Atalante
L'ESPRIT TREK

SRI LANKA

Toute la famille au Sri Lanka !

- Des rencontres quasi quotidiennes avec les sri lankais (quand ce n'est pas avec les éléphants) !
- Une nuit dans un temple bouddhiste.
- De la poterie, du char à bœuf, du catamaran, du VTT.

À PARTIR DE	**995 €**
DURÉE	13 jours
TYPE	Voyage sur mesure
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Découverte

Une perle au milieu de l'océan Indien ! Le Sri Lanka une île merveilleuse à découvrir en famille, offrant à la fois une variété de paysages et un dépaysement total et tropical ! Des jolies randonnées, des rencontres animalières et des échanges avec les Sri Lankais vous attendent. Toutes les générations profiteront pleinement de ce pays.

Dès le début, c'est une famille cinghalaise qui vous accueille à Hinkgurakgoda. Vous découvrez Polonnarwa et tous ses bouddhas en tuk-tuk, le "rocher du lion" qui vous mène au-delà de la canopée ainsi qu'une ambiance rurale et agricole bien dépaysante. C'est ensuite à Kandy, où il fait très bon vivre au bord de son lac, près de ses collines, que vous apprenez l'histoire de la dent de bouddha, précieusement gardée dans le très beau temple. Le lendemain, vous partez pour Pinnawela et tous ses éléphants, que vous approchez de très près. Les montagnes et les théiers de Nuwara Eliya vous rafraîchissent ensuite de leur altitude. Les bâtiments coloniaux britanniques tranchent avec les habitations sri lankaises que vous avez vu auparavant. C'est en train que vous rejoignez d'autres montagnes pour de jolies randonnées et balades en VTT. Tout cela avant d'aller rencontrer les troupeaux d'éléphants sauvages, buffles, tortues, crocodiles et autres paons magnifiques lors d'un safari inoubliable dans le parc National d'Udawalawe. Après toutes ces émotions et la diversité des aventures que vous venez de vivre, vous partez vous reposer sur une plage paradisiaque du sud de l'île.

Itinéraire

JOUR 1

Colombo - région de Polonaruwa

TRANSPORT : MINIBUS (4H30) | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Arrivée à l'aéroport de Colombo. Accueil à l'aéroport par votre chauffeur sri lankais anglophone et transfert en minibus pour Hingurakgoda (4h30 de route), dans la région de Polonaruwa. Arrêt petit-déjeuner en route si votre arrivée est très matinale (comme souvent). Vous vous installez à l'hôtel et vous reposez au bord de la piscine.

JOUR 2

Polonaruwa

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (0H45) | ACTIVITÉ : 4H | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Court transfert jusqu'à Polonaruwa (35 min). C'est en tuk-tuk que vous découvrez ce site archéologique fondé au XIIe siècle, son palais royal, le temple de Shiva et le groupement de temples bouddhistes où se trouve le Vatadage (la chambre circulaire des reliques), le site rupestre de Gal Viharae et ses trois statues de Bouddha. Déjeuner typique dans un restaurant local. Retour dans l'après-midi à l'hôtel pour profiter de la piscine.

JOUR 3

Sigiriya - Habarana - char à boeuf - bateau - Hingurakgoda

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (2H30) | MARCHE : 1H30 | ACTIVITÉ : 1H | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Ce matin, vous partez voir le fameux Rocher du Lion. Nous vous conseillons de partir tôt pour éviter une file d'attente trop longue à la montée. C'est à 3/4 d'heure de route de votre ferme. Le Rocher du Lion, à Sigiriya, est une citadelle construite au Ve siècle après J.C. par le roi parricide Kasyapa. Par des escaliers aménagés puis des escaliers en pierre, vous atteignez le sommet du Rocher du Lion, un nid d'aigle à 180 mètres au-dessus des montagnes bleutées se noyant dans l'océan vert de la jungle. Vous avez une magnifique vue sur la canopée. Après le Rocher du Lion, vous rejoignez Harabana et le village de Hiriwadunna en char à bœuf pour un déjeuner traditionnel chez l'habitant, dans une maison villageoise en bambou. Vous pourrez assister, et même participer à la préparation du repas si vous souhaitez apprendre la cuisine cinghalaise. Puis, vous partez naviguer entre lotus et nénuphars sur un lac tout proche à bord d'un petit catamaran de pêcheurs. Pour parfaire votre découverte de la vie rurale du Sri Lanka, une jolie balade à travers la campagne vous fera rencontrer un artisan potier qui vous permettra de vous essayer à son art. Retour à l'hôtel.

