






## Expédition au Damaraland

### NAMIBIE

Une **randonnée équestre en Namibie** à travers les paysages montagneux et minérales du Damaraland, où oryx, éléphants du désert et derniers rhinocéros noirs vivent encore dans leur habitat naturel. L'**expédition à cheval en Namibie** s'achève par d'incroyables galops sur la Skeleton Coast. Un voyage à classer parmi les aventures d'une vie.

<b>Randonnée Équestre</b>	 <b>13 jours (8 à cheval)</b>	 <b>À partir de 5 390 €</b>	
---------------------------	--	--	---



### ITINÉRAIRE

#### Les points forts

- Expédition équestre au cœur d'un univers minéral aux multiples facettes pour cavalier aimant l'endurance
- Rencontres avec koudous, zèbres ou oryx, et peut-être les éléphants du désert
- Découverte de la flore endémique du Damaraland
- Superbes galops sur la Skeleton
- En option : survol du désert du Namib et de Sossusvlei
- Savoureux repas cuisiné sur feu de bois
- Qualité de l'organisation, style « grande expédition », chevaux endurants

**Bonne nouvelle du 16 Avril 2019: Inscrivez-vous à deux pour le départ du 11 Juillet 2019 , le second cavalier bénéficiera d'une remise de 50% (hors avion).**

#### Jour 1 — EUROPE - WINDHOEK

Vol international de nuit pour Windhoek (vols non inclus, mais nous nous chargeons des réservations sur simple demande lors de votre inscription).


#### Jour 2 — WINDHOEK

 River Crossing lodge

Accueil à l'aéroport de Windhoek (arrivée de votre vol avant 17h) et transfert en ville dans votre guesthouse. Dîner avec les autres cavaliers et briefing avant la randonnée.

## Jour 3 — WINDHOEK - TWYFELFONTEIN


---

 Bivouac Namibie

Après le petit-déjeuner, départ pour la région du Damaraland (7H de route). Déjeuner en route et arrivée au campement près de Twyfelfontein. Rencontre avec votre guide, l'équipe et les chevaux. Première sortie à cheval au coucher du soleil si le temps le permet.

## Jour 4 — ABA HUAB - TWYFELFONTEIN


---

 Bivouac Namibie

Journée à cheval pour vous familiariser avec votre monture près des impressionnantes formations granitiques d'Aba Huab. Les pistes sablonneuses sont idéales pour de premiers galops. Vous chevauchez à la recherche des meilleurs points de vue sur le Damaraland. L'après-midi, découverte d'un village préservé et des gravures rupestres de Twyfelfontein. Nouvelle soirée au camp d'Aba Huab.

## Jour 5 — ABA HUAB - HUAB RIVER


---

 Bivouac Namibie

Vous partez vers l'Ouest à travers les vestiges des coulées de lave héritées des volcans désormais éteints. Vous aurez de grandes chances de croiser les espèces sauvages locales: autruches, oryx, springboks et peut être même quelques Kuru (de grandes antilopes plutôt craintives). L'après-midi, vous rejoignez votre campement par les terrains vallonnés surmontant la rivière Huab.

## Jour 6 — HUAB RIVER - VIEW POINT


---

 Bivouac Namibie

Randonnée à cheval le long de la rivière asséchée sous l'ombre des arbres "Ana", pêché mignon des éléphants du désert. Aventurez-vous ensuite dans une plaine où il peut arriver de croiser des léopards. Pause déjeuner à l' "arbre des léopards" avant d'entamer une longue après-midi à cheval à travers des paysages fascinants. Nuit à View point d'où vous profiter d'une superbe vue sur le Brandberg, le plus haut sommet de Namibie, et le cratère de Doros.

## Jour 7 — VIEW POINT - UGAB RIVER


---

 Bivouac Namibie

Vous descendez à cheval de la montagne pour rejoindre la rivière Ugab, que vous suivez jusqu'aux plaines côtières. Vous pouvez observer les animaux qui viennent se rafraîchir comme les éléphants, les zèbres et les rhinocéros noirs.  
Nuit au camp.

