



Initiation et course d'endurance en Namibie

NAMIBIE

Un séjour spécialement orienté vers **l'endurance en Namibie** dans une réserve privée au nord de Windhoek. Entre savane et montagne, nous vous proposons un **séjour d'endurance en Namibie** avec une cavalerie de chevaux d'origine Arabe. Vous y découvrirez également à cheval, la riche faune de la propriété. En fin de séjour vous partirez pour une course d'endurance selon vos aptitudes sur l'un des pur-sangs arabes dans la réserve ou pour une course officielle en Namibie. Superbe expérience garantie !

Endurance	 10 jours (7 à cheval)	 À partir de 3 070 €		Ouvert aux non cavaliers
-----------	---	---	--	--------------------------



ITINÉRAIRE

Les points forts

- L'excellence de la cavalerie de pur sang Arabe entraînée pour l'endurance
- Bonne condition d'observation de la faune (rhino, girafe, éland, antilope sable...)
- Lodge confortable dans une région sans paludisme
- Possibilité de participer à des courses officielles à certaines dates.

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 - RESERVE PRIVEE - Environ 2h à cheval.

 Lodge Namibia

Accueil à l'aéroport de Windhoek en général en début de matinée et transfert dans votre lodge (environ 1h15 de transfert). Après une douche et un bon déjeuner, vous êtes attendus aux écuries pour faire connaissance avec les chevaux et l'équipe. Briefing sur la semaine à venir et la faune de la réserve. Retour au lodge pour l'apéritif, le dîner et une bonne nuit réparatrice.

Jour 3 — RESERVE PRIVEE - Environ 4h30 à cheval

 Lodge Namibia

Après le petit déjeuner, première sortie dans la savane environnante. Cette matinée permet de faire connaissance avec votre cheval. Retour au lodge pour le déjeuner et un peu de repos autour de la piscine avant de repartir pour l'entraînement des chevaux sur les pistes sablonneuses. Ce sera également l'occasion de découvrir la faune riche de la réserve (girafes, oryx, plusieurs types d'antilopes et de gazelles et peut être des rhinocéros blanc). Retour au

lodge et échange autour du thème de la course d'endurance et des contrôles vétérinaire (objectif et enjeu). Dîner et nuit au lodge.

Jour 4 — RESERVE PRIVEE - Environ 4h30 à cheval

 Lodge Namibie

Après un petit déjeuner copieux départ dans le bush pour une première séance d'entraînement et retour au lodge pour le déjeuner. Dans l'après midi seconde séance d'entraînement en plein cœur de la réserve. Retour au lodge en fin d'après midi. Simulation d'un contrôle vétérinaire à l'arrivée. Nuit au lodge.

Jour 5 — RESERVE PRIVEE - Environ 4h30 à cheval

 Lodge Namibie

Ce matin, vous partez pour une belle matinée d'observation des espèces qui peuplent la réserve Koudou, girafes antilopes et gnou seront au rendez vous..). Retour au lodge pour le déjeuner, repos et en fin d'après midi, vous repartez pour une séance d'entraînement à l'endurance afin d'être parfaitement en communion avec votre cheval. Dîner et nuit au lodge.

Jour 6 — RESERVE PRIVEE ou départ vers la course - 4h30 à cheval ou transfert

 Lodge Namibie

Aujourd'hui, deux possibilités. Si vous avez choisi un stage d'initiation à l'endurance, l'entraînement dans la réserve se poursuit avec deux sessions matin et après midi. Ce sera également l'occasion de découvrir de nouvelles espèces (Autruches, zèbres, éland du cap, phacochères...).

Si vous êtes inscrit pour une course officielle, vous partez après avoir préparé vos affaires et chargé les chevaux sur les routes de Namibie. En arrivant il faudra détendre les chevaux avant un premier contrôle vétérinaire dans l'après midi. En fin de journée briefing complet sur la course, itinéraire, règle de base et organisation. Dîner avec tous les autres participants.

Jour 7 — RESERVE PRIVEE - 4h30 à cheval ou course

 Lodge Namibie

Aujourd'hui encore en fonction de votre séjour deux possibilités. Si vous vous êtes inscrit au stage d'initiation à l'endurance, vous participez en fonction de vos aptitudes à une mini course organisée dans la réserve par notre équipe. La journée se déroule alors comme les journées précédentes.

Si vous participez à une course officielle alors le grand jour est arrivé. Réveil tôt, les courses commencent en général vers 6h du matin. Un assistant vous aide à la préparation de votre cheval et vous accompagne pour le contrôle vétérinaire. En fonction du terrain et de la distance la vitesse de course peut varier mais se situe en général autour de 18 km/h, sachant que le bien être du cheval est votre première priorité. Après la course et les soins à apporter aux chevaux, remise des prix, apéritif et bon repas après cette inoubliable journée à cheval.