JOUR 4

Dambulla - Matale - Kandy

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (2H30) | MARCHE : 2H | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Transfert d'une heure environ pour rejoindre Dambulla. Vous visitez le monastère rupestre de Dambulla, en compagnie des nombreux singes qui feront rire les enfants le long de la montée qui mène aux grottes. Les grottes sont creusées dans un énorme bloc de granit perché à plus de 160 mètres d'altitude. L'ensemble comprend cinq temples rupestres. Les parois du premier furent couvertes de feuilles d'or, ce qui lui valut d'être appelé "le rocher doré". Dans ces cinq "grottes", se trouvent plusieurs Bouddhas, ainsi que des fresques, qui couvrent près de 1 800 m², dépeignant des effigies ou des épisodes de la vie de Bouddha. La visite à pied dure environ 2h. Puis, route vers Matale (~1h de route), vous entrez dans la zone montagneuse du centre du pays et longez les plantations d'hévéas et les jardins d'épices. Ici aussi, vous avez l'occasion de vous initier à la cuisine cinghalaise avec une démonstration de préparation d'un plat typique, suivi d'une dégustation. Vous vous baladez dans le jardin d'épices à travers les plantations de caoutchouc, de poivre, de cacao, jusqu'à la rivière Sudu Ganga. Vous traversez un village tamoul, visitez un petit temple ainsi qu'une école. Le retour au jardin d'épices se fait en tuk-tuk. Déjeuner prévu dans un Kamatha (abri dans les rizières) devant le jardin. L'après-midi, vous continuez votre route pour Kandy qui est la 2e ville du Sri Lanka, entourée de collines à près de 500 mètres d'altitude. Vous pourrez visiter cet après-midi le temple de la dent de Bouddha, fameux dans la capitale des hautes terres du centre. On vient y vénérer une dent de Bouddha enfermée dans un reliquaire. Installation à votre hôtel en demi-pension. Plongeons dans la piscine et repos !

JOUR 5

Kandy - Orphelinat des éléphants - randonnée rurale - jardin botanique - Kandy

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (2H) | MARCHE : 2H | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Petit transfert (~45 min) pour aller visiter l'orphelinat des éléphants de Pinnawela. Le parc abrite une soixantaine d'éléphants, dont les bébés orphelins, retrouvés dans la jungle. Le centre, sous l'égide de la "Wild Life Autorités" prend soin des animaux, les nourrit et les entraîne au travail. Vous assistez au bain des éléphants dans la rivière Ma Oya. Déjeuner libre, par exemple dans un des restaurants bordant la rivière, face à la jungle. Puis, une petite randonnée est prévue près de la rivière où vous pourrez observer une quantité non négligeable d'oiseaux de toutes sortes. Vous aurez même l'occasion, si le cœur vous en dit, de vous baigner dans la rivière. Lors du retour sur Kandy, petit arrêt au jardin botanique de Peradeniya, l'un des plus beaux du monde, célèbre pour sa diversité de plantes tropicales. Retour sur Kandy et temps libre. À 17h30, possibilité d'assister au spectacle de danse traditionnelle (en option). Dîner à votre hôtel.

JOUR 6

Randonnée dans plantation de thé - Nuwara Eliya (1965 m)

TRANSPORT : TRAIN, VÉHICULE PRIVATISÉ (4H) | MARCHE : 2H-3H | DÉNIVELÉ POSITIF : 400 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 400 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Vous partez ce matin en direction de Nuwara Eliya, station climatique située à 1 890 mètres d'altitude, développée par les Britanniques au XIXe siècle. En route, 1er arrêt à Pusselawa pour une belle randonnée de 2h dans les plantations de thé. Durant la balade, vous rencontrez les villageois, partagez un thé, découvrez leur travail, leur vie rurale. Puis, vous reprenez la route et, avant d'atteindre Nuwara ELiya, visitez une manufacture de thé. Déjeuner libre sur la route (votre chauffeur saura vous conseiller un bon restaurant). Arrivée à destination dans l'après-midi et temps libre pour découvrir la ville à votre guise. Dîner prévu à l'hôtel.