## Jour 8 — UGAB RIVER


---

 Bivouac Namibie

Poursuite à cheval le long de l'Ugab, à travers les roseaux et fourrés de buisson. Puis, passage à Brakwasser, un point d'eau souvent lieu d'attroupement de la vie sauvage. Vos guides vous raconteront sans nul doute le souvenir impérisable que leur a laissé un passage dans ce canyon, piégé entre deux troupeaux d'éléphants. Après le déjeuner, chevauchez jusqu'aux gorges où les roches ont formé des plis spectaculaires aux contrastes forts.

## Jour 9 — SKELETON CAMP


---

 Bivouac Namibie

Vous parcourez les immensités arides avec en arrière-plan le Brandberg, massif montagneux et point culminant de la Namibie. Le paysage vous donne un aperçu typique des parties les plus reculées de la Namibie, entièrement désertes, aux abords de la Skeleton Coast.

## Jour 10 — SKELETON CAMP - MESSUM CALDERA

---

 Bivouac Namibie

Randonnée à cheval à travers le Messum Caldera, un ancien volcan ayant implosé, entouré de larges étendues planes. Vous dépassez les Inselbergs, îlots montagneux sortant du sol plat du désert.

## Jour 11 — MESSUM- SKELETON COAST - HENTIES BAY

---

Cap à cheval en direction de l'océan jusqu'à la fameuse skeleton coast. Là, la chaleur du désert fait face au courant froid de l'océan, deux extrêmes créant un micro-climat changeant. Adieu à l'équipe et aux chevaux après le déjeuner et route pour Henties Bay Installation dans un superbe lodge face à l'océan

et dernier dîner avec tous les cavaliers.

## Jour 12 — CAPE CROSS LODGE - WINDHOEK

Transfert retour pour l'aéroport de Windhoek en bus régulier (env. 5H de route) que vous rejoignez vers 13H. Déjeuner libre et vol international retour (votre vol doit partir après 15H).

Si vos horaires de vol ne vous permettent pas de prendre votre vol ce jour là (départ de votre vol avant 15H), nous vous proposons une dernière nuit à Windhoek à la guesthouse Casa Blanca avec transfert aéroport le lendemain (+ 100 € par personne).

## Jour 13 — EUROPE

Arrivée en Europe.

### DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	PRIX VOL INCLUS	STATUT
09/07/2020	21/07/2020	5 390 €		Complet
27/07/2020	08/08/2020	5 390 €		Complet
22/06/2021	04/07/2021	5 390 €		Ouvert
19/08/2021	31/08/2021	5 390 €		Ouvert
30/06/2022	12/07/2022	5 390 €		Ouvert
25/08/2022	06/09/2022	5 390 €		Ouvert

## Remarques sur nos prix

- Les tarifs ci-dessus correspondent au tarif HORS AÉRIEN par adulte en chambre/tente double standard. Nous pouvons réserver vos vols sur simple demande. Nous consulter.
- Les groupes sont composés de 4 à 12 cavaliers internationaux. L'accompagnement est anglophone.
- Le supplément chambre ou tente individuelle est de 225 €. Il n'est pas facturé si vous acceptez de partager votre tente avec un(-e) autre cavalier(-ère).
- **IMPORTANT** : Les cavaliers de plus de 85 kg habillés doivent impérativement nous contacter avant inscription. Cette randonnée étant particulièrement exigeante pour les chevaux, notre équipe leur fournira deux montures pour alterner moyennant un supplément de 910€. Cette démarche leur permet parmi d'autres de garder une cavalerie en excellente condition.

### AVERTISSEMENT

Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévu. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours.

Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

## Notre prix comprend

### ACCOMPAGNATEURS

Une chef d'expédition anglophone

2 à 3 assistants-guides et palefreniers, à cheval avec le groupe la journée, pour un groupe de 12 cavaliers

### EQUIPE LOGISTIQUE

1 cheval par cavalier + des chevaux de réserve

1 camions d'assistance avec chauffeur

1 assistante cuisinière

4 à 5 personnes en charge de la logistique pour un groupe de 12 cavaliers

## TRANSPORTS INTÉRIEURS

Tous les trajets mentionnés comme inclus

## MODE D'HÉBERGEMENT

Campements/bivouacs : tentes 3 places pour 2 personnes et matelas mousse, ou en bivouac avec lit de camp et duvet fournis  
Guesthouse à Windoock en chambre double ou triple

## REPAS

Pension complète du dîner du jour 2 au petit-déjeuner du jour 12  
Boissons pendant la randonnée

## Notre prix ne comprend pas

Assurance Annulation Interruption et Rapatriement : 3,8% du prix de votre voyage.  
Assurance Annulation Interruption : 2,8% du prix de votre voyage.  
Assurance complémentaire carte bancaire : 2,1% du prix de votre voyage.  
Frais d'inscription obligatoires par personne : 15€ par dossier.

## REPAS

Boissons hors randonnée et extras personnels  
2 déjeuners libres les J2 et J12

## TRANSPORTS

Les vols internationaux

## DIVERS

Pourboires aux équipes locales. Compter entre 10 et 15 Usd/Euros par cavalier et par jour pour toute l'équipe locale qui sera partagé en part égale.  
Pour votre guide, le montant est laissé à votre discrétion (en général sont donnés 10 Usd/Euros par jour et par guide).  
Supplément pour les cavaliers de plus de 85kgs habillés.

## En option

### HÉBERGEMENT

Supplément chambre et tente single (non obligatoire, sur demande) : 210€

## INFOS ÉQUESTRES

## Cavalerie

Chevaux issus du même élevage, élevés spécifiquement pour l'endurance, avec des croisements mixant Arabe, Namibien, Trakehner, Haflinger, Pur Sang ou Quarter horse. De taille moyenne, en excellente condition, sélectionnés et parfaitement entraînés, la vingtaine de chevaux qui vous accompagnent dans cette traversée sont sûrs et agiles, très résistants, calmes ou rapides à la demande. Plusieurs d'entre eux peuvent être montés avec un licol éthologique.

**IMPORTANT** : Les cavaliers de plus de 85 kg habillés doivent impérativement nous contacter avant inscription. Cette randonnée étant particulièrement exigeante pour les chevaux, notre équipe leur fournira deux montures pour alterner moyennant un supplément. Cette démarche leur permet parmi d'autres de garder une cavalerie en excellente condition.

## Niveau équestre & forme physique

### MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Très bonne expérience de l'équitation d'extérieur, chevaux très bien préparés, étapes aux allures vives et soutenues. Randonnée idéale pour les amateurs de galops.

**IMPORTANT** : Les cavaliers de plus de 85 kg habillés doivent impérativement nous contacter avant inscription. Cette randonnée étant particulièrement

exigeante pour les chevaux, notre équipe leur fournira deux montures pour alterner moyennant un supplément - nous consulter. Cette démarche leur permet parmi d'autres de garder une cavalerie en excellente condition.

## ALLURES

Beaucoup d'allures vives : trot enlevé et galop en suspension obligatoire (pour le dos des chevaux), quasiment un raid d'endurance.

## AUTONOMIE ET PARTICIPATION

La participation de chacun est demandé pour panser, selle et desseller les chevaux. Vous pouvez également participer à la distribution d'eau et de nourriture.

## NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Excellente condition physique nécessaire et bonne endurance à cheval, car beaucoup d'étapes de 35 à 60 km. Climat agréable, chaud et sec avec des nuits plus fraîches (Température parfois négatives la nuit en juillet et août).

Les cavaliers qui ne montent pas régulièrement doivent absolument se remettre en selle plusieurs mois avant la randonnée.

## EQUIPEMENT EQUESTRE

La sellerie est composée essentiellement de selles de randonnée (sellier Franco) qui sont un croisement de selles western et de selles Australienne Stock avec aussi des selles spécialement fabriquées pour nos chevaux. Les sacoches à gourdes sont fournies. Nous utilisons des filets simples, ou filets éthologiques.

