



## La traversée Inca

### PÉROU

Découvrez le **Pérou à cheval** à travers ce voyage très complet mêlant découverte touristique et randonnée. Un programme très riche avec notamment la visite de sites emblématiques tels que la mythique citée Inca du Machu Picchu ou la ville de Cuzco. Observez la faune locale très riche : alpagas, lamas, vigognes et autres condors qui sont les maîtres de ces sommets de plus de 6000 m ! et autres animaux typiques de la région. Cette **expédition équestre au Pérou** en autonomie est la version courte de la Grande Traversée Inca, au cœur de la cordillère de Vilcanota

<b>Expédition en Autonomie</b>	 <b>12 jours (5 à cheval)</b>	 <b>À partir de 1 875 €</b>	
--------------------------------	--	--	---




### ITINÉRAIRE

#### Les points forts

- Une exclusivité Cheval d'Aventure
- Un condensé de découverte en 12 jours seulement
- La plus belle partie de la cordillère des Andes, extrêmement sauvage et contrastée
- Un voyage complet accompagné par un guide francophone, incluant la découverte de Cuzco, de la Vallée Sacrée des Incas, du Machu Picchu, de Písac, Ollantaytambo, du lac Titicaca et de l'île de Taquile
- Rencontre attachante avec l'équipe péruvienne et les habitants de la montagne.

#### Jour 1 — EUROPE - LIMA

 Embajadores Best Western

Départ d'une ville d'Europe et vol à destination de Lima.

Accueil à l'aéroport, transfert et installation à l'hôtel en centre ville. Dîner libre.

VOLS NON INCLUS dans notre tarif. Contactez-nous pour tout devis personnalisé.

Si vous souhaitez réserver vos vols par vous même, il est important de trouver un vol qui arrive au plus tard en fin d'après midi à Lima.

#### Jour 2 — LIMA - CUZCO

 Hôtel Midori

Petit-déjeuner et transfert matinal vers l'aéroport pour votre vol vers Cuzco (3350 m).

VOLS NON INCLUS dans le tarif - réservable uniquement avec un vol international.

Accueil, transfert et installation à votre hôtel: Cuzco est la capitale culturelle du Pérou: un joyau de l'ancienne civilisation Inca.

Déjeuner libre puis visite du centre ville. Ses rues étroites et monuments rappellent l'occupation espagnole : Cathédrale, Plaza de Armas, couvent Santo Domingo... Après les bijoux coloniaux, place aux bijoux indigènes et à la découverte des sites Incas à proximité de la ville : les bains de Tambomachay, les forts de Pucapucara et Sacsayhuaman et le sanctuaire de Q'enqo. Une journée d'acclimatation bien remplie !

Déjeuner et dîner libre.

## Jour 3 — CUZCO - PISAQ - OLLANTAYTAMBO - AGUAS CALIENTES

---

Ce matin, l'exploration de la célèbre Vallée Sacrée des Incas débute par le petit village de Pisac. Avec un peu de chance ce sera peut-être le jour du marché ! Les ruines de Pisac qui dominent la ville et auxquelles vous accédez après une courte marche offrent une vue stupéfiante sur les terrasses Incas. Votre parcours vous amène à travers l'ancien village forteresse d'Ollantaytambo. C'est enfin, par le train, en fin d'après midi que vous atteignez Agua Caliente, la porte d'entrée du Machu Picchu.

Installation à votre hôtel.

## Jour 4 — AGUAS CALIENTES - MACHU PICCHU - CUZCO

---

Départ très matinal pour le Machu Picchu par une route en lacets qui se faufile au milieu d'une dense végétation. Niché à 2430 m d'altitude, dans un site montagneux d'une extraordinaire beauté, le Machu Picchu est probablement la création urbaine la plus stupéfiante et la plus emblématique de l'Empire Inca. Murailles, terrasses et rampes gigantesques sculptent les escarpements rocheux dont elles paraissent comme le prolongement.

Votre guide sera votre intermédiaire pour vous faire voyager dans le temps et pour vous permettre d'appréhender les mystères la cité Inca.

Retour en train vers Ollantaytambo, puis en véhicule vers Cuzco.

## Jour 5 — CUZCO - MAHUAYANI - 6 h à cheval

---

 Campement

Aujourd'hui commence votre aventure à cheval, avec un départ matinal, en bus en passant par le col de Pilluyo. L'équipe et les chevaux vos attendent au sud de la vallée sacrée, au petit hameau de Tayankani (3950 m) non loin du mont Ausangate.

