

NÉPAL

# LES INCONTOURNABLES DU NÉPAL : TREK DANS LES ANNAPURNAS ET SAFARI À CHITWAN

- › Deux ambiances distinctes : montagne dans les Annapurnas, jungle dans le Téraï
- › Un trek facile au cœur des Annapurnas
- › La découverte de l'architecture Newar

À PARTIR DE

**1 665 €**

DURÉE

14 jours

THÉMATIQUE

En couple / Entre amis

Partez sur les contreforts des massifs himalayens, puis découvrez la jungle du sud népalais : deux salles, deux ambiances !

Ce voyage vous fait découvrir toutes les facettes culturelles du Népal. Vous commencez votre voyage par le stupa bouddhiste Swayambhounath qui domine la vallée, puis poursuivez jusqu'à Patan, l'une des trois anciennes cités impériales.

Vous basculez ensuite dans l'univers hindouiste en découvrant Pashupatinath, un site datant du XIIème siècle et lieu de crémation dédié à Shiva ; avant d'arriver à Bhaktapur, la plus belle des trois villes impériales de la vallée.

Vous prenez ensuite la direction de Pokhara pour le tour des Annapurnas lors d'un trek au cœur du Népal. Lors de votre ascension à travers les villages népalais au pied du magnifique Machapuchare, vous avancez jusqu'aux portes du toit du monde. Partez ensuite explorer le Teraï à l'orée de l'Inde. Enfin, changement radical de décor au cœur du parc national de Chitwan, que vous découvrirez par la voie de la terre et la voie de l'eau, à pied et en canoë. Partez à la recherche des rhinocéros et des tigres qui peuplent les environs...

Un voyage complet pour **découvrir la diversité du Népal**, qui ne se résume pas à l'Himalaya !

## QUAND PARTIR ?

Voici les meilleures périodes pour réaliser ce voyage. N'hésitez pas à demander plus de conseils à nos experts locaux !

janvier

février

mars

avril

mai

juin

juillet

août

septembre

octobre

novembre

décembre

# LE PROGRAMME JOUR PAR JOUR

## JOUR 1

### ACCUEIL À KATMANDOU ET TRANSFERT À L'HÔTEL

- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Dîner

Namasté !

Vous êtes accueillis à Katmandou. Installation à l'hôtel et, en fonction de l'heure d'arrivée du vol, vous pouvez visiter Swayambhunath, un stupa bouddhiste dominant la vallée de Katmandou offrant une vue panoramique spectaculaire sur les environs.

## JOUR 2

### DÉCOUVERTE DE L'ARTISANAT NÉPALAIS

- > Transport : Transport Privé (1h30)
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner

Visite de Patan, l'une des trois anciennes cités impériales de la vallée, principalement bouddhiste, connue pour ses artisans fondeurs de statues. Vous continuez sur Bungamati, village d'artisans néwar du XVe siècle. Balade au milieu des cultures en terrasse jusqu'au village de Khokhana. Retour à notre hôtel à Katmandou en fin d'après-midi.

## JOUR 3

### PLONGÉE DANS LA CULTURE HINDOUISTE

- > Transport : Transport privé pour la journée
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner

Journée de découverte des joyaux de la vallée de Katmandou : Pashupatinath, site hindouiste datant du XIIe siècle, lieu de crémation dédié à Shiva où les pèlerins viennent se baigner dans la rivière sacrée Bagmati. Vous partez ensuite pour la somptueuse cité piétonne Bhaktapur, à 15 km de Katmandou, la plus belle des trois villes impériales de la vallée. Visite et nuit à Bhaktapur pour rester quand tous les visiteurs sont partis.

## JOUR 4

# RANDONNÉE DANS LA CAMPAGNE NÉPALAISE

- › Transport : Transport privé pour la journée
- › Marche : 2h
- › Hébergement : Hôtel
- › Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Le matin, balade dans les ruelles de Bhaktapur puis transfert à Telkot et rando sur la crête jusqu'à Changu Narayan, le plus ancien temple de la vallée, dédié à Vishnu et situé sur un promontoire dominant la vallée. Vous descendez ensuite à pied vers le village Newar de Sankhu, puis court transfert jusqu'à Bodhnath. Visite du grand stupa de Bodhnath situé au cœur du quartier tibétain où se sont construits de nombreux monastères de l'exil. Vous passez la nuit à Bodhnath pour profiter de ce haut lieu sacré en soirée.