JOUR 7

Horton Plains (2250 m) - train local - Bandarawela (1200 m)

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (2H) | MARCHE : 3H | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Départ matinal pour le Parc National d'Horton Plains par une route spectaculaire, appelée les "escaliers du Diable", qui forme une suite d'épingles à cheveux (~ 45mn de route). Vous randonnez dans le parc entre savane herbeuse, et cascade jusqu'au "bout du monde", bordure de falaise avec vue panoramique sur vallées et campagne. Puis transfert à la gare de Pattipola où vous prenez le train local jusqu'à Bandarawela. Votre chauffeur vous retrouve à destination et vous conduit à votre hôtel en demi-pension.

JOUR 8

Bandarawela - VTT - Bandarawela

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (1H30) | MARCHE : 2H-3H | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Ce matin, c'est en VTT que vous partez découvrir la région. Environ 15km de piste facile à travers villages, plantations de thé, forêts de pins. Arrêt déjeuné chez l'habitant. Puis, après un peu de repos, petite randonnée l'après-midi dans les théiers et concours de cueillette encadré par des cueilleuses professionnelles ! Petit goûter dans la campagne avec des villageois et retour à l'hôtel à Bandarawela.

JOUR 9

Bandarawela - Randonnée à Bambarakanda - Bandarawela

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (1H) | MARCHE : 2H30 | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Vous partez ce matin pour Bambarakanda et vous arrêtez sur le chemin pour faire une belle randonnée de 2h, au niveau de Kalupahana. Déjeuner libre après cette randonnée et route pour le village de Liyangahawela. De là, il faut marcher 15 minutes pour rejoindre un petit temple bouddhiste que vous pouvez visiter. Retour à Bandarawela, balade en ville et nuit à l'hôtel.

JOUR 10

Bandarawela - Parc de Udawalawe (réserve d'éléphants)

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (4H) | HÉBERGEMENT : CAMPEMENT | DÉJEUNER : LIBRE

Vous quittez la région de moyenne montagne et les plantations de thé. Vous arrivez à Udawalawe (~3h30 à 4h de route) pour le déjeuner. Déjeuner libre au restaurant à l'entrée du parc. Vous visitez la réserve d'éléphants en jeep 4X4 l'après-midi. Déclaré Parc National en 1972, le parc s'étend sur plus de 300 km² entre le réservoir d'Udawalawe et la rivière Walawe. Il offre un panorama sur la chaîne montagneuse qui l'entoure et que dominent les escarpements rocheux de Balangosa, Kalthota et Haputale. Après votre safari, vous rejoignez votre campement de charme au bord de la rivière, et vous vous installez dans vos bungalows en pleine forêt. Dîner BQQ au bord de la rivière.

JOUR 11

Udawalawe - Galle - Beruwala - séjour balnéaire

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (2H) | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Route pour Beruwala et le bord de mer, à la pointe sud de l'île. Vous vous arrêtez tout d'abord à Galle, ancien comptoir hollandais. Petite visite de ses ruelles typiques et charmantes. La ville ancienne, entourée de remparts datant de l'occupation hollandaise, possède un charme colonial délicieusement nostalgique. On y admire d'antiques demeures et la Groote Kerk, église datant de 1754. Les dentellières vendent toujours leurs ouvrages sur les remparts, perpétuant une tradition héritée des Portugais. Visite du fort et des remparts, de l'église et des maisons coloniales… Déjeuner libre à Galle. Puis, vous partez vous installer dans un hôtel très confortable pour 2 nuits en demi-pension.

JOUR 12

Beruwala

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

Journée libre à Beruwala.

JOUR 13

Beruwala - Colombo - aéroport

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (2H) | HÉBERGEMENT : AVION | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Matinée libre en bord de mer. Dans l'après-midi et selon vos horaires de vol, vous repartez pour Colombo. Sur la route pour Colombo, vous pouvez vous arrêter à Kosgoda visiter une ferme recueillant des tortues et les sauvant du braconnage avant de les remettre en liberté dans la mer. Vous arrivez en fin d'après-midi à Colombo (~2h de route), capitale du pays et faites un petit tour de ville. Diner libre en ville (repas non compris). Dans la soirée, transfert à l'aéroport pour prendre le vol international retour ou nuit d'hôtel pour ceux qui prennent le vol dans la nuit.

