Cheval d'Aventure
VOYAGES À CHEVAL & TRADITIONS ÉQUESTRES DEPUIS 1972

2 rue Vaubecour - 69002 Lyon (France) +33 (0)4 82 53 99 89 infos@cheval-daventure.com

Informations au 17/11/2026

Botswana intime, les secrets du Delta à cheval

BOTSWANA

Partez pour un **safari à cheval au cœur de l'Afrique** authentique, dans le sud du delta de l'Okavango. Ce camp de grand charme, niché dans un paradis de verdure bordant la Santantadibe, vous attend pour vous offrir à la fois luxe et aventure. Un **safari équestre dans l'Okavango**, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, sanctuaire d'une faune sauvage variée et riche, un des derniers paradis sur Terre. Vous êtes accueillis comme des amis chez Clyde et Marieke et profitez de votre séjour pour **explorer à cheval la brousse africaine** qui vous révèle jour après jour ses trésors. Un voyage immersif, inoubliable, à la rencontre de la grande faune africaine.

Safari à Cheval	**10 jours (7 à cheval)**	**À partir de 5 085 €**		Ouvert aux non cavaliers





ITINÉRAIRE

Les points forts

• Un nouveau Lodge parfaitement situé dans une zone très riche en faune du Delta et personnellement repéré par notre équipe en juillet 2023 lors d'un voyage exploratoire
• La présence de l'eau toute l'année grâce à la proximité du fleuve Santantadibe même en saison sèche, un gros coup de cœur !
• Rencontre à cheval de la grande faune africaine : éléphants, girafes, antilopes, buffles, gnous, zèbres, et un paradis pour les ornithologues!
• Qualité de la cavalerie et des guides, formés par David Foot, une référence des circuits au Botswana
• Intimité du Lodge, vous êtes reçus comme chez des amis, votre maison africaine au cœur de la brousse, d'une capacité de seulement 12 lits!
• Voyage éco responsable, l'opérateur emploie des personnes des communautés locales et sponsorise et finance les études en tourisme d'étudiants, un voyage à l'impact positif!

Jour 1 — EUROPE - JOHANNESBURG

Vol international de nuit pour Johannesburg (vols non inclus, mais nous nous chargeons des réservations sur simple demande lors de votre inscription).
Si vous souhaitez réserver vos vols par vous même, il est important de trouver un vol qui arrive le lendemain matin tôt à Johannesburg, afin de vous laisser suffisamment de temps d'escale (2h30 à 3h00) pour changer de terminal, parfois récupérer votre bagage et prendre votre vol sur Maun.

Jour 2 — JOHANNESBURG - MAUN - DELTA DE L'OKAVANGO - Environ 1.5h à cheval

Cha Cha Metsi Camp

Accueil à l'aéroport de Maun au Botswana (accès par vol depuis Johannesburg, nous nous chargeons des vols internationaux sur demande). Départ

direct en véhicule dans le sud du delta de l'Okavango. Après un transfert en voiture (environ 2h de route) vous retrouvez les chevaux et l'équipe d'intendance.
Début de la randonnée à cheval dans le delta. L'itinéraire n'est pas précis mais les découvertes en sont sublimées. Le campement est parfaitement intégré dans la nature, intimiste et confortable. Ici vous embrassez la brousse africaine !
Premier safari à cheval l'après-midi pour vous familiariser avec vos montures et première nuit dans le delta après un délicieux dîner pris sous la grande tente mess.

