



## Ouzbékistan

# Sur la route de la soie

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 les départs du 10/04/2026 au 02/10/2026 inclus**

**Nombre de participants : Minimum : 6 / Maximum : 16**

Rythme : 4/5 Traditions : 5/5 Histoire & culture : 5/5

**SIGNATURE NOUVELLES FRONTIÈRES**

**KAZAKHSTAN**

**OUZBÉKISTAN**

→ OURGENTCH

Khiva

Camp de yourtes

Nourata

Boukhara

Samarcande

→ TACHKENT

**TADJIKISTAN**

**TURKMÉNISTAN**

**AFGHANISTAN**

Votre itinéraire

★ Site culturel

● Unesco

Suivez l'ancienne route de la Soie qui vit l'émergence de cités légendaires contées par Marco Polo. À Samarcande, Khiva et Boukhara, les anciens caravansérails font revivre les empires d'Alexandre le Grand, de Gengis Khan et Tamerlan. Rencontrez les Ouzbeks dans ces grandes villes et dans les campagnes, et découvrez la vie nomade au sein d'un camp de yourtes.

### Les **INCONTOURNABLES** Nouvelles Frontières

- Show de costumes historiques.
- Nuit sous une yourte.
- Nuit et repas dans une famille ouzbèke.
- Concert de musique et de danses khorezmiennes Lyazgui.
- Cours de cuisine d'une spécialité nationale.
- Cours de peinture à l'aquarelle sur du papier en soie.



## Jour 1 : France – Ourgentch

Envol à destination d'Ourgentch. Nuit à bord.



## Jour 2 : Ourgentch – Khiva (30 km / environ 45 min)

Arrivée à Ourgentch très tôt le matin. Accueil et transfert et installation à l'hôtel à Khiva, petit déjeuner, repos.

A partir de midi, déjeuner et début des visites : Kounya-Ark, le palais fortifié du 17<sup>e</sup> siècle; Kournych-khana (1825); médersa Mouhammed Rakhim Khan (1871), médersa Islam-Khodja (1908-1912) avec son minaret de 44,5 m de hauteur et 9,5 m de diamètre, le plus haut minaret de Khiva. Nous visitons la mosquée Djouma, de vendredi, la principale mosquée de Khiva, le palais Tach Khaouli, datant du 19<sup>e</sup> siècle et la résidence des khans de Khiva. Derrière la mosquée Djouma s'élève le monument le plus célèbre de Khiva: le mausolée de Pakhlavan-Makhmoud du 19<sup>e</sup> siècle.

En fin d'après-midi, vous assisterez à un concert de musique et de danses khorezmiennes Lyazgui.

Au dîner, aide à la préparation et dégustation du "tukhum barak", une galette aux œufs, chez l'habitant. Nuit à l'hôtel.



## Jour 3 : Khiva – Boukhara (450 km / environ 5h30)

Suite des visites à Khiva : devant la médersa du khan Moukhammed-Amin, la plus grande de Khiva, se dresse le curieux Kalta-Minor, le "minaret court" datant de 1855. Le mausolée de Sayid Alaouddine, érigé peu de temps après la mort du cheikh en 1303. Déjeuner dans un restaurant typique.

Temps libre pour découvertes personnelles avant le transfert à la gare de Khiva pour prendre le train local à destination de Boukhara. Dîner sous forme de panier-repas dans le train.

Arrivée à Kagan, ville où se trouve la gare de Boukhara. Transfert au centre de Boukhara (12km). Installation pour 3 nuits dans un hôtel 3\*.



## Jour 4 : Boukhara

Découverte de Boukhara avec la visite du "khanaka" Nadir Divanbegi, la médersa Koukeldache. La promenade se poursuit sous les coupes marchandes du 16<sup>e</sup> siècle à la rencontre des artisans : la Toki-zargaron des bijoutiers, la Toki-tilpakfuruchon des chapeliers, la Toki-sarrafon réservée aux changeurs. Cours chez un artisan miniaturiste où vous vous essayerez à la peinture à l'aquarelle sur papier en soie.

Au déjeuner, aide à la préparation du "navruz", une spécialité culinaire de Boukhara, et dégustation.