Les bombes ou casques ne sont pas obligatoires mais fortement conseillés. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel.

## INFOS PRATIQUES

### CONFORT

En fonction des températures et de vos envies, il est possible de dormir sous tente (grandes tentes igloo) et il est recommandé de dormir sous la voie lactée !!

Un lit pliant et un sac de bivouac (chaque sac porte un nom d'animal afin que vous puissiez le retrouver chaque soir), qui contient une douillette et chaude couette et deux oreillers, pendant toute la chevauchée.

Il est possible de prendre une courte douche chaude tous les soirs.

Pas possibilité de buanderie pendant la randonnée.

Possibilité de recharger les batteries sur l'allume cigare des véhicules de logistique.

Pas de WIFI et peu de réseau téléphonique pendant la randonnée.

### REPAS

La qualité de la cuisine préparée dans cette randonnée est à souligner.

Repas cuisinés dans la remorque cuisine et au feu de bois.

Au petit déjeuner, porridge ou céréales, avec thé et café, œufs & bacon

Pour le midi, la cuisinière prépare de vrais repas complets.

Le soir, viandes (bœuf, mouton, oryx) avec des légumes et desserts.

Les boissons (sodas, bières, vins, apéritifs) sont incluses dans le prix, sauf pour la première et la dernière nuit au lodge.

Eau est fournie

### CLIMAT

Le climat est très sain avec 3 saisons :

- D'octobre à Novembre, une saison chaude et sèche, première partie de l'été,

- De décembre à mars, c'est l'été avec une saison chaude et humide, assez marquée au Nord-Est, moins vers le Sud, où il ne pleut presque pas

En Mars, la température de l'eau peut atteindre les 22 ou 23 °C et il peut faire jusqu'à 40 °C.

- De mai à septembre, un hiver froid et sec, avec des nuits pouvant descendre en-dessous de 0 °C mais avec des journées ensoleillées et un ciel bleu quotidien. Températures entre 15 et 22° dans la journée.

### GUIDE EQUIPE LOCALE

Andrew, Phoebé, Rayne, Linn et Telané sont vos guides anglophones pour ce voyage. Ils sont passionnés par leur métier et sauront vous le faire partager.

### TIPS

Pourboires entre 10 et 15 USD ou Euro par cavalier et par jour pour toute l'équipe locale qui sera partagé en part égale.

Pour votre guide durant le safari, le montant est laissé à votre discrétion (en général les cavaliers donnent 10 USD par jour et par guide).

## LISTE EQUIPEMENT

Pour les safaris à cheval, utilisez des vêtements de couleurs neutres (vert, marron, beige ou gris) qui se fondent un minimum dans le paysage, prévoir tout de même une tenue un peu élégante et simple pour le soir.

Information préalable: la logistique de cette chevauchée est importante et notre camion transporte une grosse réserve d'eau pour les chevaux, les cavaliers et la cuisine. Il est possible de prendre une douche chaude chaque soir, en étant économe de l'usage de l'eau : se mouiller, se savonner en ayant coupé l'eau, se rincer. En revanche, il n'est pas envisageable de laver son linge. La liste ci-dessous est adaptée à cette contrainte et celle du poids du sac.

### Tête

- Un casque d'équitation: il est sérieusement recommandé et souvent obligatoire. Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème...) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes. Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington Safety Products) ou des chapeaux casques western (Troxel).
- Casquette ou chapeau pour le soleil (indispensable). Attention si vous portez un chapeau, il est essentiel qu'il soit équipé d'une jugulaire, afin qu'il ne s'envole pas à chaque galop.
- Un foulard type bandana ou Buff pour se protéger de la poussière, du soleil, parfois des insectes.
- Un bonnet (de juin à septembre)
- Une paire de lunettes de soleil de haute protection, la réflexion du soleil sur le sable est importante.