Jour 3 — DELTA DE L'OKAVANGO - 5-6h à cheval

Cha Cha Metsi Camp

L'itinéraire précis des journées qui suivent sera organisé en fonction de la période et des déplacements de la faune pour offrir en toute saison les meilleures opportunités d'observations et de safari équestre. Une journée type commence par un bon petit déjeuner pris de bonne heure La journée est ensuite consacrée à la découverte du delta et à l'observation de la faune. Le matin vous chevauchez environ 4h. Ce sera l'occasion de nombreux galops dans les plaines. Le Lodge à l'avantage d'être parfaitement situé au bord de la Santantadibe River, ce qui offre de l'eau en permanence aux abords du lodge, même hors de la saison d'inondation. A midi retour au camp pour le déjeuner et un peu de repos. En milieu d'après midi seconde sortie à cheval (plus courte de 1h30 à 2h) avec un rythme moins soutenu (pas de galop), c'est l'opportunité de faire de belles photos avec les lumières de fin de journée, d'observer plus tranquillement la faune dans les bruits et les odeurs du bush.
Retour au camp juste avant la nuit pour l'apéritif, le dîner sous les étoiles et la nuit bercée par les bruits de la faune.

Jour 4 — DELTA DE L'OKAVANGO - 5-6h à cheval

Cha Cha Metsi Camp

Départ pour une nouvelle journée de safari à cheval en suivant la piste des éléphants, des girafes et des antilopes qui peuplent le Delta. Les pistes sablonneuses sont de parfaits terrains pour de beaux galops, parfois entourés de troupeaux de zèbres ou de gnous. Le Delta est un sanctuaire pour les oiseaux et vous pourrez en apprécier de nombreuses espèces: vautours, aigles pêcheurs, rolliers, marabouts...Les bosquets de Mopane, eux, sont les terrains préférs des éléphants. Le population des éléphants du Botswana est très importante et vous ne manquerez pas d'observer les grands pachydermes depuis votre selle.
Retour au Lodge pour la nuit.

Jour 5 — DELTA DE L'OKAVANGO - 5-6h à cheval

Cha Cha Metsi Camp

Réveil matinal, petit déjeuner complet et départ pour 4 heures de safari à cheval. Observation des animaux fétiches de l'Okavango, les cobes lechwes, de gracieuses antilopes qui franchissent les étangs au galop, kudus et impalas, girafes, phacochères.... Vous passez des grandes plaines à un bush plus dense, chaque écosystème étant le refuge d'animaux différents, vous serez surpris par vos découvertes toute la journée! Déjeuner au camp avant le tradionnel temps de "siesta" puis un nouveau safari au coucher du soleil aux couleurs magiques. Apéritif et dîner au camp avant une nuit bercée par les hyènes et les hippopotames qui habitent le fleuve voisin.

Jour 6 — DELTA DE L'OKAVANGO - 5-6h à cheval

Cha Cha Metsi Camp

A cheval, vous repartez ce matin pour une matinée dynamique à cheval. En terrain découvert, vous profitez de belles allures puis observez les animaux au pas et à l'arrêt. Contrairement aux parcs nationaux sur fréquentés d'Afrique de l'Est, le delta du Botswana et ses conservations privées en font un véritable sanctuaire de tranquillité pour la faune sauvage. C'est en toute intimité que vous pouvez observer éléphants, girafes, gnous, impalas, zèbres.. parfois craintifs, mais quel bonheur de pouvoir observer leur comportement sauvage et naturel, et quelle récompense quand vous pouvez les approcher de près à cheval ! Apéritif autour du feu de camp pour profiter jusqu'au soir des sons et des odeurs de brousse.

Jour 7 — DELTA DE L'OKAVANGO - 5-6h à cheval

Cha Cha Metsi Camp

Safari à cheval à travers le bush et les plaines couvertes de figuiers étrangleurs et de mopanes où l'on rencontre de nombreuses girafes et de plus timides antilopes. Une plaine inondée, où vous surprenez certainement quelques familles de babouins qui s'amusent.

Jour 8 — DELTA DE L'OKAVANGO - 5-6h à cheval

Cha Cha Metsi Camp

Encore une très belle journée à cheval au cœur du delta. L'observation de la faune sera encore très riche aujourd'hui. Chaque journée de safari est différente et apporte son lot de surprises. Hyènes et autres prédateurs sont plus discrets mais se font parfois apercevoir. La patience est de mise

pour profiter de chaque rencontre! Vous croiserez certainement des troupeaux d'éléphants et de buffles avant de rejoindre au coucher du soleil le camp pour une dernière nuit dans cet incroyable environnement.