L'après-midi, visite du minaret de la Mort, la forteresse Ark, la résidence fortifiée des émirs de Boukhara, le mausolée de Tchachma Ayoub ou encore la source de Job, l'ensemble Bolo Khaouz (18<sup>e</sup>-20<sup>e</sup> siècles) et le mausolée d'Ismail Samani du 10<sup>e</sup> siècle, premier bâtiment de briques cuites. Ce dernier est un joyau de l'architecture d'Asie centrale.

Dîner dans un restaurant typique et nuit à l'hôtel.



## Jour 5 : Boukhara

Poursuite des visites pour admirer les quatre minarets de Tchour Minor et la résidence d'été des émirs de Boukhara, le Sitorai Mokhi Khossa. Visite de la maison-musée de l'ancien marchand de peaux d'astrakan Khodjaev, où les visiteurs pourront voir l'intérieur des maisons traditionnelles ouzbèkes du 19<sup>e</sup> siècle et les costumes portés à l'époque par des hommes et des femmes boukhariotes.

Déjeuner dans un restaurant de la ville.

Après-midi libre.

Dîner en ville et nuit à l'hôtel.



## Jour 6 : Boukhara – Nourata – Camp de yourtes

(250 km / environ 5h)

Route vers Gujoudouvan, avec une étape pour visiter l'atelier d'une dynastie d'artisans céramistes et vous essayer au coloriage selon des techniques ancestrales. Le voyage se poursuit vers Nourata, abritant les ruines d'une antique citadelle sogdienne appelée Nour, qui domine la plaine.

Déjeuner chez l'habitant.

Plusieurs visites se succèdent durant l'après-midi, en particulier celles de la mosquée et du fort d'Alexandre le Grand. Vous rejoindrez ensuite le camp de yourtes pour une approche de la vie nomade. Promenade à dos de chameaux et/ ou baignade dans le lac Aydarkoul, lac d'eau douce en plein milieu du désert (ces deux activités pourront être effectuées ce jour ou le lendemain).

Dîner au restaurant du camp suivi de chant locaux autour du feu (boisson locale incluse).

Nuit sous la yourte (hébergement collectif).



## Jour 7 : Camp de yourtes – Samarcande (250 km / environ 4h30)

Départ par la route pour Samarcande. Vous verrez notamment de nombreux chevaux, chèvres et moutons, en totale liberté tout au long de cette journée.

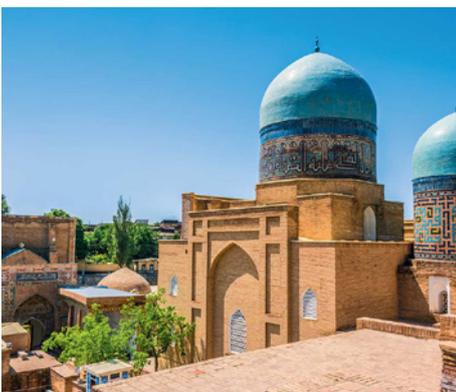
Avant d'arriver à Samarcande, arrêt au village de Koniguil pour une visite d'un atelier familial de papier fabriqué à base d'écorces de mûrier selon les anciennes technologies.

Sur place, une exposition avec les artisans et leurs productions. Possibilité de participer à des cours de fabrication d'articles traditionnels.

Déjeuner sur place.

Arrivée dans l'après-midi à Samarcande.

Installation pour 3 nuits dans un hôtel 3\*. Dîner à l'hôtel et nuit.



## Jour 8 : Samarcande

Visite de la capitale de l'Empire de Tamerlan : situé au cœur de la ville historique de Samarcande, le Reghistan est un ensemble architectural dont le nom signifie "place de sable", sans doute le plus beau d'Asie centrale, entouré de trois médersas : celle d'Ulugh Beg, petit-fils de Tamerlan ; celle de Chir Dor, aux incroyables mosaïques ; celle de Tilia Kari. Continuez à pied par la rue piétonne jusqu'à la mosquée de Bibi Khanoum, sur laquelle plane la légende de la princesse chinoise, l'épouse de Tamerlan. Poursuivez votre découverte avec le bazar de Samarcande réputé pour ses galettes, ainsi que pour ses fruits secs et frais.

Aide à la préparation d'un plat traditionnel ouzbek, le "plov", et déjeuner dans la cour de l'ancien caravansérail.