## JOUR 5

# ROUTE POUR LES RÉGIONS MONTAGNEUSES

- › Transport : Transport collectif
- › Marche : 1h
- › Hébergement : Hôtel
- › Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Vous quittez la vallée de Katmandou et prenez la route pour Bandipur en transport collectif. C'est un somptueux village de commerçants Newars ; superbe vue sur la chaîne de l'Himalaya dont le mont Manaslu (8163m). L'après-midi, vous faites une petite marche dans les environs de ce village connu entre autres pour ses orangers.

## JOUR 6

# ARRIVÉE AU CAMP DE BASE

- › Transport : Transport collectif
- › Marche : 1h
- › Dénivelé positif : 400 m
- › Hébergement : Lodge
- › Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Petit déjeuner dans un cadre naturel splendide ! Puis, vous prenez un transport collectif et gagnez Pokhara (2h30) pour y faire une pause déjeuner, avant de rejoindre Kande (1700 m) dans les basses vallées, entourées de rizières en terrasses. Vous êtes au pays Gurung. C'est le début du petit trek, vous montez au camp de base de l'Australian camp.

## JOUR 7

# DÉBUT DE VOTRE TREK AU NÉPAL

- > Marche : 4h
- > Dénivelé positif : 200 m
- > Dénivelé négatif : 400 m
- > Altitude max : 1640 m
- > Hébergement : Lodge
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Vous marchez jusqu'au village de Landruk dans la vallée de la Modi Kola. Profitez de la vue dégagée sur l'horizon verdoyant, entre de petits villages en terrasses, d'épaisses forêts qui vous apportent un peu de fraîcheur et des rizières verdoyantes. Une belle manière de commencer votre mini trek au cœur des Annapurnas.

## JOUR 8

# ASCENSION DES HAUTEURS NÉPALAISES JUSQU'AUX SOMMETS

- > Marche : 4h
- > Dénivelé positif : 650 m
- > Dénivelé négatif : 400 m
- > Hébergement : Lodge
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Vous descendez au village gurung de Landruk qui offre une vue superbe sur l'Annapurna Sud (7219 m) et l'Hinchuli (6441 m). Traversée de la Madi Kola et montée un peu raide jusqu'à Ghandruk, village gurung aux solides maisons entourées de murs de pierres qui protègent rizières et champs de blé. Très belle vue sur l'Annapurna Sud et le Machapuchare.

## JOUR 9

# SUITE ET FIN DE VOTRE MINI TOUR DES ANNAPURNAS

- > Transport : Transport collectif
- > Marche : 4h
- > Dénivelé négatif : 850 m
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner & déjeuner

Descente vers Birethanti (1100 m). Vous alternez entre des sentiers serpentant à flanc de montagne et des grandes vallées rocheuses et arborées pour rejoindre la route, puis transfert en bus collectif jusqu'à Pokhara. Après-midi libre et détente à Pokhara.

## DIRECTION LA JUNGLE DU CHITWAN

- › Transport : Transport collectif (4h)
- › Hébergement : Hôtel
- › Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Après le petit-déjeuner, vous quittez, en bus touristique, les montagnes pour les plaines du Terai qui s'étendent au sud est du pays, sur les piémonts de l'Inde et du Népal. C'est dans cette région, à Lumbini, qu'aurait eu lieu la naissance du Bouddha. Vous rejoignez le parc national de Chitwan, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1984.

La flore et la faune de ses forêts y sont très denses. Il abrite une des dernières populations de rhinocéros asiatique à une corne et constitue également l'un des derniers refuges du tigre du Bengale. Arrivée à Chitwan, vous vous installez à l'hôtel, puis, en fin d'après-midi, vous partez effectuer une balade à la découverte des villages et du mode de vie de la population ethnique locale appelée Tharus. Dans la soirée, vous assistez à un spectacle culturel, où les artistes locaux mettent en avant la danse traditionnelle de la région.

## EXPLORATION DE LA FAUNE ET DE LA FLORE DU PARC DE CHITWAN

- › Hébergement : Hôtel
- › Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Journée consacrée à la découverte de la jungle. Accompagné d'un guide local, vous effectuez une excursion matinale pour observer la faune et la flore du parc. La journée commence par une paisible descente de la rivière Rapti en canoë pour observer les oiseaux au lever du soleil. C'est aussi le moment idéal pour observer d'autres animaux tels que les crocodiles, les cerfs, les rhinocéros et, pourquoi pas, les tigres du Bengale... Après le canoë, vous continuez votre promenade, cette fois à pied, dans la jungle tropicale du parc.