Jour 8 — RESERVE PRIVEE - 4h30 à cheval ou retour

 Lodge Namibie

Après un petit déjeuner plus tardif, vous repartez pour une belle journée à travers le bush. Une nouvelle zone à explorer pour de nouvelles espèces à découvrir. Dernier déjeuner en brousse, avant de revenir au lodge par des chemins sablonneux propices aux longs galops. Dîner au lodge.

Si vous avez participé à une course officielle, vérification et alimentation des chevaux, petit déjeuner, chargement du camion et retour vers le lodge (de 1h à 5h de route en fonction du lieu de course). Dîner et nuit au Lodge.

Jour 9 — KHOMAS - WINDHOEK - EUROPE

En fonction de vos horaires vous profitez après le petit déjeuner d'un peu de repos. Transfert retour pour l'aéroport de Windhoek. Déjeuner libre et vol international retour.

Vous pouvez également choisir de continuer votre voyage à travers ce fabuleux pays. Nous vous conseillons tout particulièrement un séjour dans le désert du Namib ou le parc national d'Etosha. Contactez nous.

Jour 10 — EUROPE

Arrivée en Europe dans la matinée.

DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	PRIX VOL INCLUS	STATUT
14/08/2020	23/08/2020	3 230 €		Ouvert
21/08/2020	30/08/2020	3 230 €		Ouvert
28/08/2020	06/09/2020	3 230 €		Ouvert
04/09/2020	13/09/2020	3 230 €		Ouvert
11/09/2020	20/09/2020	3 230 €		Ouvert
18/09/2020	27/09/2020	3 230 €		Ouvert
25/09/2020	04/10/2020	3 230 €		Ouvert
02/10/2020	11/10/2020	3 230 €		Ouvert
09/10/2020	18/10/2020	3 230 €		Ouvert
16/10/2020	25/10/2020	3 230 €		Ouvert
23/10/2020	01/11/2020	3 230 €		Ouvert
30/10/2020	08/11/2020	3 230 €		Ouvert
06/11/2020	15/11/2020	3 230 €		Ouvert
13/11/2020	22/11/2020	3 230 €		Ouvert
20/11/2020	29/11/2020	3 230 €		Ouvert
27/11/2020	06/12/2020	3 230 €		Ouvert
04/12/2020	13/12/2020	3 230 €		Ouvert
11/12/2020	20/12/2020	3 230 €		Ouvert
18/12/2020	27/12/2020	3 230 €		Ouvert
25/12/2020	03/01/2021	3 230 €		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 dates ci-dessus sont données à titre indicatif. Les départs sont possibles toute l'année en fonction des disponibilités et de vos souhaits. Il est également possible de prévoir des séjours plus courts ou plus longs. Contactez-nous pour un devis personnalisé à la date de votre choix !

Attention, pendant les périodes incluant des courses officielles le programme peut être modifié pour l'entraînement des chevaux et les contraintes des courses.

• Le groupe est composé de 1 à 6 cavaliers internationaux. L'accompagnement est anglophone.

• Le supplément chambre ou tente individuelle est de 315 €.

• Si vous vous inscrivez seul(e) et que nous n'avons pas d'autres cavaliers susceptibles de partager votre hébergement, un supplément chambre individuelle de 315€ vous sera facturé à l'inscription. Ce supplément vous sera remboursé à condition que vous soyez disposé à partager votre hébergement et que nous trouvions un autre cavalier de même sexe pour ce partage.

• Transfert. Les transferts ne sont pas inclus dans ce tarif :

- Tarif "one way" entre l'aéroport et le ranch : 100€ par véhicule à partager (de 1 à 6 passagers).
- Tarif "one way" entre Windhoek et le ranch : 55€ par véhicule à partager (de 1 à 6 passagers).

Tarif des courses d'endurance officielles 2020 :

Programme d'endurance avec épreuve NERA (1 jour) : 3730€
Programme d'endurance avec épreuve NERA (2 jours) : 3980€
Programme d'endurance avec épreuve CEI/FEI (1 jour) : 4080€
Programme d'endurance avec épreuve CEI/FEI (2 jours) : 4330€

Calendrier 2020 :

Février 7 & 8 – Windhoek
Février 28 & 29 – Otjiwarongo
Avril 3 & 4 – Tsumeb
Mai 22 & 23 – Otjiwarongo
Juin 19 & 20 – Windhoek
Juillet 3 & 4 – Tsumeb
Octobre 17 – Otjiwarongo
Octobre 30 & 31 – Windhoek

Pour participer aux courses FEI les cavaliers doivent être enregistré FEI et avoir complété leur formation (2x 60km + 1x 80km ou 3x 80km)

• Les cavaliers de plus de 80 kg (en tenue d'équitation) doivent impérativement nous contacter avant inscription. Notre équipe leur fournira deux montures pour alterner moyennant un supplément de 500€. Cette démarche leur permet parmi d'autres de garder une cavalerie en excellente condition.