Puis découverte de la nécropole de Chakhi-Zinda, une vraie perle de l'architecture de Samarcande (14<sup>e</sup>-15<sup>e</sup> siècle), ensemble unique, où on trouve tous les procédés artistiques de décoration des édifices islamiques. En soirée, vous assisterez à un spectacle de costumes historiques au théâtre El Merosi.

Dîner dans un restaurant de la ville et nuit à l'hôtel.



## Jour 9 : Samarcande

La ville réserve encore bien des trésors à admirer, tels que le mausolée Gour Emir abritant les tombeaux de Tamerlan et de ses descendants, et l'observatoire d'Ulugh Beg, l'un des plus grands astronomes de son temps. Visite du musée Afrosiab abritant des peintures uniques du 7<sup>e</sup> siècle, d'une étonnante fraîcheur.

Déjeuner.

Après-midi libre.

Dîner en ville et nuit à l'hôtel.



## Jour 10 : Samarcande - Journée chez une famille ouzbèke.

Après le petit déjeuner, départ en petits groupes pour passer le dimanche au sein d'une famille ouzbèke. Accueil chaleureux des habitants et découverte des activités traditionnelles de vos hôtes. Vous passerez toute une journée en leur compagnie, à commencer par la visite du marché avec ses vendeurs de "non" (pain), d'épices, de fruits...

Vous ferez vos courses et aiderez à la préparation d'un plat traditionnel ouzbek pour déjeuner avec vos hôtes.

Une journée conçue pour vous permettre de profiter de l'hospitalité des Ouzbeks et de vous imprégner de leur mode de vie ! Le soir venu, vous vivrez encore un moment privilégié, partagé autour d'un thé et de pâtisseries locales, à savourer dans la cour intérieure de la maison de vos hôtes.

Dîner et nuit chez une famille ouzbèke (confort sommaire).



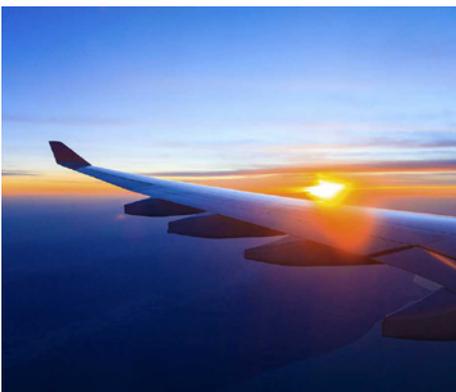
## Jour 11 : Samarcande – Tachkent (320 km / environ 5h)

Départ pour Tachkent.

Déjeuner.

Découverte de la capitale avec ses monuments de l'époque médiévale : la médresa Koukeldache (visite extérieure), le complexe Khast Imam, et visite du Musée des arts appliqués, ancien palais du diplomate Polovtsev transformé en musée en 1938. Promenade panoramique à travers la ville : la place de l'Indépendance, la place Amir Temour, la place du théâtre d'opéra et de ballet Alicher Navoi.

Dîner d'adieu dans un restaurant de la ville, puis nuit dans un hôtel 3\*.



## Jour 12 : Tachkent – France

Transfert à l'aéroport de Tachkent et vol de retour pour la France. Arrivée en France.

**À noter :** Chez l'habitant, la richesse des échanges vous fera vite oublier un confort sommaire.

# INFORMATIONS PARTICULIÈRES

## Pension

Ce circuit est en pension complète du petit déjeuner du jour 2 au petit déjeuner du jour 12 (selon les horaires des vols aller et retour). Ces différents repas seront autant d'occasions de découvrir la cuisine locale, notamment lors des repas chez l'habitant. La cuisine ouzbèke présente beaucoup de similitudes avec la cuisine turque ou ouïghoure : soupes ou brochettes, grillades... Attention : les viandes servies sont souvent très grasses. Le plat national est le plov, ou riz pilaf, agrémenté de toutes sortes de manières et d'ingrédients (là encore, les plats sont souvent très gras mais "super goûteux").

La plupart des repas sont pris dans des restaurants. Notez que certains d'entre eux ne servent pas d'alcool. Enfin, vous devez absolument prohiber l'eau du robinet, même pour le brossage des dents.

## Remarque

Bien que le rythme des visites ait été étudié au mieux pour allier découverte et confort, les aléas liés aux transports peuvent rendre certaines étapes très longues. Le nombre de kilomètres et le temps de trajet sont donnés à titre indicatif. En raison d'évènements spéciaux (conditions météorologiques, état des routes et autres situations imprévisibles), certaines étapes pourront se voir modifiées.