Jour 9 — DELTA DE L'OKAVANGO - MAUN - JOHANNESBURG - Environ 2h à cheval

Dernière matinée de safari à cheval avant de quitter vos chevaux, votre équipe et le delta. Retour vers Maun en véhicule puis vol régulier pour Johannesburg vers 14h et connexion pour l'Europe (non inclus), ou début de votre extension (Safari dans le Kalahari central, Chutes Victoria, Mozambique... consultez nous !).

Jour 10 — ARRIVEE EN EUROPE OU EXTENSION

Arrivée en Europe en début de matinée ou début de votre extension en Afrique Australe.

N'hésitez pas à nous contacter pour une extension vers les chutes Victoria Falls, un safari en véhicule tout terrain dans le Kalahari central, lieu très privilégié pour l'observation des fauves - Consultez nous !

DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	STATUT
20/11/2026	29/11/2026	5 085 €	Départ garanti
27/11/2026	06/12/2026	5 085 €	Départ garanti
02/12/2026	11/12/2026	5 085 €	Départ garanti
11/12/2026	20/12/2026	6 940 €	Départ garanti
18/12/2026	27/12/2026	6 940 €	Départ garanti
25/12/2026	03/01/2027	6 940 €	Départ garanti
08/01/2027	17/01/2027	5 790 €	Départ garanti
15/01/2027	24/01/2027	5 790 €	Départ garanti
22/01/2027	31/01/2027	5 790 €	Départ garanti
29/01/2027	07/02/2027	5 790 €	Départ garanti
05/02/2027	14/02/2027	5 790 €	Départ garanti
12/02/2027	21/02/2027	5 790 €	Départ garanti
19/02/2027	28/02/2027	5 790 €	Départ garanti
26/02/2027	07/03/2027	5 790 €	Départ garanti
05/03/2027	14/03/2027	5 790 €	Départ garanti
12/03/2027	21/03/2027	5 790 €	Départ garanti
19/03/2027	28/03/2027	5 790 €	Départ garanti
26/03/2027	04/04/2027	6 390 €	Départ garanti
02/04/2027	11/04/2027	6 690 €	Départ garanti
09/04/2027	18/04/2027	6 690 €	Départ garanti
16/04/2027	25/04/2027	6 690 €	Départ garanti
23/04/2027	02/05/2027	6 690 €	Départ garanti
30/04/2027	09/05/2027	6 690 €	Départ garanti

07/05/2027	16/05/2027	6 690 €	Départ garanti
14/05/2027	23/05/2027	6 690 €	Départ garanti
21/05/2027	30/05/2027	6 690 €	Départ garanti
28/05/2027	06/06/2027	7 290 €	Départ garanti
04/06/2027	13/06/2027	7 890 €	Départ garanti
11/06/2027	20/06/2027	7 890 €	Départ garanti
18/06/2027	27/06/2027	7 890 €	Départ garanti
25/06/2027	04/07/2027	7 890 €	Départ garanti
02/07/2027	11/07/2027	7 890 €	Départ garanti
09/07/2027	18/07/2027	7 890 €	Départ garanti
16/07/2027	25/07/2027	7 890 €	Départ garanti
23/07/2027	01/08/2027	7 890 €	Départ garanti
30/07/2027	08/08/2027	7 890 €	Départ garanti
06/08/2027	15/08/2027	7 890 €	Départ garanti
13/08/2027	22/08/2027	7 890 €	Départ garanti
20/08/2027	29/08/2027	7 890 €	Départ garanti
27/08/2027	05/09/2027	7 890 €	Départ garanti
03/09/2027	12/09/2027	7 890 €	Départ garanti
10/09/2027	19/09/2027	7 890 €	Départ garanti
17/09/2027	26/09/2027	7 890 €	Départ garanti
24/09/2027	03/10/2027	7 890 €	Départ garanti
01/10/2027	10/10/2027	7 890 €	Départ garanti
08/10/2027	17/10/2027	7 890 €	Départ garanti
15/10/2027	24/10/2027	7 890 €	Départ garanti
22/10/2027	31/10/2027	7 890 €	Départ garanti
29/10/2027	07/11/2027	6 390 €	Départ garanti
05/11/2027	14/11/2027	5 790 €	Départ garanti
12/11/2027	21/11/2027	5 790 €	Départ garanti
19/11/2027	28/11/2027	5 790 €	Départ garanti
26/11/2027	05/12/2027	5 790 €	Départ garanti
03/12/2027	12/12/2027	6 190 €	Départ garanti
10/12/2027	19/12/2027	7 890 €	Départ garanti
17/12/2027	26/12/2027	7 890 €	Départ garanti
24/12/2027	02/01/2028	7 890 €	Départ garanti
31/12/2027	09/01/2028	7 890 €	Départ garanti