Départ à cheval pour le col de l'Alabarunaccasa (4412 m), d'où vous profitez d'un point de vue exceptionnel sur la Cordillère Vilcanota.

Puis, chevauchant à travers l'altiplano essaimés de petits lacs et où paissent lamas alpagas, vous redescendez jusqu'au sanctuaire de Qoylluritti (4860 m), où convergent chaque année 50 000 pèlerins. La halte du soir se situe au village de Mahuayani (4100 m).

Nuit sous tente.

## Jour 6 — MAHUAYANI - PACCHANTA - 6 h à cheval

---

 Campement

Dès le matin, vous chevauchez en direction de l'Ausangate, dont le pic enneigé tranche avec le paysage de verdoyant de l'altiplano et le bleu de la rivière Marampaquique que vous traversez. Un dernier effort est nécessaire pour atteindre le village de Pacchanta (4340 m) et de profiter des ses bains aux sources naturelles d'eaux chaudes avec vue sur l'Ausangate.

Nuit sous tente.

## Jour 7 — PACCHANTA - PUCACOCHA - 5 à 6 h à cheval

---

 Campement

Après le petit déjeuner, départ à cheval en remontant la rivière Ausangate. Aujourd'hui, vous avez toutes les chances de croiser un animal typique de la région: le Vizcacha, un petit écureuil sauvage.

Arrivée au lac de Azulcocha (4600 m), depuis les rives duquel vous pouvez admirer toute la cordillère des sommets de plus de 6000 mètres.

Pour rejoindre le campement de ce soir à Pucacocha (4700 m), il vous faut tout d'abord traverser le village d'Upis (4400 m) qui offre le réconfort de ses sources chaudes à de nombreux marcheurs et passer le vol d'Arapa (4750 m).

Nuit sous tente.

## Jour 8 — PUCACOCHA - VALLEE JAHUAYCATI - 5 à 6 h à cheval


---

 Campement

Vous chevauchez jusqu'au col de Pucapunta (5010 m) d'où vous jouissez de nouveau d'une vue exceptionnelle sur l'Ausangate et la vallée de Queshouno au fond de laquelle se situe le village de Chilca (4400 m), important carrefour commercial de la cordillère. Poursuite de la chevauchée jusqu'à la vallée de Jahuaycati où le campement est installé.

Nuit sous tente.

## Jour 9 — VALLEE JAHUAYCATI - ICACANCHA - 5 à 6 h à cheval

 Campement

Comme chaque jour, la journée est rythmée par des passages de cols aux panoramas majestueux : col de Jahuaycati (5100m) avec au loin l'Ausangate et le Tucu, puis descente vers le village de Canchapampa (4770 m) et sa petite école perdue dans la cordillère; col de Chacata (4930 m) où pâturent souvent des groupes de Vigognes et descente à Incacancha (4540 m) qui sera le dernier campement de votre traversée Inca.

Nuit sous tente.

## Jour 10 — ICACANCHA - CUZCO

 Hôtel Midori

Départ en bus depuis Incacancha (4540 m) par la piste qui mène à Sicuani ( 3535 m) où vous arrivez pour le déjeuner. Poursuite de la route pour arriver à Cuzco en fin de journée.

Nuit à l'hôtel à Cusco.

## Jour 11 — CUZCO - LIMA - EUROPE

Transfert selon vos horaires de vol vers l'aéroport de Cuzco pour votre vol retour à destination de l'Europe via Lima.

VOLS NON INCLUS dans le tarif - réservable uniquement avec un vol international.

OU

Poursuite de votre séjour vers Puno, porte d'entrée vers le Lac Titicaca :

Le matin, départ en bus pour Puno situé sur les rives du célèbre lac Titicaca. La route panoramique offre une belle variété de paysage (environ 6h30 de trajet).

-Jour 12: Puno - Iles Uros - île Amantani

-Jour 13: île Amantani - île Taquile - Puno

-Jour 14:Puno - Juliaca - Lima

-Jour 15: France

A partir de 375 € par personne (service collectif)

Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité): 60 €

Consultez nous pour tout devis personnalisé.

## Jour 12 — EUROPE

Arrivée en Europe.

### DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	PRIX VOL INCLUS	STATUT
08/08/2020	19/08/2020	1 875 €		Ouvert
15/08/2020	26/08/2020	1 875 €		Ouvert
22/08/2020	02/09/2020	1 875 €		Ouvert
29/08/2020	09/09/2020	1 875 €		Ouvert
05/09/2020	16/09/2020	1 875 €		Ouvert
12/09/2020	23/09/2020	1 875 €		Ouvert
19/09/2020	30/09/2020	1 875 €		Ouvert
26/09/2020	07/10/2020	1 875 €		Ouvert

03/10/2020	14/10/2020	1 875 €	Ouvert
10/10/2020	21/10/2020	1 875 €	Ouvert
17/10/2020	28/10/2020	1 875 €	Ouvert
24/10/2020	04/11/2020	1 875 €	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 entre la mi-avril et la fin octobre selon les disponibilités et vos souhaits.
- Le groupe est composé de 6 à 10 cavaliers internationaux. L'accompagnement est francophone.
- **IMPORTANT** : Les départs peuvent également être assurés à partir de 3 cavaliers moyennant un supplément de 695 € par personne, de 295 € pour 4 cavaliers et de 195 € pour 5 cavaliers.  
Il vous sera remboursé si nous trouvons d'autres cavaliers pour compléter le voyage.
- Le supplément chambre individuelle est de 210 €. Il n'est pas facturé si vous acceptez de partager votre chambre avec un(-e) autre cavalier(-ère).
- Les enfants, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus à partir de 12 ans - à condition d'avoir le niveau équestre requis.
- Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus 90 kg. Au delà, nous consulter.

### 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

L'encadrement par un guide accompagnateur local francophone.  
L'encadrement par un guide local responsable de la partie équestre.

### EQUIPE LOGISTIQUE

1 cuisinier et son assistant.  
Une équipe de muletiers, mules et chevaux de bât pour l'intendance.  
1 cheval par cavalier

### TRANSPORTS INTÉRIEURS

mini bus privé  
Transferts aéroport aller et retour (sauf dates de voyage différentes du reste du groupe)  
Excursion en bateau les J13  
Train + bus vers le Machu Pichu en classe expédition

### MODE D'HÉBERGEMENT

Campements/bivouacs : tentes pour 2 personnes et matelas mousse  
Hôtel local de standard 2/3\* base 2 personnes par chambre

### REPAS

Pension complète sauf à Lima, Cuzco et Puno.

### MATÉRIEL DIVERS

Pharmacie collective  
Tentes et matelas

## DIVERS

—  
Visites des sites

## 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)

## REPAS

—  
Boissons et extras personnels

Les repas à Lima, Cuzco autres que le petit-déjeuner (13 repas). Déjeuners J2 et 11. Dîners J1,2,4,10 et 11. Nous consulter dans le cadre de l'extension.

Boissons et extras personnels

## TRANSPORTS

—  
Les vols internationaux Aller et retour France - Lima

Les vols intérieurs Lima - Cuzco et Juliaca - Lima

## DIVERS

—  
Supplément petit groupe selon le nombre de cavaliers: voir rubrique "Remarques sur nos prix"

## En option

---

### HÉBERGEMENT

—  
Supplément chambre individuelle : voir rubrique Remarques sur nos prix

## INFOS ÉQUESTRES

## Cavalerie

---

Chevaux criollos élevés en montagne, adaptés au terrain, petits, dociles, endurants, et au pied très sûr.

## Niveau équestre & forme physique

---

### MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

—  
Être à l'aise à cheval en terrain varié parfois très accidenté.

### ALLURES

—  
L'allure sera essentiellement le pas en raison de la difficulté du terrain.

### AUTONOMIE ET PARTICIPATION

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

### NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

—  
Excellente condition physique et endurance nécessaire : altitude de 3000 à 5000m, mauvais temps possible en haute montagne, nuits et matinées froides.

Les gelées nocturnes sont fréquentes et peuvent atteindre  $-10^{\circ}$  aux camps les plus élevés en altitude. Le terrain est parfois difficile, dénivelés importants, quelques passages à pied. Le voyage se fait en autonomie complète pendant 9 jours.

## EQUIPEMENT EQUESTRE

Une expérience de la vie en pleine air et de la randonnée à cheval sur plusieurs jours est indispensable pour cette expédition. Partir en forme est un préalable à la construction d'un véritable échange avec les populations locales : le bien-être est communicatif, tout comme le sourire rompt les barrières dès le premier contact !

## INFOS PRATIQUES

### CONFORT

4 nuits en hôtel : à Lima et Cuzco, hôtel de bonne catégorie 3\*\*\*, à Aguas Calientes hôtel plus simple mais correct.

5 nuits en tente pendant la randonnée : tentes spacieuses pour 2 personnes avec matelas, tente pour la cuisine avec table et chaises.

### REPAS

Cuisine locale savoureuse préparée à base d'aliments frais par un talentueux cuisinier péruvien.

Prévoir des pastilles désinfectantes pour l'eau.

Casque ou bombe fortement conseillé. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel.