### Buste

- 4 à 6 polos en coton ou chemises à manches longues (protection contre le soleil)
- 1 ou 2 chemise de rechange pour le soir.
- 1 polaire légère ou équivalent. (de septembre à juin)
- 1 polaire chaude ou équivalent en plus (de juin à septembre pendant l'hiver austral).
- 1 veste chaude ou légère en fonction de la saison (de juin à septembre pendant l'hiver austral). Il est très pratique à cheval de porter une veste avec de nombreuses poches pour y glisser votre petit fourbis de cavalier.
- 1 pyjama chaud (polaire) de juin à Septembre.

### Jambes

- 2 culottes d'équitation avec chaps
- 1 pantalon (jean, tissu, ou équivalent)
- 1 bermuda
- Le confort de l'assiette privilégie des sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant, et parfois une peau de mouton pour la selle.
- 1 maillot de bain.

### Pieds et Mains

- Chaussures de randonnée légères ou boots d'équitation et chaps.
- 1 paire de chaussures légères pour le soir
- Plusieurs paires de chaussettes.
- 1 paire de gants pour se protéger du soleil et éviter les ampoules, qui doivent être plus chauds de juin à septembre pendant l'hiver austral.

### Petits trucs à cheval...

- Crème apaisante bien utile aux recoins de votre intimité irrités par de longues heures à cheval.
- Rien sur le dos, tout dans votre veste ou une banane ventrale: stick à lèvres, crème solaire, passeport, petit appareil photo ou mini caméra (étanche), cordelettes, lunettes... plus accessible que les fontes.
- Le sac à dos à cheval n'est pas autorisé

### Divers

- Sac de voyage 70 à 100 litres, maxi 15 kg.
- Sacoche double disponible sur demande
- 2 gourdes de 1 litre pendant les chevauchées.
- Sac à dos de 25-30 litres comme bagage de cabine.
- Appareil photo (avec une batterie de rechange)
- Une paire de jumelles éventuellement
- Lampe frontale, piles et ampoules de rechange
- Nécessaire de toilette.
- Un couteau suisse ou équivalent (en soute!!)
- Des boules 'quies' peuvent être utiles pour ceux qui auraient le sommeil léger en colocation

### Pharmacie

- Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie premiers soins dans laquelle vous pouvez prévoir :
- Médicaments personnels
- Aspirine ou doliprane

- Anti diarrhéiques
- Vitamine C
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre
- Crème hydratante
- Un rouleau de sparadrap
- Une bande élastique adhésive de 10 cm de large
- Une boîte de pansements adhésifs
- Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
- Pastilles de Micropur ou Hydroclonazone pour désinfecter l'eau
- 1 Antibiotique à large spectre
- Sprays anti-moustique pour la peau et pour les tissus

#### Informations générales

- La compagnie aérienne autorise un seul sac en soute par passager. Les bagages cabines sont limités à 7 kg au format maximum de 56 cm x 45 cm x 25 cm. Ils ne doivent contenir aucun objet coupant (couteau, ciseaux, lime, coupe-ongles, etc) et la quantité de liquide autorisée par passager est limitée à 100 ml par contenant. Il est recommandé en revanche d'y mettre appareil de photos, lunettes, médicaments et autres objets dont on ne pourrait se passer en cas de perte (momentanée) du bagage.
- Prenez de quoi rassembler vos déchets toxiques (piles, aérosols, batteries, tubes de pommade, emballage de pellicules photo...) afin de les ramener en France où le tri est bien fait et efficace. Un conseil : évitez au maximum d'emmener les emballages du matériel ou équipement que vous auriez acheté avant de partir... Toujours cela en moins à ramener en France.
- En cas de perte de vos papiers, nous vous conseillons de ranger une copie de votre passeport dans un endroit différent des originaux.

## VISA & SANTÉ

### Formalités

Un passeport en cours de validité et valable 6 mois après votre retour est indispensable dans presque tous les pays du monde pour les ressortissants français, belges et suisses. Vérifiez impérativement ce passeport. Il est de votre seule responsabilité d'obtenir votre passeport et de vous conformer à la réglementation d'entrée dans ce pays avant la date de votre départ.