Remarques sur nos prix

• Les tarifs ci-dessus correspondent au TARIF HORS AÉRIEN par adulte en chambre double standard. Nous pouvons réserver vos vols internationaux jusqu'à Maun (Botswana). Nous consulter.

• Les groupes sont composés de 2 à 8 cavaliers maximum, plus les guides.

• Les dates ci-dessus sont données à titre indicatif. Les départs et les séjours sont possibles tout le temps en fonction des disponibilités et de vos souhaits. Il est également possible de prévoir des séjours plus courts ou plus longs, n'hésitez pas à nous contacter.

• Les transferts de et vers Maun ne sont pas inclus. Vous avez le choix entre:

- un transfert par la route (durée 2h) : 115 € par personne par trajet en 2025/2026 - 150 € par personne par trajet en 2027
OU
- un transfert de 20 minutes par hélicoptère : 300 € par personne par trajet en 2025/2026 - 350 € par personne par trajet en 2027

Il est possible de mixer les trajets.
Attention : les tarifs sont valables pour minimum 2 personnes. Si vous êtes seul(e), le tarif x2 s'appliquera.

• Le supplément tente individuelle : est de 1 495 € pour la semaine en basse saison (du 10/01 au 31/03 puis du 01/11 au 09/12) // 1 670 € pour la semaine en moyenne saison (du 01/04 au 31/05) // 2 120 € pour la semaine en haute saison (du 01/06 au 31/10 puis du 10/12 au 10/01)
Il n'est pas facturé si vous acceptez de partager votre tente avec un(-e) autre cavalier(-ère) de même sexe, SAUF pendant la haute saison, alors il sera facturé à l'inscription.

• L'âge minimum des enfants acceptés est de 12 ans, mais uniquement avec un très bon niveau équestre et de l'expérience en extérieur, dû à la présence des Big 5. La sécurité des enfants et du groupe étant la priorité, le guide sera seul juge sur place pour décider si l'enfant est apte à suivre le groupe. Dans le cas contraire, il devra suivre le safari en véhicule. Pas de remise enfant.

• Un non cavalier qui accompagne un cavalier pourra bénéficier de safaris à pied, en véhicule ou en mokoro (pirogue traditionnelle) - Il bénéficie des remises suivantes sur le tarif 7 nuits, en partageant la chambre d'un cavalier:

- 1 500 euros de réduction en basse saison (du 10/01 au 31/03 puis du 01/11 au 09/12)
- 1 700 euros de réduction en moyenne & haute saison (le reste des dates)

• IMPORTANT : Les cavaliers de plus de 95 kg doivent nous contacter avant inscription.