Retour à l'hôtel, vous prenez un copieux petit-déjeuner, puis vous allez à la rencontre des éléphants du Terai ! Votre guide et le cornac vous expliquent le mode de vie des éléphants. Vous pouvez vous approcher d'eux, les nourrir avec leurs friandises préférées : les bananes et les bambous.

Pour terminer, vous participez au rituel quotidien : le bain des éléphants ! Déjeuner à l'hôtel, puis repos durant les heures chaudes !

En fin d'après-midi, vous visitez un centre d'élevage de crocodiles. Dîner à l'hôtel.

## JOUR 12

### RETOUR À KATMANDOU

- > Transport : Bus touristique
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner & déjeuner

Balade matinale pour observer les oiseaux (rollier indien, martin-pêcheur, guêpier, oie à tête barrée, etc.), puis petit-déjeuner à l'hôtel.

Dans la matinée, vous prenez la route en transport collectif pour Katmandou. Arrivée en fin d'après-midi. Temps libre.

## JOUR 13

### JOURNÉE LIBRE À KATMANDOU

- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner

Vous profitez de votre dernière journée au Népal, qui est libre, avant votre vol retour du lendemain. Vous pouvez vous reposer ou profiter de l'ambiance de la capitale népalaise... pour vous perdre dans ses ruelles... ou encore pour acheter quelques souvenirs !!!

## JOUR 14

### FIN DU SÉJOUR

- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Fin de nos services. Vol international.

# PRIX

## Budget

- › **Base 2 personnes : 1665€ par personne**
- › **Base 4 personnes : 1460€ par personne**

## Le prix comprend

Tous les transferts selon programme

- L'hébergement en hôtel avec petit-déjeuner à Katmandou
- L'hébergement en lodge en pension complète pendant le trek
- L'encadrement anglophone pour l'intégralité du voyage
- Le portage des bagages jusqu'à 12kg maximum par personne pendant le trek
- L'équipe de trekking : assistants et porteurs
- Les permis de trek
- L'assurance des staffs
- Toutes les taxes locales

## Le prix ne comprend pas

- › Les vols internationaux
- › Le visa népalais
- › Les entrées de sites dans la vallée de Katmandou
- › Les repas indiqués comme "libres" dans le jour par jour
- › L'assurance rapatriement, hélico, médical, hôpital...
- › Les pourboires, toutes dépenses & équipements personnels, boissons, sac de couchage et tout ce qui n'est pas dans "LE PRIX COMPREND"

## Options

- › Guide francophone pour l'intégralité du voyage : entre 250€ et 300 € par personne en fonction de nombre de participants
- › Le supplément chambre individuelle pour tout le séjour (sauf pendant le trek): 410€
- › La nuit supplémentaire à Katmandou (110 € en chambre individuelle, 55 € en chambre double, prix par personne, avec petit déjeuner)
- › Le supplément vol domestique Chitwan - Katmandou: 180€ par personne
- › Location de vêtements, sac de couchage et matériel de trekking possible sur place (nous consulter)



# DÉTAIL DU VOYAGE

## Niveau

Ce type de voyage est d'un niveau facile et est accessible à tous. Il conviendra parfaitement à des personnes qui aiment faire des randonnées faciles et qui s'intéressent également à la découverte de sites historiques, ainsi qu'à la culture du pays. La marche est la meilleure façon de découvrir des paysages variés, les itinéraires sont faciles, toutefois il est demandé d'avoir de bonnes chaussures et un bon équipement de randonnée.

## Encadrement

Installée à Katmandou depuis de nombreuses années, Altaï Népal vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides de trekking Altaï, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...

- Ce voyage est encadré par un guide népalais anglophone. Si vous le souhaitez, possibilité d'avoir un encadrement francophone (cf. rubrique : options)
- Une équipe locale vous assiste pendant le trek. Voici sa composition (variable en fonction de la taille du groupe et de la logistique nécessaire)
- Porteurs : pendant le trek, vos affaires sont transportées par des porteurs. Sur nos voyages, nous prévoyons un porteur pour deux voyageurs. La charge est limitée à 24 kg par porteur (soit 12 kg de charge maximum par participant).
- Assistant-guides : en plus du guide, des assistant-guides sont présents **dès 4 participants**. Ils sont chargés d'apporter une aide active aux clients, et notamment d'ouvrir ou de fermer la marche, afin de permettre à tous les participants de marcher à leur propre rythme.