À NOTER

Avec Huwans, votre chauffeur anglophone est plus qu'un chauffeur : il vous accompagne partout, vous achète vos tickets d'entrée sur tous les sites, vous conseille pour vos photos, vos arrêts, vos repas. Il aime vous parler de son pays et vous faire découvrir sa culture. Il est le représentant Huwans et le garant d'un voyage réussi.

Budget

(informations au 20/05/2024)

PÉRIODE RÉALISABLE : JANVIER À DÉCEMBRE

Prix 2024 à partir de :

Base 2-3 personnes en chambre double : 1070 € par personne

Base 4-5 personnes en chambres doubles et triple : 995 € par personne

Supplément tarifaire haute saison du 16 décembre 2024 au 09 janvier 2025 : 80 euros/personne

Prix du 10 janvier 2025 au 15 décembre 2025 à partir de :

Base 2 -3 personnes en chambre double : 1100€ par personne

Base 4-5 personnes en chambres doubles et triple : 1030€ par personne

Tarifs sous réserve de disponibilités au moment de votre réservation

Vols internationaux en option à partir de 800 € par personne.

LE PRIX COMPREND

- Les transports intérieurs.
- 12 nuits en hôtels, chez l'habitant, temple bouddhiste et campement de charme en chambre double ou triple en demi pension
- 3 déjeuners comme décrit dans le programme
- Les services d'un chauffeur anglophone
- L'assurance du véhicule privatisé, l'hébergement et les défraiements du chauffeur
- L'essence de votre véhicule privatisé
- Les transferts depuis et vers l'aéroport
- Des guides locaux pour les randonnées
- La visite de Polonnarwa en tuk-tuk
- Le trajet en train de Pattipola à Bandarawela
- l'excursion en char à boeuf à Harabana
- La navigation en catamaran à Harabana
- Les VTT à Bandarawela et l'accompagnement par un guide local
- Le safari dans le Parc National d'Udawalawe

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les vols Paris / Colombo / Paris (vols réguliers).
- Les taxes aériennes
- La contribution à la neutralité carbone : 10€ par personne si vous prenez les vols avec nous
- Les frais d'entrée dans les sites culturels et le parc national de Udawalawe (185 € qui se rajoutent à l'inscription)
- Les frais de visa ETA à payer directement sur le site : http://www.eta.gov.lk/
- Supplément procession de Kandy en août : 35€ par personne et par nuit à Kandy durant ce festival. En 2024, ce festival se déroulera du 10 au 19 août
- Supplément 24 décmebre : 65 € par personne
- Supplément 31 décembre : 70 € par personne

À payer sur place :

- Les déjeuners non inclus
- Les dépenses personnelles.
- Les boissons.
- Les pourboires aux équipes locales (chauffeur, guides locaux)
- les droits de caméra vidéo sur les sites de Pinnawela et Kandy (~ 6 €)
- Le dîner du J13 à Colombo (~ 10 à 15 € par personne)

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % 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.

AÉRIEN

Nos prix sont calculés sans acheminement à destination. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver votre acheminement pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix de la compagnie, aéroport de départ).
- La transparence sur le prix du billet.
- Les frais de gestion et de modification de vol inclus en cas d'incident.
- Les transferts aéroport / hôtel inclus à votre arrivée et départ (quand applicable).
- Le tout pour un forfait fixe de 80 € / personne.

OPTIONS

- Les horaires de vol peuvent nécessiter une nuit près de l'aéroport, à l'arrivée ou au départ.
- Nuit supplémentaire à Negombo près de l'aéroport :
- en chambre double avec petit déjeuner : 55 € par personne
- en chambre individuelle avec petit déjeuner : 95€ par personne.
- Si vous souhaitez prolonger votre séjour balnéaire à Beruwala : nuits supplémentaires possibles : en chambre double et demi pension : 85 € par personne et par nuit, en chambre triple et demi pension : 70 € par personne et par nuit.
- Supplément chambre individuelle pendant tout le séjour : 330 €
- Il nous est possible, si vous le souhaitez, de vous organiser la visite d'une école. Sans surcoût supplémentaire, si cette option vous séduit, il vous suffit de nous en parler à l'inscription pour que votre chauffeur puisse l'organiser sur votre itinéraire.
- OPTION RAFTING à Kitulgala comprenant : une nuit supplémentaire en demi pension à Kandy, l'aller retour à Kitulgala (2h30 de route aller retour)et une descente en rafting d'1h environ, repas libre sur place :
- base 2 à 3 personnes : 110 € par personne.
- base 4 à 6 personnes : 80 € par personne.