### CLIMAT

Du fait de sa géographie contrastée, le climat du Pérou dispose de deux saisons : l'une humide, l'autre sèche.

- De décembre à mars, l'été éclaircit le ciel de la côte mais l'atmosphère reste moite. C'est plutôt le moment privilégié pour découvrir le littoral (le reste de l'année, il fait frais et brumeux).

- Au cœur des Andes, alternent saison humide d'octobre à avril, et saison sèche à partir de mai (période idéale pour la randonnée). Plus à l'est et dans les régions tropicales, les saisons sont les mêmes, mais l'humidité s'accroît, surtout de janvier à avril avec un répit pendant les mois d'été.

La période idéale se situe entre juin et septembre où le climat se fait moins humide et moins chaud.

A Cuzco (3250 m), les températures les plus froides peuvent atteindre  $0^{\circ}$  en juillet/août et les températures les plus chaudes  $22/23^{\circ}$  en novembre. Les précipitations vont de quelques millimètres en juillet-août à 150 mm en janvier.

A Arequipa (2525 m), les températures les plus froides peuvent atteindre  $6/7^{\circ}$  en juillet-août et les plus chaudes  $22/23^{\circ}$  en novembre. Très peu de pluies toute l'année.

Matinées et nuits froides à cause de l'altitude et journées chaudes et ensoleillées. La plus belle saison se situe entre mars et mai.

### GUIDE EQUIPE LOCALE

Il est assuré au Pérou par un accompagnateur péruvien francophone très expérimenté, secondé par un cuisinier et une équipe de muletiers du village de Tink.

### TIPS

Il est toujours bien perçu de donner des pourboires quand vous êtes satisfait du service auprès des guides locaux. Que ceux-ci restent tout de même en cohérence avec le niveau de vie du pays.

### LISTE EQUIPEMENT

#### Tête

- Un casque d'équitation : il est fortement recommandé. 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 bandana, une écharpe ou foulard ou chèche pour protéger le cou ou le visage de la poussière et du soleil
- Une paire de lunettes de soleil haute protection
- Un bonnet chaud

#### Buste

- Sous-vêtements thermiques (tee shirts manches courtes ou longues).
- Tee-shirts en coton + chemises à manche longue (pour protection contre le soleil) ou T-shirt en matières techniques à séchage rapide.
- 1 polaire légère ou équivalent
- 1 polaire chaude ou équivalent + 1 polaire de rechange
- 1 veste chaude de type Goretex (imperméable et respirante)

## Jambes

- 2 culottes d'équitation ou longues chaps en cuir
- 1 pantalon de rechange (randonnée ou jean ou équivalent)
- 1 pantalon de type Goretex (imperméable et respirant)
- 1 collant ou équivalent
- 1 maillot de bain peut-être utile (baignade dans les lacs, toilette en rivière)
- Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant

## Pieds et Mains

- 1 paire de chaussures de marche légères avec chaps ou boots avec des mini-chaps spécifique pour l'équitation
- 1 paire de chaussures imperméables ou bottes (très appréciées en cas de pluie et aussi le matin au camp, rosée souvent abondante)
- 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir
- Plusieurs paires de chaussettes
- 1 paire de gants pour se protéger du soleil, du froid et des frottements

## 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
- Les cavaliers de 1m90 et + apprécieront une paire d'étrivière réglable (étrivières des selles locales sont réglables mais parfois limitées en longueur)

## Dormir

- Sac de couchage chaud confort -15° min, mieux si le confort est de -20°.
- Nous vous conseillons également de doubler celui-ci avec un sac à viande en soie ou en polaire.
- Eventuellement drap de laine polaire et couverture de survie

## Divers

- Sac de voyage 80 - 100 litres, de préférence un sac souple (ouverture frontale ou sac à dos)
- 1 gourde de 1,5 litres ou 2 équivalentes
- Thermos (facultatif)
- Lampe frontale, piles et ampoules de rechange
- Nécessaire de toilette (lingettes biodégradables pour remplacer l'eau, micropur...)
- Papier toilette + briquet pour brûler celui-ci après usage
- Un couteau suisse ou équivalent (en soute!!)
- Petits sacs en plastique pour jeter dans la poubelle
- Des boules 'quies' peuvent être utiles
- Sac à dos de 25-30.
- Appareil photo (avec une batterie de rechange)
- Une paire de jumelles éventuellement

## Pharmacie

Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.

- Médicaments personnels
- 1 Antibiotique à large spectre
- 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 (même si de l'eau potable est fournie par l'équipe)
- Une crème et un spray anti moustique
- Des Compeed pour les ampoules.