## Encadrement/ accompagnement

La personne qui vous accompagne partage avec vous son goût du voyage. Elle est votre interlocuteur privilégié et favorisera les diverses rencontres que vous ferez tout le long du voyage. Accompagnateur local francophone, il ou elle saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays. La personne vous accompagnant ne sera pas présente avec vous la journée dans une famille ouzbèke à Samarcande (jour 10)

## Port des bagages

Vos bagages (un par personne) seront acheminés à chaque étape dans les hôtels (les pourboires aux porteurs sont toujours appréciés). Vous ne porterez que votre sac à dos de la journée avec vos effets personnels (appareil photo, protection solaire, etc.). Seuls les hôtels proposent les services de porteurs. Au sein des communautés, chacun porte ses bagages.

## Niveau de difficulté

Ce circuit n'est ni un trek ni une randonnée. C'est un voyage d'exploration et de découverte proche de la nature et de ses habitants, avec de jolies balades à pied accessibles à toute personne aimant marcher et en bonne condition physique.

C'est un circuit culturel avec bon nombre de visites de sites archéologiques et de monuments coloniaux, rythmé par plusieurs rencontres avec les populations locales.

## Transport

Ce circuit est effectué à bord d'un bus ou d'un minibus climatisé selon le nombre de passagers.

Le réseau routier est en constante amélioration mais l'état des routes, sur l'ensemble du pays, reste très moyen et inégal, notamment en raison du manque d'entretien. Les routes sont souvent encombrées (riz qui sèche, traversée de poules ou d'autres animaux domestiques, bicyclettes, piétons, etc.). Certaines distances sont importantes et la vitesse est limitée pour les véhicules transportant des passagers : certains transferts par la route pourront par conséquent vous sembler assez longs et fatiguants, mais gardez à l'esprit que le spectacle est aussi sur la route ! Les accès aux sites visités et aux transports fluviaux ou terrestres peuvent parfois être difficiles. Nous recommandons aux participants d'être prudents, même en l'absence de signalisation spécifique.

# HEBERGEMENT

Les hôtels 3\* et 4\* (normes locales) sont sélectionnés pour leur qualité. 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. Sur certaines étapes, le groupe pourra être logé dans des hôtels différents (en raison de la petite capacité hôtelière locale).

Dans le campement des yourtes, composé de tentes en feutre kazakh, vous serez logés sur des lits. Le campement compte 8 cabines de toilettes (WC) – (4 pour femmes et 4 pour hommes) et 7 cabines de douche. La literie est fournie. Notez qu'il n'existe pas de yourte individuelle : chaque yourte abrite 4 à 5 lits.

Concernant les nuits chez l'habitant : le confort y est sommaire et vous logerez généralement dans une chambre commune à tout le groupe (pas de chambre individuelle), équipée d'un ventilateur. Vous aurez à disposition un matelas local, une couverture, un drap, un oreiller et une moustiquaire. Les sanitaires (douches et toilettes) sont communes. Nous vous conseillons d'emporter un drap de sac ainsi que votre nécessaire de toilette (serviette, savon, shampoing, etc.).

Note importante concernant le séjour chez l'habitant : la plupart des habitants parlent un peu anglais, voir un peu anglais/un peu français. Mais il est possible que vos familles ne parlent aucune langue étrangère et que la communication se fasse "avec les mains". Nous recommandons aux voyageurs d'apporter avec eux un dictionnaire français-russe et un album de photos de leurs proches pour alimenter la conversation et favoriser l'échange culturel.

Enfin, merci de prévoir un sac d'appoint permettant d'emmener les changes et affaires de toilette, ainsi que vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avion, etc.) pour les nuits chez l'habitant, le bagage principal restant dans le coffre du bus.

Voici les noms des hôtels prévus pour ce circuit. Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires de même catégorie (normes locales):

KHIVA : Medersa Orient Star 3\*

BOUKHARA : Hôtel Labi Rud ou Orient Star Varaxsha 3\*

Camp de yourtes (jour 6)

SAMARCANDE : Orient Star 3\* (jour 7 au jour 9)

SAMARCANDE : chez l'habitant (jour 10)

TACHKENT : Hôtel Milan 3\*

**La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage environ 15 jours avant le départ .**



NOUVELLES  
FRONTIÈRES



NOUVEAU

**Voyagez avec l'essentiel.**

Billets d'avion, carnet de voyage, itinéraire détaillé...