Détail du voyage

NIVEAU

Ce voyage est une découverte variée du pays ponctuée de multiples activités adaptées aux enfants, ludiques et sécurisées.

ENCADREMENT

Vos documents de voyage (convocation et billet d'avion électronique) seront disponibles sur votre espace client environ trois semaines avant votre départ. Pensez à imprimer ces documents et vous présenter au guichet d'enregistrement de la compagnie aérienne, à la date et heure indiquées sur votre convocation.

A votre arrivée à Colombo, vous êtes accueillis par votre chauffeur sri lankais anglophone. Il sera secondé par des guides locaux ponctuels pour les randonnées prévues au programme.

ALIMENTATION

Les repas sont pris dans les restaurants et les hôtels.

Gastronomie :
Le " rice and curry " est le plat principal du Sri Lanka. Les currys cuits dans le lait de noix de coco sont plus ou moins pimentés. Vous dégusterez aussi une grande variété de fruits tropicaux : ananas, bananes, mangoustans, fruits de la passion, goyave, papaye…
On trouve aussi d'excellents poissons, des crabes et des crevettes dans les villes du littoral. Essayez les hoppers (petites crêpes servies avec un oeuf, ou avec du miel et du yaourt) et les string hoppers (ce sont des galettes de nouilles à la vapeur)… Le lamprai (riz bouilli ajouté à des légumes et de la viande et légèrement cuit dans une feuille de bananier) est le plat traditionnel cinghalais.
Le rotty, mélange de toutes sortes d'ingrédients (oeuf, oignons, jambon, piments…) enveloppés dans une sorte de crêpe élastique, est un en-cas que l'on trouve sur tous les étals.
Durant votre séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont à votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau mais il est indispensable de la traiter avec des pastilles purifiantes. Evitez autant que possible l'achat de bouteilles en plastique qu'il faut ensuite recycler. Si vous devez acheter de l'eau en bouteille, nous vous conseillons d'acheter des bouteilles de grande contenance et remplir vos gourdes au fur et à mesure.

HÉBERGEMENT

Pour information, voici quelques exemples du type d'hébergement que nous utilisons sur ce programme :

Les nuits sont en chambres doubles ou triple, et en salle commune au temple.

J01 à 03 : chez l'habitant à Hingurakgoda.

J04 et 05 : Hôtel Earl's Regent 4* à Kandy ou similaire

J06 : Hôtel Glenfall Reach ou similaire à Nuwara Eliya

J07 et 08 : Hôtel Orient ou similaire à Bandarawela

J09 : Une nuit dans un temple bouddhiste à Ampitikanda, le matériel est fourni : matelas, moustiquaire, draps, duvet et le diner végétarien. Deux toilettes et deux douches (eau froide)

J10 : Athgira River Camping en bordure du Parc

J11 et 12 : HôtelThe Palms ou similaire à Beruwala

DÉPLACEMENT

- Itinéraires routiers réalisés en véhicule privatisé (climatisé) adapté à la taille du groupe et au type du terrain.
- Train : trajet entre Pottipala et Bandarawela en train local. Ce voyage authentique permet de voyager avec des locaux et profiter de l'ambiance conviviale cinghalaise.

BUDGET & CHANGE

Monnaie : La roupie sri lankaise (LKR). Reportez-vous sur ce site internet afin de connaitre l'évolution du taux au jour le jour : http://www.xe.com

Le change le plus intéressant se fait à l'aéroport de Colombo. Les cartes de crédit sont acceptées dans les grands magasins touristiques et les hôtels. Le retrait en espèces au distributeur avec sa carte visa est possible dans les grandes villes (Colombo, Kandy, Galle…) et dans quelques centres touristiques.

