



E-Changeons le Monde

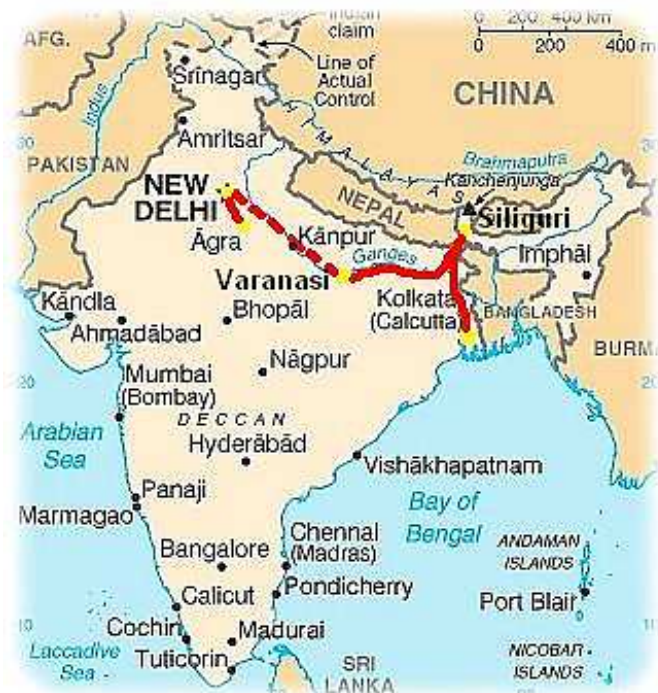
Spécialiste du tourisme équitable et solidaire

INDE Circuit 1

Du Sikkim aux origines de l'Inde 24 jours/ 21 nuits



Des plaines du Bengale aux jardins de thé du Darjeeling jusqu'aux terres sauvages du Sikkim, ce circuit très complet alliant trek et culture vous emmènera jusqu'au cœur de l'Inde spirituelle, au bord du Gange. Vous finirez votre circuit avec la visite de l'incontournable Taj Mahal et des cités antiques de l'empire Moghol.



E-Changeons le Monde

27, rue du Petit Colmar - 68 280 SUNDHOFFEN - Tél. : 03 89 71 96 46

Email : contacts@e-changeonslemonde.com / Site : www.e-changeonslemonde.com

Infos pratiques

- Guide ECM français ou Indien francophone + porteurs en yacks
- 8j. de trek/ 9j. de découverte/ 4j. de transfert
- Hébergement en famille 3N, Hôtel 9N, Bivouac 7N
- Déplacement : Transport privatif et local, train, avion
- Matériel de bivouac et intendance cuisine fournis
- Pension complète et restauration locale
- Visa de 67€ à faire avant le départ (prévoir un délai de 30 à 45 jours)
- Prévoir photos d'identité
- Passeport d'une validité de 6 mois après le retour
- Vol régulier avec la Qatar Airways, Air India, Gulf Air (10h pour Paris Delhi)
- Décalage horaire de 5h30
- 1€ = 60 roupies
- Prévoir de l'argent liquide à changer sur place – retrait CB possible avec commission
- 220 volts – prévoir un adaptateur



Niveau 2 : randonnée soutenue ; au-delà de 5 heures par jour. Effort important et bonne condition physique demandés.



Découvertes et/ou activités d'immersion. Vie chez l'habitant avec dîner local. Confort simple et chaleureux.



Visites culturelles et moment de détente

Programme détaillé

- Jour 1 :** Départ France.
- Jour 2 :** Arrivée à Calcutta et transfert à l'hôtel. Déjeuner. Visite du Victoria Mémorial et de son musée. Traversée de la vieille ville en Rickshaws.
- Jour 3 :** Tôt le matin, visite de la mission de Mère Térésa avec possibilité de se rendre dans un de ses orphelinats. Après-midi libre. Départ en train de nuit pour Siliguri.
- Jour 4 :** Des plaines vers les jardins de thé, Mirik puis Darjeeling, nous suivrons la route en lacets à travers les plantations en véhicule privatif.
- Jour 5 :** Visite de Darjeeling, ancienne colonie britannique d'une fabrique de thé et du musée de l'alpinisme. Dans l'après-midi, visite du camp tibétain et leurs activités de tissage.
- Jour 6 :** Départ de Darjeeling pour une journée en Jeep vers Yuksum. Traversée des jardins de thé et entrée dans l'état du Sikkim jusqu'au bout de la piste dans le sanctuaire très fermé de Kangchenjunga. Transfert en famille d'accueil.

