisanat

Parmi, les souvenirs à rapporter du Népal, les Thangkas (peintures d'inspiration tibétaine) sont très recherchés. Vous en trouverez dans les principales villes à Kahtmandu, Patan et Bhaktapur. Vous pourrez également acheter des couteaux Khukuris (couteaux népalais traditionnels incurvés), des pulls, du thé ainsi que des objets en papier mâché.

Langue
La langue officielle du Népal est le népali. Il s'agit d'une langue d'origine indo-européenne, assez proche de l'hindi, la langue indienne. Il existe toutefois deux autres langues parlées qui bénéficient d'une grande tradition écrite et littéraire : le newari et le tibétain. L'anglais, seconde langue officielle du pays, est pratiqué par tous les Népalais en contact avec les touristes.

Transports
Si le réseau routier népalais est en constante amélioration, l'état des routes reste globalement moyen et inégal (manque d'entretien, dégâts occasionnés par la guerre, etc.). De plus, les routes locales sont souvent encombrées : riz qui sèche, poules et autres animaux domestiques qui traversent, bicyclettes et piétons qui circulent parmi les véhicules motorisés... Certaines distances sont importantes et la vitesse est limitée pour les véhicules transportant des passagers. Plusieurs transferts peuvent par conséquent vous sembler longs et fatigants, mais le spectacle sur la route contribuera à rendre ces trajets moins fastidieux.
Les accès aux sites visités et aux transports fluviaux ou terrestres peuvent parfois être difficiles. Nous recommandons aux participants de faire preuve de la plus grande prudence, même en l'absence de signalisation spécifique.

Hébergement
Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires à ceux mentionnés au programme. 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, voire un matelas sur le sol.
L'offre d'hébergements étant restreinte sur certaines étapes, vous devrez quelquefois accepter le confort rudimentaire des infrastructures locales.
Enfin, si vous partez au Népal durant la saison hivernale, prévoyez un vêtement de nuit pour les nuits fraîches (le chauffage étant plus faible dans le pays).

Électricité
Au Népal, le courant est en 220 volts. Il existe en revanche différentes types de prises, aussi devrez-vous apporter un adaptateur universel. Notez également que les coupures d'alimentation électrique sont fréquentes.
Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV vous permettra de protéger efficacement votre objectif.
Sur certains sites, il pourra vous être demandé un droit de photo ou de caméra.
Dans d'autres, les photos sont strictement interdites : merci de respecter scrupuleusement les consignes à ce sujet afin d'éviter tout désagrément.

Préparer sa valise
La plupart des compagnies aériennes n'autorisent qu'un seul bagage en soute, n'excédant pas 20 kg, par personne. Merci de vérifier sur votre billet électronique (e-ticket), la franchise bagage autorisée.

Côté vêtements
Sur ce circuit, vous traverserez des zones climatiques assez variées. Par conséquent, prévoyez une laine polaire ou un pull, un vêtement de pluie, des blousons, des shorts, des pantalons et des chemises. Un petit sac à dos vous permettra d'emporter l'essentiel durant les marches. Il est vivement conseillé d'emmener une lampe de poche ou une lampe frontale.
Pour la partie du circuit qui se déroule dans le Chitwan, pensez à prendre des vêtements à manches longues – mais légers en raison du climat tropical – de couleurs kaki, marron ou vert. Si le beige foncé peut convenir, évitez absolument le blanc, le beige clair et le noir, afin de rendre votre présence plus discrète lors des safaris.
Pour la visite des temples, il est recommandé de porter des vêtements qui couvrent les genoux et les épaules.

À emporter :

- une polaire
- des chemises légères à manches longues et respirantes
- des tee-shirts techniques respirants
- un pantalon transformable en short
- une tenue de rechange, confortable, pour l'étape
- un short déperlant et respirant
- un maillot de bain
- des chaussettes en coton ou respirantes
- une casquette
- une petite serviette qui sèche rapidement

Pour les visites des sites sacrés, les visiteurs doivent porter une tenue "décente" et proscrire les shorts, jupes courtes et autres vêtements inadaptés.
Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics.
Enfin, en cas d'invitation dans un campement ou une maison, les femmes privilégieront le port d'une jupe longue, de style portefeuille ou pagne, tandis que les hommes porteront un pantalon plutôt qu'un short.

Côté chaussures
Emportez une paire de baskets confortables et une paire de chaussures de marche.
Les chaussures (et chaussettes) devant être retirées à l'entrée des édifices religieux et des maisons privées, optez de préférence pour des chaussures sans lacets ou qui se retirent facilement.
Notez également que, dans certains sites sacrés, vous devrez marcher pieds nus, sans chaussettes ni bas. Prévoyez alors des lingettes nettoyantes, car le sol peut être sale.

Matériel
- Lunettes de soleil.
- Crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier).
- Casquette ou chapeau, et foulard.
- Petite pharmacie personnelle (indispensable) comprenant : des médicaments pour les troubles intestinaux causés par le changement de nourriture, vos médicaments personnels (n'oubliez pas votre ordonnance !), des pansements, un désinfectant (ne laissez pas une plaie s'infecter, surtout en période de mousson), du collyre...
- Serviette de bain et affaires de toilettes personnelles.
- Paire de jumelles pour la découverte du parc de Chitwan.

Visites
Les animaux du Parc National de Chitwan et du Parc National de Bardia vivant en liberté, nous ne pouvons garantir l'observation des différentes espèces. Merci de noter également qu'au parc de Chitwan, le safari en 4 x 4 peut être remplacé en raison des conditions météorologiques ou pour des raisons d'organisation.