Si vous voyagez avec des enfants mineurs, vérifiez les formalités de sortie du territoire les concernant. Vous pouvez demander des informations auprès de la mairie de votre domicile, ou de la préfecture et consulter le site Service- public <https://www.service-public.fr/>

Le visa n'est pas obligatoire pour les ressortissants français. Les titulaires d'un passeport français bénéficient de permis de séjour touristiques d'une durée maximale de 90 jours, délivrés gratuitement à l'arrivée notamment aux contrôles de l'immigration à l'aéroport de Windhoek. Après l'arrivée, il convient de s'assurer de la durée du visa délivré, afin de ne pas connaître de mésaventure à la sortie.

#### •Entrée et sortie des mineurs sur le territoire namibien

Le Ministère de l'intérieur a changé les conditions de voyage pour les mineurs de moins de 18 ans voyageant vers la Namibie. Le mineur doit être en possession d'une copie intégrale de son acte de naissance traduite par un traducteur assermenté ou son extrait d'acte de naissance plurilingue.

En plus de celui-ci, et selon le cas de figure, les documents requis sont les suivants :

1/ Si le mineur voyage avec un adulte qui n'est pas son parent biologique : une attestation de ses parents autorisant le mineur à voyager avec l'adulte accompagnant, en anglais ou accompagnée (le cas échéant) d'une copie de ce document traduit en anglais par un traducteur assermenté.

2/ Si le mineur voyage avec un adulte autre que son parent ou son tuteur légal : les copies de passeports ainsi que les coordonnées de ses parents ou tuteurs légaux.

3/ Si le mineur voyage avec un de ses parents : une attestation de l'autre parent autorisant le mineur à voyager en anglais ou accompagnée d'une copie de ce document traduit en anglais par un traducteur assermenté. En cas d'impossibilité d'obtenir une autorisation de sortie de l'autre parent, le jugement de divorce ou tout autre document officiel attestant de l'attribution de la garde de l'enfant traduit en anglais par un traducteur assermenté. En cas de décès de l'autre parent, le certificat de décès est requis ainsi que sa traduction par un traducteur assermenté ou l'extrait plurilingue de l'acte de décès.

4/ Mineurs voyageant seuls : une attestation de ses parents ou tuteurs légaux autorisant le voyage, une lettre contenant les coordonnées et informations

relatives à la personne qui accueillera le passage mineur (pièce d'identité ainsi que passeport valide ou permis de résidence permanente), ainsi qu'une copie de document d'identité et les coordonnées des parents/tuteurs légaux du mineur.

Il est de votre seule responsabilité d'obtenir votre passeport et de vous conformer à la réglementation d'entrée dans ce pays.

En aucun cas, la responsabilité de Cheval d'Aventure ne pourra être recherchée si vous ne pouvez pas partir pour absence de passeport en règle ou de visa.

La Namibie a levé toute restriction d'entrée sur son territoire des voyageurs en provenance de pays affectés par le virus Ebola. Des contrôles sanitaires adaptés sont effectués à l'arrivée dans les aéroports internationaux du pays.

## CONSEILS POUR L'OBTENTION DU VISA

Rien à signaler.

## ADRESSES DES CONSULATS

- Paris | Ambassade de Namibie  
80, avenue Foch  
75016 Paris  
Tél. : 01.44.17.32.65  
Fax :  
info@embassyofnamibia.fr
- Ambassade de France en Namibie  
1, Goethe Street PO Box 20484  
9000 Windhoek  
Tél. : +264 61 27 67 00  
Fax :  
cad.windhoek-amba@diplomatie.gouv.fr
- Namibian High commission  
6 Chandos Street  
W1G 9LU London  
Tél. : +44 (0) 20 7636 6244  
Fax : +44 (0) 20 7637 5694  
info@namibiahc.org.uk

## Santé

- Diphtérie-tétanos-poliomyélite recommandé.