Retrouvez tout votre voyage sur l'appli **Nouvelles Frontières** 

Téléchargez  
l'appli





# Ouzbékistan

## FORMALITÉS & SANTÉ

**Décalage horaire : +3h en été**

**Temps de vol : 8h00 sans escale.**

**10h00 avec escale**

### FORMALITÉS ADMINISTRATIVES\*

• **Passeport valide 3 mois après la date de retour.**

• Pour un séjour inférieur à 30 jours, le visa n'est pas exigé.

• Pour tout séjour supérieur à 72 heures, il convient de se faire enregistrer auprès de l'OVIR (le Département des visas et de l'enregistrement). L'enregistrement est effectué soit par l'invitant (pour les visas privés et visas d'affaires), soit, lors d'un séjour dans un hôtel, par l'administration de l'établissement.

• Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.

• Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent présenter une autorisation de sortie de territoire signée par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale.

• 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 :**

• Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).

• Anti-moustique recommandé.

• **ATTENTION :** vous devrez déclarer en douane les médicaments avec lesquels vous voyagez et présenter l'original de leur ordonnance.

\*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

## Le climat

Le climat en Ouzbékistan est très nettement continental : les hivers y sont très froids et les étés très chauds. Les meilleures périodes pour découvrir le pays sont donc les mois d'avril-mai ou de septembre-octobre, lorsque les températures sont encore clémentes.

Juillet est le mois le plus chaud de l'année, avec des températures dépassant facilement les 30 °C. Janvier et février sont les mois les plus froids, avec une température moyenne autour de 5 °C.

## Langue

L'ouzbek est la langue officielle du pays. La langue étrangère la plus parlée est bien sûr le russe, que presque tous les Ouzbeks comprennent. La maîtrise de l'anglais et du français est limitée au personnel des hôtels et aux guides.

## Photos

En général, les Ouzbeks aiment être photographiés. Il convient cependant de demander leur approbation, et notamment celle des personnes âgées, avant de prendre un cliché. Notez également qu'il peut être déplacé de photographier les lieux religieux, tels que l'intérieur d'une mosquée ou un cimetière. Enfin, la plupart des sites exigent des taxes pour les photos et vidéos prises en leur sein par un appareil photo (les smartphones ne sont pas concernés). Celles-ci doivent être payées en espèces, en soums ouzbeks, directement sur place. Leur montant total approximatif est de 15 à 20 € par personne, en fonction du nombre de monuments visités.

## Monnaie

En Ouzbékistan, l'unité monétaire locale est le "souv", ou "som" (UZS), qui a remplacé le rouble en 1993.

Il est recommandé d'emporter avec vous des espèces en petites coupures de 5 à 50 € (ou en \$US), avec des billets en bon état (ni déchirés, ni écornés). Cette monnaie ne sera utilisée que pour effectuer de petits achats dans les bazars ou les boutiques. Vous pourrez régler vos achats en soums, ou bien directement en euros ou en dollars.

Il est possible d'obtenir du change dans la plupart des hôtels du pays et aux aéroports (le taux de change est le même partout). Pour connaître le taux de change en vigueur lors de votre voyage, vous pouvez consulter le site : [www.xe.com](http://www.xe.com).

L'usage des cartes bancaires (VISA, MasterCard) est possible dans les grands hôtels et restaurants.

Les distributeurs sont rares (mais présents dans certaines grandes villes) et le montant de retrait est limité.

Il est possible de retirer aussi de l'argent en espèces à la banque nationale mais cela demande un déplacement individuel et de l'attente.

Très souvent les restaurants ont une couverture wifi pour accéder à internet et acceptent les cartes visa, avec un très léger supplément pour ce service.

## Budget

Vous devrez régler, sur place, une taxe touristique de 45 \$US par personne (circuit "Sur la Route de la Soie"), 42 \$US par personne (circuit "Grand Voyage en terre d'Asie Centrale") ou 46 \$US par personne (circuit "Découverte de l'Ouzbékistan"). Ces tarifs, donnés à titre indicatif, sont susceptibles d'évoluer.