AVERTISSEMENT
Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévus. 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 équestre anglophone spécialiste de la région et un guide back up

EQUIPE LOGISTIQUE

1 cheval équipé par cavalier
Une équipe d'intendance : palfrenier, logisticien, cuisinier

MODE D'HÉBERGEMENT

7 nuits en campement aménagé en tente double.

REPAS

Pension complète du dîner du J2 au déjeuner du J9
Les boissons (eau, vin, biére, soda)

Notre prix ne comprend pas

Assurance rapatriement et annulation "multirisques" sans risques épidémies : 3,8% du prix de votre voyage.
Assurance Annulation et interruption de séjour : 2,8% du prix de votre voyage.
Assurance complémentaire carte bancaire (gold, visa premier...) : 2,1% du prix de votre voyage.
Frais d'inscription obligatoires : 15 euros par personne

DIVERS

Pourboires équipes locales (à votre discrétion)

REPAS

Le déjeuner du J2.

TRANSPORTS

Les vols internationaux pour Maun

En option

HÉBERGEMENT

Supplément tente individuelle.

TRANSPORT

Transfert aéroport

INFOS ÉQUESTRES

Cavalerie

Hanovriens, trakehners, anglo-arabes, arabes-barbes, énergiques et sûrs, qui n'hésitent jamais à galoper ou à approcher les animaux sauvages.
Les cavaliers de plus de 95 kg doivent nous contacter avant inscription.

Guide & équipe locale

Clyde Niven sera votre hôte pour le séjour avec sa femme Marieke. Ils ont récemment trouvé, acheté et bâti ce petit paradis au cœur de la brousse africaine. Clyde est le petit fils de l'auteur Sir Percy Fitzpatrick, auteur du classique sud-africain "Jock of the Bushveld"et vous étonnera par ses nombreuses anecdotes et son humour!
Trois guides locaux très expérimentés, Lesh, KB et Wiseman, guident ce safari. KB sera probablement votre guide principal. Lesh et Wiseman partagent leur temps entre le camp de Cha Cha Metsi et le camp du Kalahari.

Niveau équestre & forme physique

MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

Cavalier confirmé uniquement, à l'aise en grand extérieur, gardant son équilibre en terrain varié, et ayant le réflexe de retrouver son assiette si le cheval fait un écart.
IMPORTANT : Les cavaliers de plus de 95 kg doivent nous contacter avant inscription.

ALLURES

Le matin, toutes les allures sont largement pratiquées. De beaux et longs galops. De juillet à septembre, dans le delta inondé (en fonction des années) : prévoir d'être largement trempé. L'après midi, une sortie plus calme est prévue (au pas uniquement, quelques trots possibles, pas de galop, pour des raisons de sécurité)
En fonction des périodes de l'année, les allures varient. Ainsi durant l'hiver austral (notre été), à partir de Avril/Mai le niveau d'eau est élevé, et les zones propices au long galop moins importantes. Lorsque le niveau d'eau descend, à partir d'Octobre, les plaines inondées s'offrent pour des allures plus vives. L'observation de la faune se fait dans le calme et au pas.

AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Un staff anglophone très efficace assure les soins et la préparation des chevaux. Ils sellent et dessellent les chevaux pour vous. Vous n'avez qu'une chose à faire: profiter!

NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Environnement facile avec un climat agréable toute l'année. Les saisons sont inversées puisque le Botswana est dans l'hémisphère sud.
Les cavaliers qui ne montent pas régulièrement doivent absolument se remettre en selle avant le safari.
Partir à la rencontre de cultures et de mentalités différentes implique une acceptation de ces différences et leur respect..