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique enracinée dans les traditions, qui se fait dans le cadre d'un échange en remerciement d'un travail donné. En fonction de votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale.

Prévoir un budget global de 40 à 50 € par participant au voyage Huwans dont 10 € pour les porteurs dans les hôtels, serveurs dans les restaurants, assistants dans les parcs nationaux, guides locaux… et 30 à 40 € pour le guide Huwans francophone et le chauffeur.

Les pourboires sont une institution nationale au Sri lanka et sont devenus presque "institutionnels"… ils sont considérés comme quasi obligatoires…

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Pochette pour votre passeport, votre carnet de vaccination, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.

Kit indispensable de tous les jours (pour une trousse plus complète, voir dans la rubrique Pharmacie) :

- Crème de protection solaire visage et lèvres
- Lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou foulard contre le soleil
- Une gourde de 1.5 L minimum, légère et isotherme. Vous pouvez prévoir également une poche à eau de 2 litres (Camel Bag). Cette dernière a l'avantage de permettre une consommation directe grâce à sa pipette. Vous n'êtes donc pas obligé de tomber le sac à dos pour saisir la gourde. Ainsi vous buvez plus régulièrement et en petite quantité ce qui est conseillé pour une bonne hydratation,
- Un paquet de mouchoir en papier
- Spray anti-moustiques peau et vêtements
- Serviettes humidifiées type Calinette
- Bloc-notes et stylo, livre, jeu de cartes…

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Une paire de chaussure de randonnée (tige haute ou basse selon votre habitude) : elles sont les meilleures amies du marcheur. Évitez les chaussures neuves, les ampoules pourraient vous gâcher votre voyage : essayez de les éprouver avant de partir.
- Une paire de tongue pour prendre la douche
- Une paire de chaussure ou sandales allant dans l'eau pour les activités rafting et randonnée aquatique.
- Des chaussettes de randonnée
- Sous-vêtements : C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement.
- Chemise en fibre technique
- Veste Polaire chaude pour la partie montagneuse
- Veste imper-respirante comportant une membrane, de type Gore-Tex
- Un poncho ou une cape de pluie (utile).
- Pantalon de randonnée en textile respirant.
- Shorts
- Maillot de bain

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- lampe frontale + piles de rechange (toujours utile).
- serviette de bain légère.
- couteau suisse (ne pas oublier de le mettre en bagage en soute dans l'avion).
- trousse de toilette et serviette de toilette

BAGAGES

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

- Un petit sac à dos (contenance environ 30- 40 l) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique-nique du midi, lunettes, petit matériel... Il sera aussi le sac que vous aurez dans l'avion (attention : pas de lime, de ciseaux à ongle, de pince à épiler, pas de couteau ni autres objets pointus).

- Prévoir un sac de voyage d'environ 15 à 17 Kg maximum. Sac à roulette possible sur ce voyage.

Rappel des mesures de sûreté de la réglementation aérien (janvier 2014) :

Sont autorisés en cabine :

- Les flacons et tubes de 100 ml maximum disposés dans un seul sac plastique transparent fermé d'un litre maximum d'une dimension d'environ 20x20 cm.
- Les produits placés dans un sac scellé remis par un aéroport et maintenu scellé jusqu'au contrôle (Duty free)

Un seul sac par personne.

Sont interdits aux contrôles de sûreté:

- Les produits placés dans des sacs plastiques ouverts ou opaques.
- Les produits entassés ou superposés.
- Les contenants de plus de 100 ml.

Les exceptions :

- Les aliments pour bébé nécessaires au voyage.
- Les médicaments ou produits à usage médical en quantité nécessaire à la durée du voyage, accompagnés de leurs ordonnances ou attestations.

Mettez vos produits dans vos bagages en soute, ne conservez en cabine que les liquides indispensables

Au cas où : Veillez à prévoir en cabine de quoi "survivre" les premiers jours en cas de retard de votre bagage en soute. (Ex : brosse à dent, 1 t-shirt, chaussures de marche aux pieds...)

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Nous vous conseillons de prévoir une petite trousse à pharmacie à emporter chaque jour avec vous pour les "petits bobos" de tous les jours, et une deuxième trousse plus complète à laisser dans le bagage principal. Ceci est donné à titre d'information mais n'est pas indispensable.