• Les non cavaliers sont les bienvenus et bénéficient d'un safari en véhicule par jour plus un safari en véhicule en montagne pendant le séjour. Accès à la piscine, au cours de tennis. Possibilité de faire de la randonnée.

Les accompagnants non cavaliers bénéficient d'une remise de 820€. Pas de programme non cavalier pendant les dates de courses d'endurance

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

Un guide anglophone et parlant un peu français.

EQUIPE LOGISTIQUE

1 cheval par cavalier

MODE D'HÉBERGEMENT

Lodge en chambre double

REPAS

Pension complète du déjeuner du J2 au petit-déjeuner du J9

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.

DIVERS

Pourboires équipes locales (à votre discrétion, nous recommandons env. 100 € par voyageurs pour l'intégralité du séjour)

REPAS

Boissons et extras personnels

Déjeuner du J9

TRANSPORTS

Les vols internationaux

Les transferts entre l'aéroport et/ou Windhoek et le ranch à partager entre le nombre de cavalier.

En option

HÉBERGEMENT

Supplément chambre individuelle

INFOS ÉQUESTRES

Cavalerie

Très belle cavalerie de chevaux d'origines Arabe composée à 90% de pur sang et de quelques croisements avec des chevaux Namibiens. De taille moyenne, en excellente condition, sélectionnés et parfaitement entraînés.

Niveau équestre & forme physique

MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Être à l'aise aux trois allures (trot enlevé et galop en équilibre). Bonne expérience de l'équitation d'extérieur, avoir une bonne assiette pour parer aux éventuels écarts de surprise des chevaux.

IMPORTANT : Le poids maximum des cavaliers est de 80kg pour les courses d'endurance.

ALLURES

Toutes les allures sont pratiquées dans le bush et dans les plaines.

AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Un staff anglophone assure les soins aux chevaux et prépare la cavalerie. Vous pouvez participer à ces soins pour créer une relation avec votre cheval.

NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Une bonne condition physique est nécessaire. Une bonne expérience équestre est nécessaire afin de bien profiter de ce stage.

EQUIPEMENT EQUESTRE

Les selles sont des selles d'endurance avec peau de mouton assez creuses fabriquées à la main et en très bon état.

Des sacoches assez grandes sont fournies pendant le safari.

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

Le lodge est situé au cœur d'une propriété privée dans un environnement typique de la Namibie et peuplée d'animaux sauvages.

Le lodge dispose de 18 chambres double ou familiale situées dans des bungalows au toit de chaume, toutes équipées d'une salle de douche privée, toilette, frigidaire et terrasse.

Le chauffe-eau collectif solaire offre de l'eau chaude uniquement le soir.

Le lodge propose également une piscine et un restaurant dans le bâtiment principal ouvert sur le bush.

REPAS

Petit déjeuner sous forme de buffet, salé, sucré, thé, café, chocolat, œufs, bacon...

Déjeuner au lodge ou sous forme de pique nique sous forme de buffet à l'extérieur.

Dîner servit dans la salle de restaurant du lodge à base de produit frais locaux et de gibiers pour une délicieuse cuisine, mélange d'Europe et d'Afrique.

Eau minérale, vin et apéritifs inclus.

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

- 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

Pendant les randonnées, vous serez accompagné par des guides féminines expérimentées et passionnées par l'équitation d'endurance.

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.

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.

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)
- Un foulard type bandana ou Buff pour se protéger de la poussière, du soleil, parfois des insectes.
- Une paire de lunettes de soleil de haute protection.

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 (de juin à septembre pendant l'hiver austral).
- 1 veste chaude ou légère en fonction de la saison. Il est très pratique à cheval de porter une veste avec de nombreuses poches pour y glisser votre petit fourbis de cavalier.

Jambes

- 1 ou 2 culottes d'équitation avec chaps
- 1 pantalon (jean, tissu, ou équivalent)
- 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 mini 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.
- Gourde pendant les chevauchées 1,5L
- Sac à dos de 25-30 litres comme bagage de cabine.
- Appareil photo (avec une batterie de rechange)
- Une paire de jumelles
- Nécessaire de toilette (lingettes biodégradables pour remplacer l'eau, micropur...)
- Des boules 'quies' peuvent être utiles

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 Kavongo, Caprivi, Omusati, Oshana (est de l'Ovamboland), Oshana, 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 de 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 !