- Autres vaccinations conseillées (selon la durée du séjour) : fièvre typhoïde, hépatites A et B.

- Envisager un vaccin antirabique, notamment pour les enfants, en cas de séjour prolongé dans le Nord du pays (régions de Kunene, Omusati, Oshana, Ohangwena, Oshikoto, Kavango et Caprivi). En cas de morsure suspecte par des chiens ou des chacals, des injections antirabiques doivent être administrées dans les plus brefs délais : les doses sont généralement disponibles dans les hôpitaux de la capitale, Windhoek, ou sur la côte, à Swakopmund.

- Un certificat de vaccination contre la fièvre jaune est exigé, uniquement des voyageurs en provenance d'un pays où il y a un risque de transmission de la fièvre jaune.

Le pays jouit d'un climat relativement sain et échappe au paludisme sur la majeure partie de son territoire à l'exception du nord et du nord-est de la Namibie, zone plus humide. Le risque, moindre pendant la période sèche, plus fort à la saison des pluies, concerne les provinces Kavango, Caprivi, Omusati, Oshana (est de l'Ovamboland), Ohangwena, Oshikoto (au nord de la cuvette d'Etosha) ainsi que les parties nord-est de l'Otjozondjupa et de l'Omaheke.

Prévention : cette maladie parasitaire transmise par les piqûres de moustiques impose le recours à des mesures de protection individuelle (sprays, crèmes, diffuseurs électriques, moustiquaires...). A ces mesures, doit s'ajouter un traitement médicamenteux adapté à chaque individu : il convient de s'adresser à son médecin habituel ou à un centre de conseils aux voyageurs. Le traitement devra être poursuivi après le retour en France pendant une durée variable selon le produit utilisé.

Pour prévenir le choléra, il convient respecter les règles d'hygiène suivantes :

- se laver régulièrement les mains (à l'eau savonneuse ou avec des gels hydro-alcooliques), en particulier avant tous les repas,
- consommer de l'eau minérale en bouteille scellée (ou bouillie),
- peler soigneusement, à défaut cuire ou désinfecter les fruits et légumes,
- éviter la consommation de poissons, coquillages, ou fruits de mer autrement que bien cuits ou frits,
- éviter les lieux (« cantines ambulantes ») ne garantissant pas toutes les conditions d'hygiène requises.



Les personnes présentant les signes de l'affection (diarrhée liquide, vomissements, fièvre et faiblesse générale) doivent consulter un médecin rapidement.

Avant votre départ, nous vous conseillons de consulter votre médecin, qui seul pourra vous fournir des indications fiables sur votre état de santé général, et qui fera un point sur vos vaccinations habituelles ainsi que sur les vaccinations recommandées pour votre destination.

Sur les sites suivants, vous trouverez des conseils à suivre avant votre départ :

O.M.S - <http://www.who.int/fr/>

Institut de veille sanitaire - <http://www.invs.sante.fr/>

Institut Pasteur - <http://www.pasteur.fr>

La responsabilité de Cheval d'Aventure ne saurait être engagée dans le cas où vous devriez rentrer en France à cause du non respect de ces obligations personnelles de santé.

---

## Assurance

---

Vous devez absolument être assuré en assistance et rapatriement pour participer à nos voyages.

Nous vous proposons une assurance MULTIRISQUES comprenant l'annulation, l'interruption et l'assistance rapatriement pour tous les pays du monde où nous voyageons. En cas d'incident au cours du voyage, les accompagnateurs connaissent bien les procédures de rapatriement ou d'assistance. Leur mise en jeu est ainsi largement facilitée.

Si vous ne souscrivez pas notre assurance MULTIRISQUES, nous vous demandons de signer une décharge de responsabilité et de vérifier que vous êtes assurés par ailleurs. Vérifiez les garanties souscrites et les processus de déclenchement, emportez avec vous le numéro de téléphone d'urgence de votre assurance.

Enfin, faire une liste chiffrée du contenu de votre sac peut également être une bonne précaution en cas de destruction ou de perte de celui-ci !