Pour vous donner une idée du budget à prévoir, sachez qu'une bouteille d'eau minérale de 0,5l coûte en moyenne 0,50 €, une bière de 0,5l aux environs de 3 €, une cannette de soda entre 1 et 2 € et un paquet de cigarettes entre 2,5 et 3,5 €.

Les pourboires, employés en signe de remerciement et d'appréciation, ne sont pas obligatoires mais sont toujours les bienvenus. Le personnel ouzbek auquel vous aurez affaire dans les hôtels et restaurants, ou lors de vos visites et sorties, espère une légère gratification. Il est d'usage de laisser un pourboire aux guides, accompagnateurs et chauffeurs (prévoir environ 5 € par jour et par personne).

## Voltage

220 volts. Les prises sont identiques à celles que l'on trouve en France. Vous n'aurez donc pas besoin d'adaptateur.

## Téléphoner vers et depuis l'Ouzbékistan

Pour téléphoner vers l'Ouzbékistan: 00 998...

Pour téléphoner d'Ouzbékistan en France : 00 33 + numéro de téléphone sans le 0.

A noter qu'il est possible d'acheter une carte SIM à l'aéroport. Entre 7 et 8 euro pour 28 GB.

# BOUCLER SA VALISE

## **Bagage**

Prévoyez, de préférence, un sac souple n'excédant pas 20 kg et un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

## **Chaussures**

Quelle que soit la saison, n'oubliez pas de vous munir de chaussures confortables et adaptées à la marche.

## **Vêtements**

Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics.

Emportez des vêtements confortables mais évitez les tenues trop légères, et pensez à prendre une veste et un pull, les écarts de température entre le jour et la nuit pouvant être très importants lors de vos nuits en yourte. Pour les promenades à dos de chameau, privilégiez un fuseau ou un pantalon large.

Enfin, gardez à l'esprit que l'Ouzbékistan est un pays musulman mais laïque : on peut y porter des shorts. Cependant, on doit se vêtir d'un pantalon et d'une chemise ou d'un t-shirt à manches longues pour pénétrer dans les lieux de culte. Les femmes doivent se couvrir les épaules.

## **Matériel**

- lunettes de soleil
- crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier)
- casquette ou chapeau, et foulard
- affaires de toilettes personnelles
- petite pharmacie utile : vos médicaments habituels, de la vitamine C, de la Biafine, du paracétamol, un antidiarrhéique (de type Immodium), des antalgiques, un antiseptique intestinal, des antibiotiques à large spectre, un collyre pour les yeux, une protection contre les insectes, un traitement pour les maux de gorge, des pansements et des lingettes antibactériennes humidifiées ou un gel hydroalcoolique (indispensables).

## POUR EN SAVOIR PLUS

### La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté, aussi certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est notamment nécessaire d'être ponctuel aux rendez-vous donnés par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent en effet remettre en cause l'organisation des visites prévues et pénaliser injustement le reste des participants.

### 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 dans les meilleures conditions. Ainsi, l'eau est un bien précieux dans de nombreux pays, désertiques ou non : ne la souillez pas ! Pour ce faire, prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables. Les animaux que vous pouvez rencontrer dans la nature y sont chez eux : ne les dérangez pas et faites-vous discrets. Enfin, certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. En bref : ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

### 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 différemment perçues selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez et de créer avec elles des liens privilégiés. Là encore, les conseils de votre guide seront précieux ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. À titre d'exemple, il convient de demander sa permission à toute personne que vous souhaitez prendre en photo. Établir un contact préalable est le meilleur moyen qu'elle réponde favorablement. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout-va. Cela peut en effet inciter les enfants à mendier. Afin d'éviter ce genre de dérive, mieux vaut s'en remettre aux structures locales compétentes. Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté, etc.) et à éviter les comportements exubérants.

### Recommandations

- Comme dans tout voyage, évitez d'emporter avec vous des objets de valeur. Si vous voyagez avec des chèques de voyage, pensez à noter leurs numéros préalablement et séparément. Il est également conseillé d'assurer votre matériel vidéo et photo.
- Emportez une photocopie de vos papiers d'identité ou téléchargez-les sur une plateforme de type Google Drive pour pouvoir y accéder depuis n'importe quel ordinateur.
- Ne laissez jamais vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus ou un restaurant. Chaque fois que cela est possible, placez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nouvelles Frontières et notre prestataire ne sauraient être tenus pour responsables des conséquences de tels vols ou pertes.