EQUIPEMENT EQUESTRE

Sellerie anglaise et MacLellan.
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 tout récent, ouvert en 2023, et assez intimiste. 8 grandes tentes type Safari (ou l'on tient aisément debout) dont certaines familiales pouvant accueillir 3 ou 4 personnes sont réparties dans le camp, au bord du fleuve. Les tentes classiques sont simples mais confortables avec lits de camp et véritable literie (matelas, couettes, oreillers..) Chaque tente possède sa propre salle de bain avec eau chaude, et toilettes.
Attention: pas d'électricité dans les tentes, mais vous pouvez faire recharger vos appareils électroniques au bureau du Lodge. Du Wi-Fi est disponible à la réception.
Un grand salon/salle à manger vous invite pour le petit déjeuner, le déjeuner, le thé de l'après midi, l'apéritif et le dîner. Vous y êtes le bienvenu pour profiter des belles vues sur la savane africaine à tout moment de la journée.

REPAS

Petit déjeuner sous forme de buffet de brousse, salé, sucré, thé, café, chocolat, œufs, bacon.
Déjeuner froid sous forme de buffet (salade, viande froide, fruit et fromage).
Dîner servit à table, viande, légumes, grillades, fruits frais.
Eau minérale fournie

CLIMAT

Les mois de Octobre à Mars sont les plus chaud de l'année, avec des températures qui varient entre 15 et 37°C.
La saison des pluies est de Novembre à Mars. L'hiver voit le jour début Mai, et fini en Août, avec des températures qui varient entre 4 et 23°C.
En hiver les journées sont plus courtes mais le ciel est bleu et dégagé, idéal pour les safaris.
Il est intéressant de se caler sur la migration qui monte vers Nxai Pan en octobre/novembre et redescend vers Makgadikgadi en avril/mai. Ces mouvements dépendant bien sûr des pluies et dans les périodes intermédiaires il est difficile de prévoir où sera le gros des troupeaux.

TIPS

Pourboires entre 10 et 15 euros 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 euros par jour et par guide).

LISTE EQUIPEMENT

Pour ce voyage le poids maximum du bagage est limité à 20 kgs - Prévoir un sac souple pour le transport de vos bagages.

Nous vous recommandons également de prévoir des batteries de rechange pour vos appareils photo ou un petit chargeur solaire.

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.
Pas de blancs ou de couleurs vives pour passer le plus inaperçu possible dans la brousse!

Un service de blanchisserie est disponible au camp, ne vous chargez pas trop.

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
• 3 à 4 polos en coton ou chemises à manches longues (protection contre le soleil et les moustiques)
• 2 Tee-shirt manche courte
• 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 coupe vent 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 culottes d'équitation avec chaps ou longues chaps en cuir.
• 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.
• 1 short ou 1 bermuda

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 évite 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 litres.
• Sacoche double disponible sur demande
• 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 éventuellement
• Lampe frontale, piles et ampoules de rechange
• Nécessaire de toilette
• 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
• 1 Antibiotique à large spectre
• Sprays anti-moustique pour la peau et pour les tissus

• 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.

• En cas de perte de vos papiers, nous vous conseillons de ranger une copie de votre passeport dans un endroit différent des originaux.

TOURISME RESPONSABLE

Voici nos 6 conseils pour un voyage responsable :

1. **Voyagez léger** : Le poids des valises impacte négativement les émissions de CO_2 du kérosène et de l'essence.
2. **Supprimez le plastique** : Emmenez votre gourde réutilisable préférée. Un mug et des couverts durables pour les nuits en tente ou pendant votre vol.
3. **Préservez la nature** : Prévoyez une "poubelle de voyage" pour vos déchets pendant la randonnée. Laissez les plantes à leur place, elles sont plus belles ainsi, observez la faune à distance pour ne pas les déranger. Utilisez des produits cosmétiques biodégradables, afin de protéger votre peau et l'environnement.
4. **Faites du tourisme éthique** : refusez de prendre part à toute activité offrant un exploitant les animaux sauvages (spectacles, caresses avec touristes, etc.) .
5. **Soutenez les populations locales** : découvrez leur culture, respectez leurs coutumes, achetez des souvenirs locaux.
6. **Partagez !** sensibilisez votre entourage au tourisme responsable

Pour plus d'informations, retrouvez notre article détaillé sur le Mag .