E-Changeons le Monde

27, rue du Petit Colmar - 68 280 SUNDHOFFEN - Tél. : 03 89 71 96 46

Email : contacts@e-changeonslemonde.com / Site : www.e-changeonslemonde.com

- Jour 7 et 8 :** Journées d'activités de saison en famille.
- Recherche de plantes médicinales dans la forêt
 - Participation à la récolte de la cardamome
 - Cours de cuisine avec la famille
 - Rencontre avec la communauté villageoise
- Jour 9 :** Départ du trek de Yaksum à Tshoka (3000m).
- Jour 10 :** Départ de Tsokha à Dzungri (4030m).
- Jour 11 :** Journée d'acclimatation à Dzungri avec une sortie tôt le matin pour admirer le lever du soleil sur le Kangejunga.
- Jour 12 :** Départ de Dzungri à Thangsing (3880m).
- Jour 13 :** Départ de Thangsing à Lamuney (4300m).
- Jour 14 :** Journée d'ascension au Goechala à 4910m très tôt le matin puis descente dans la même journée sur Thanksing.
- Jour 15 :** Départ de Thanksing à Tsokha.
- Jour 16 :** Départ de Thokha à Yaksum. Nuitée en hôtel pour une bonne douche !
- Jour 17 :** Dans la matinée nous prendrons la route pour Gantok (capitale du Sikkim). Après-midi libre ou accompagné pour cette dernière journée pré-himalayenne.
- Jour 18 :** Descente dans la matinée vers Siliguri (suivant les horaires de départ) pour prendre le train en direction de Varanasi, le berceau de l'Inde.
- Jour 19 :** Visite de la vieille ville, de ses dédales de ruelles et de ses Ghâts à pied et en barque. Après-midi consacré à la visite du site bouddhiste de Sarnath. En début de soirée, vous assisterez à une cérémonie d'offrandes au fleuve sacré.
- Jour 20 :** Matinée au bord du fleuve (possibilité de visite d'une fabrique de soie). Dans l'après midi, vol en direction de Delhi, transfert à l'hôtel, temps libre.
- Jour 21 :** Dans la matinée, départ en Jeep jusqu'à Agra afin de visiter le Taj Mahal. Retour sur les routes jusqu'à Fatehpur Sikri.
- Jour 22 :** Visite de la capitale impériale de l'Empire Moghol de 1571 à 1584. Retour sur Delhi pour la fin d'après-midi.
- Jour 23 :** Journée à définir (suivant les horaires de départ), transfert à l'aéroport.
- Jour 24 :** Arrivée en France.

Petite pharmacie

- Pour les petites blessures : antiseptique, compresses, bandes Velpeau, sparadrap, aiguille stérile, épingle à nourrice, pansements gras pour les brûlures
- Antibiotique à large spectre
- Pommade pour soigner les piqûres et coupures
- Pastilles pour purifier l'eau
- Savon sans eau pour se laver les mains
- Crème solaire et Biafine
- Vos médicaments personnels

L'Inde étant un pays où vous pouvez être confrontés à différentes maladies, nous vous conseillons donc de consulter votre médecin pour les traitements suivants :

- Pour les soucis intestinaux : anti-diarrhéique et un réhydratant, un pansement gastrique, anti-vomitif, un antispasmodique
- Des antibiotiques à utiliser aux doses et périodes prescrites après avis d'un médecin.
- Pour les rhumes, allergies : un antihistaminique
- Pour la douleur et la fièvre : paracétamol ou aspirine

Equipement de randonnée

Poids maximum du sac de randonnée : 10 Kg

- Sac à dos
- Chaussures de randonnée déjà utilisées (afin d'éviter les ampoules)
- Bâtons de randonnée (conseillés)
- Veste coupe vent + polaire
- Poncho contre la pluie
- 2 pantalons de randonnée
- Sous vêtements de rechange
- 3 paires de chaussettes
- Chemise respirante spéciale randonnée (conseillée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Sac de couchage (résistance -30°)
- Lampe frontale à dynamo
- Gourde et/ou thermos
- Bonnet, gants, écharpe
- Des barres céréales (conseillées)

Impératif d'avoir le matériel complet de randonnée avant le départ

Des vêtements légers et un vêtement plus chaud pour les soirées également de quoi se protéger de la pluie. Les temples se visitant déchaussés, il est préférable d'avoir une paire de chaussures faciles à enlever pour l'occasion

E-Changeons le Monde

27, rue du Petit Colmar - 68 280 SUNDHOFFEN - Tél. : 03 89 71 96 46

Email : contacts@e-changeonslemonde.com / Site : www.e-changeonslemonde.com