Spécifique altitude : Aspegic 1000, Duxil... pour maux de tête persistants dus à l'altitude, somnifère léger, Diamox ou Aldactazine en comprimés (sur prescription médicale, à n'utiliser que sur l'avis de votre médecin).

### Informations générales

- La compagnie aérienne autorise un seul sac en soute par passager. Prenez garde à ne pas dépasser 20kg, car vous pourriez avoir à régler à l'enregistrement les kg excédentaires.
- Les bagages cabines sont limités à 7 kg (dimensions maximales 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.
- En cas de perte de vos papiers, nous vous conseillons de ranger une copie de votre passeport dans un endroit différent des originaux.
- Si, afin de partir " léger ", vous lavez vos vêtements en cours de voyage, privilégiez les lessives biodégradables.
- Prenez de quoi rassembler vos déchets toxiques (piles, aérosols, batteries, tubes de pommade, ...) 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.

### Equipement fourni

- Pharmacie collective
- Tentes 2 personnes
- Matelas

## VISA & SANTÉ

### Formalités

Les ressortissants français n'ont pas besoin de visa pour un séjour touristique court au Pérou. Il convient d'être en possession d'un passeport ayant une validité d'au moins 6 mois à compter de l'arrivée sur le territoire péruvien.

#### CONSEILS POUR L'OBTENTION DU VISA

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants Français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès du consulat systématiquement avant votre départ.

#### ADRESSES DES CONSULATS

- Paris | Ambassade du Pérou  
50, avenue Kléber  
75116 Paris  
Tél. : 01.53.70.42.00  
Fax :  
perou.ambassade@amb-perou.fr
- Embassy of Peru  
52 Sloane Street  
SW1X 9SP London  
Tél. : +44 (0) 20 7235 1917  
Fax : +44 (0) 20 7235 4463  
postmaster@peruembassy-uk.com
- Ambassade de France au Pérou  
Avenida Arequipa 3415 San Isidro  
27 Lima  
Tél. : +51 (1) 215 84 00  
Fax :  
france-chancellerie@ambafrance-pe.org

### Santé



Recommandations sanitaires :

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 majorité des hôpitaux ont un service pour les maladies infectieuses et tropicales. Pour plus d'informations, veuillez consulter celui le plus proche de chez vous.

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.

Pour ce pays :

Les personnes qui connaissent des problèmes cardiaques et qui souhaitent se rendre dans les villes d'altitude (Puno, Cusco, Huaraz, Arequipa) doivent consulter un médecin avant tout déplacement.

En prévention des symptômes liés à la haute altitude, il est vivement conseillé de prendre l'avis de son médecin pour discuter de l'opportunité d'un traitement (par exemple, acetazolamide).

La mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite est conseillée.

Autres vaccinations conseillées (selon conditions d'hygiène et durée du séjour) : fièvre typhoïde, hépatites virales A et B.

Pour l'Amazonie, le vaccin contre la fièvre jaune est vivement recommandé (à pratiquer avant le départ dans un centre de vaccination agréé). Il est obligatoire pour se rendre au Venezuela depuis le Pérou (un certificat de vaccination peut être exigé).

De nombreux cas de grippe AH1N1 ont été enregistrés au Pérou. Les personnes fragiles (en particulier les enfants, les femmes enceintes, les patients porteurs de fragilités respiratoires ou cardiaques) doivent être particulièrement vigilantes. La vaccination antigrippale peut être recommandée, en particulier chez les sujets les plus fragiles.

Le Mal aigu des montagnes (MAM) est le principal souci de santé auquel pourra être confronté le randonneur (maux de tête), durant ces quelques heures, il est conseillé de manger léger, de ne pas boire d'alcool et de marcher lentement, une seule prise de paracétamol suffit en général à calmer la migraine.

L'ambassade de France met en garde les voyageurs contre la consommation d'ayahuasca, plante hallucinogène utilisée par les chamanes en Amazonie, inscrite au registre des stupéfiants en France. L'usage de l'ayahuasca peut avoir des conséquences médicales graves, susceptibles d'entraîner la mort. La maîtrise du processus d'initiation au chamanisme n'est nullement contrôlée et ne peut être garantie sous aucun prétexte. Toutefois, de nombreux guides touristiques ainsi que des centres d'éco-tourisme peu fiables proposent des initiations au chamanisme. Ainsi, le centre Sachawawa à Tarapoto fait, en particulier, l'objet d'une enquête judiciaire à la suite du décès d'une Française, en août 2011, dans des circonstances non encore élucidées.

---

## 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 !