## Alimentation

Pendant les treks en lodge, nous nous efforçons de vous offrir des repas les plus variés possibles, avec les plats ou ingrédients disponibles dans les lodges. Quelques exemples : dal bhat (repas quotidien népalais), riz sauté aux légumes, pommes de terres au fromage, frites, pâtes à la sauce tomate, et parfois même des pizzas ! Notez que la viande est rare et peu recommandée pour nos estomacs d'occidentaux.

Voici un exemple des repas servis sur nos voyages :

- Petit déjeuner : toasts, pancake ou pain tibétain en alternance avec beurre/confiture/miel + œufs + thé ou café.
- Déjeuner : un plat principal.
- Un petit goûter de fin d'étape est proposé (biscuits et thé).
- Dîner : une soupe en entrée, un plat principal, et un dessert (ex. fruits au sirop)

+ une tasse de thé et/ou café est proposée à tous les repas.

A Katmandou, nous laissons souvent les repas libres, de sorte à ce que chacun puisse profiter de la variété des restaurants de la capitale en fonction de ses goûts.

## Hébergement

A Katmandou et dans les villes en général, vous êtes hébergés en hôtel 3\*.

En trek, en fonction des massifs et des programmes, vous dormez en lodge ou chez l'habitant. Un "lodge népalais" est une maison népalaise aménagée pour recevoir des randonneurs. D'un confort variable, ce ne sont certes pas des hôtels mais ils permettent d'effectuer un trekking dans des conditions appréciables, et ce même en altitude : lit, matelas, tables et chaises, toilettes, etc. Par ailleurs, l'utilisation de lodges permet de réduire considérablement le nombre des porteurs et donc d'alléger l'infrastructure du trekking.

## Déplacement

Nous effectuons les transferts routiers en véhicules collectifs et privée

## Budget & change

Monnaie locale : la roupie népalaise.

Pour connaître le taux de change au jour le jour reportez vous sur : <http://www.xe.com>

Le paiement par carte bancaire est rarement disponible. Vous trouverez des bureaux de change et des distributeurs d'argent liquide (ATM) dans les quartiers touristiques de Katmandou et de Pokhara. Vous pourrez facilement vous y procurer des roupies népalaises avec une carte Visa ou Mastercard. Attention : il n'y a aucun moyen de se procurer des devises locales dans les zones montagneuses. Veuillez prévoir le montant nécessaire pour vos achats et consommations (non-prévues au programme) avant de partir en trek !

Aussi, pensez à prévoir le montant nécessaire en Euro ou Dollar US pour payer votre visa à votre arrivée à l'aéroport (cf. rubrique Visa).

## Pourboires

Le pourboire est encore très présent en Asie, en général, et au Népal en particulier. Lié à la satisfaction du client, il fait partie intégrante de la culture du pays : indépendant du niveau de salaire, le pourboire est pris par les Népalais comme un signe d'appréciation. Son montant dépend donc de votre appréciation du service rendu et de votre générosité. Votre guide peut vous aider sur ce sujet en faisant une enveloppe collective afin d'éviter que seuls les porteurs des sacs des trekkeurs aient un pourboire. Comme pour l'argent, si vous avez des vêtements à donner, n'hésitez pas à passer par le guide qui fera une répartition équitable. Par ailleurs, nous vous demandons expressément de ne pas donner des bonbons et/ou des barres énergétiques/chocolatées aux enfants, il n'y a quasiment pas de dentiste dans les régions montagneuses. Idem pour les médicaments : ils ne sont pas forcément adaptés aux Népalais qui ont, de plus, beaucoup de mal à suivre la bonne posologie.

## Bagages

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80 L environ et de 12 Kg maximum (15 kilos pour le trek sous tente). Pas de valise, ni de sac à roulettes car c'est intransportable par les porteurs. Nous utilisons le service de porteurs pendant les treks. Vous avez la possibilité de laisser des affaires dont vous n'aurez pas l'utilité pendant le trek à l'hôtel à Katmandou.
- Un petit sac à dos (contenance environ 40 l) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique nique du midi, lunettes, petit matériel... Pour protéger vos sacs de voyage, nous vous fournissons des sur-sacs Altaï. Ils sont solides et étanches.

# ÉQUIPEMENT

## Vêtements à prévoir

La liste qui va suivre est conseillée pour les activités et se veut la plus complète possible, de la tête aux pieds.

- › Casquette, bob ou chapeau pour le soleil
- › 1 bonnet
- › 1 paire de gants (polaires)
- › 1 foulard ou chech pour vous protéger du soleil et couvrir vos épaules durant la visite des temples
- › 1 bandana et 1 tour de cou
- › 1 paire de lunettes de soleil avec une bonne protection anti-UV
- › Sous-vêtements thermiques (T-shirts manches courtes et longues et collants).
- › T-shirts techniques (respirants) manches courtes ou longues
- › 1 ou 2 polaires chaudes ou équivalent
- › 1 doudoune
- › 1 veste coupe-vent imperméable respirante à capuche ( type Gore-Tex)
- › 1 ou 2 shorts de sport longs pour le début et la fin du séjour
- › 1 pantalon de randonnée ou de sport (leggings)
- › 1 serviette microfibre
- › 1 paire de chaussures de randonnée robustes en bon état et de préférence à tige haute
- › Paires de chaussettes de sport
- › 1 paire de tongs type Crocs

## Équipement à prévoir

- › Boules Quiès ou Hears, au choix.
  - › Bloc-notes et stylo, un bon livre, un jeu de carte...
  - › Un sac à linge sale pour pouvoir le séparer de vos affaires propres dans votre sac de voyage.
  - › Nécessaire de toilette (privilégiez les produits biodégradables et 1 savon de Marseille)
  - › 1 gourde isotherme 2L idéalement ou camel bag ( évitez les bouteilles en plastique)
  - › 1 paire de lunettes de soleil, indice de protection élevé
  - › 1 Lampe frontale avec de quoi la recharger
  - › Nécessaire de toilette (privilégiez les produits biodégradables)
- 
- › Sac de couchage (T° confort recommandée de -5°C/-10°C en fonction de la saison et de la frilosité de chacun)
  - › Drap de sac et taie d'oreiller (pour l'hygiène)
  - › Bâtons de randonnée télescopiques

Utile mais non indispensable :

- › Filtre à eau ou pastilles (type Micropur ou Aquatab) ou paille filtrante (type Lifestraw) pour traiter l'eau
- › Nécessaire de toilette (privilégiez les produits biodégradables)
- › Bloc-notes et stylo, un bon livre, un jeu de carte...

Note : la location de certains équipements sur place est possible (sac de couchage, doudoune, crampons...). Comptez environ 35 € de location par item pour un voyage de 2 semaines, 50 € pour 3 semaines (à régler sur place). Dans ce cas, merci de bien vouloir nous faire part de votre volonté de louer un ou plusieurs équipements avant votre départ, afin que notre équipe locale s'assure que tout soit bien disponible dès votre arrivée. N'hésitez pas à nous contacter pour plus d'informations.

## Pharmacie

Votre accompagnateur dispose d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit. Celle-ci ne contient pas de médicaments car votre guide n'est pas autorisé à en donner (il n'est pas médecin) ! Il est donc important que chaque voyageur dispose de sa pharmacie personnelle. Un séjour au Népal, et plus particulièrement les voyages en haute altitude, nécessitent une consultation préalable avec votre médecin.

Votre accompagnateur dispose d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit. Toutefois, nous vous recommandons d'apporter votre propre pharmacie de voyage :

- › Médicaments personnels
- › Anti-douleur type paracétamol
- › Anti diarrhéiques
- › Soluté de réhydratation orale, en cas de diarrhées importantes.
- › Lingettes nettoyantes biodégradables
- › Traitement antibiotique à large spectre
- › Pansement intestinal type Gaviscon
- › Crème hydratante pour le traitement des brûlures superficielles (ampoules et coups de soleil)
- › Une bande élastique adhésive, une boîte de pansements adhésifs et des compresses désinfectantes
- › Pastilles purifiantes pour désinfecter l'eau ou paille filtrante (charbon ou Lifestraw)
- › Un répulsif anti-moustique
- › Compeed pour les ampoules
- › Crème solaire indice de protection élevé
- › Baume à lèvres hydratant et anti-UV
- › Anti-nauséeux (contre le mal de transport).
- › Collyre pour les yeux
- › Pastilles pour la gorge
- › Acétazolamide (ex : Diamox) pour les personnes souffrant du mal des montagnes

Il est déconseillé de boire l'eau du robinet. Évitez l'ingestion de glaçons, de légumes crus, et de fruits non pelés. Évitez la consommation d'aliments insuffisamment cuits (poisson, viande, volaille, lait). Veillez à un lavage soigneux des mains avant chaque repas.

**Si vous prenez un traitement, demandez bien à votre médecin une ordonnance en DCI (dénomination commune internationale). Nom de la molécule.**

# FORMALITÉS & SANTÉ

## Passeport

Obligatoire.

## Visa

L'entrée au Népal est soumise à l'obtention d'un visa. Des visas touristiques à entrées multiples peuvent être obtenus à l'ambassade du Népal à Paris, à l'arrivée à l'aéroport de Katmandou ainsi qu'aux bureaux d'immigration aux frontières terrestres.

Le visa ne peut être apposé que sur un passeport dont la durée de validité est supérieure ou égale à six mois.

A ce jour, ces visas peuvent être prolongés sur place par périodes d'un mois, contre l'acquittement d'une taxe, et jusqu'à concurrence d'un séjour maximal de 150 jours par année civile.

## Carte d'identité

Non.

## Vaccins

Les conditions d'entrée et les dispositions en vigueur sur le territoire népalais étant très évolutives et pouvant être appliquées sur un très court préavis, comme la suspension des liaisons aériennes, il est recommandé de se renseigner régulièrement avant tout projet de déplacement en consultant les Conseils aux voyageurs pour le Népal, la page Facebook de l'ambassade, les sites des ministères népalais de la Santé et de l'immigration.

## Recommandations sanitaires

### Frais d'hospitalisation et dépenses de santé

Afin de faire face aux frais d'hospitalisation et, de manière générale, aux dépenses de santé qui peuvent être très élevées à l'étranger, notamment auprès des établissements privés, il est impératif de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (opération chirurgicale, hospitalisation ou rapatriement). Ces frais ne pourront en aucun cas être pris en charge par l'ambassade de France sur place. Faute de pouvoir justifier d'une couverture sociale, le voyageur s'expose au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.

### Secours en montagne

Au Népal, tous les secours en montagne sont payants et les hélicoptères ne décollent que s'ils ont la garantie d'être payés. La prise en charge d'une assurance-assistance incluant les frais de recherche et d'évacuation en montagne est impérative, pour garantir aux compagnies privées d'hélicoptères le paiement des recherches en montagne et le retour vers Katmandou. À défaut, le voyageur ou sa famille s'exposent au risque de n'être pas secourus, ou de devoir financer eux-mêmes le coût des recherches et/ou du rapatriement.

Il est de plus impératif de lire soigneusement les clauses du contrat d'assurance assistance, en particulier celles allant avec l'utilisation d'une carte de crédit, afin de vérifier la prise en charge des frais de recherche et d'évacuation en montagne. La garantie "neige et montagne" de la carte Visa ne permet pas d'avancer les frais de secours en montagne (sauf accord spécifique avec les professionnels locaux, ce qui n'est généralement pas le cas au Népal). De même, parfois, seuls les accidents sont couverts, et non les maladies comme le mal des montagnes.

En outre, le transport en hélicoptère du lieu de l'accident vers Katmandou est réservé aux situations d'extrême urgence (œdème cérébral, accident mettant la vie en danger). En cas d'abus (simple fatigue, mal des montagnes sans gravité, petite blessure permettant l'évacuation par voie terrestre), l'assurance pourra éventuellement se retourner contre son assuré et lui demander des compensations financières élevées.

Il est donc important de connaître et faire connaître les références de son contrat et les coordonnées de son assurance pour permettre une intervention beaucoup plus rapide des secours (donner ces renseignements à son agence de trek).

Par ailleurs, des cas avérés de fraude à l'évacuation ont été constatés.

Il est conseillé de :

bien conserver sur soi son numéro de dossier et le numéro de téléphone de la compagnie d'assurance,

exposer soi-même ses symptômes à sa compagnie d'assurance, s'assurer d'avoir obtenu son accord préalable sur toute mesure à prendre, que ce soit l'évacuation, le choix d'un établissement d'accueil, les examens et traitements proposés, qui doivent être appropriés et proportionnés au diagnostic, conserver en permanence son passeport avec soi.



# ASSURANCE

## Assurances au choix

- **Assurance multirisque** : 4,3 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.