Petite trousse du quotidien :

- Gel assainissant mains ou lingettes désinfectantes
- Antiseptique local non alcoolisé
- Sérum physiologique en dosettes
- Boîte de pansements adhésifs de différentes tailles
- Boîte de pansements hydro colloïdes pour les ampoules (compeed)
- Boîte de compresses stériles
- Rouleau de sparadrap
- Bandes extensibles
- Bande cohésive de contention (entorses, maintien)
- Spray anti-moustiques pour la peau adapté aux destinations tropicales (type 5/5)
- Gel anti démangeaisons
- Pastilles purifiantes pour l'eau (Micropur forte ou Aquatabs)
- Tube homéopathique Arnica 9CH ou pommade anti-bobo

Trousse à garder dans les sacs principaux :

- Antidouleur et antipyrétique (contre la fièvre) par exemple : paracétamol
- Antihistaminique (contre les allergies)
- Médicament contre la digestion difficile
- Antispasmodique (en cas de douleurs abdominales)
- Anti-nauséeux (contre le mal de transport)
- Antiseptique intestinal
- Anti diarrhéique
- Soluté de réhydratation orale, en cas de diarrhées importantes
- Antiémétique (contre les nausées et les vomissements)
- Gel anti-inflammatoire
- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale)
- Traitement pour rhume et maux de gorge (pastilles)
- Lavage oculaire ou antiseptique oculaire en dosettes
- Pommade ou 1 spray contre les brûlures superficielles et/ou coups de soleil

Les accessoires :

- Thermomètre médical
- Paire de ciseaux
- Pince à épiler ou à écharde
- Prise anti-moustique avec recharges

Même si aucun vaccin n'est obligatoire au Sri Lanka, vous vous assurerez cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccin hépatite A et B également recommandés.

Le traitement antipaludéen n'est plus nécessaire au Sri Lanka où le palu a disparu du l'île depuis quelques années.
Vous pouvez vous renseigner auprès de :

- Institut Pasteur

Tel : 01 40 61 38 00

- Hôpital de la Pitié Salpétrière

Tel : 01 42 16 00 00.

- Le service des Maladies Infectieuses et Tropicales (MIT) Hôpital Nord de Marseille

Tél. : 04 91 96 89 11
Tél. secrétariat : 04 91 96 89 35
Fax : 04 91 96 89 38
Site Internet : http://mit.ap-hm.fr

Hôpital de la Croix Rousse
Service des maladies infectieuses
et tropicales du professeur Peyramond
103, Grande-Rue de la Croix Rousse
69317 Lyon Cedex 04
Tél. : 04.72.07.17.48

Formalités & santé

PASSEPORT

Valable 6 mois après la date de retour.

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

Oui, visa électronique obligatoire et payable en ligne, à demander sur le site www.eta.gov.lk (Electronic Travel Authorisation - ETA). Il coûte 50 USD.

Une fois votre demande d'ETA traitée par les autorités sri-lankaise, vous recevrez, sous environ 72 h, la confirmation de la validation d'ETA par mail. Sachez que vous avez également la possibilité de vérifier le statut de votre demande en ligne sur : https://eta.gov.lk/etaslvisa/pages/checkStatus.jsp
Vous devez impérativement imprimer et présenter le visa électronique au moment d'embarquer en France et à votre arrivée au Sri Lanka, avec votre passeport, votre billet d'avion retour et votre facture du voyage tout compris.
Le formulaire à remplir est : Tourist ETA / Apply for an Individual.
Le nom et adresse d'un contact sur place vous sera demandé, vous devez remplir : GIRITALE HOTEL, GIRITALE, Region de POLONARUWA SRI LANKA.

Vous trouverez le formulaire de visa à compléter chez notre partenaire Visa-connect : https://www.visa-connect.fr

Si vous n'avez pas le temps de vous occuper de votre visa, Visa-connect peut le faire à votre place, et même vous accompagner pour remplir le formulaire (lorsqu'un formulaire à compléter est nécessaire). Service payant. Vous bénéficiez de 10% de remise sur la facture chez notre partenaire (hors frais d'envoi), en entrant le code HUWANS ou ATALANTE au moment du règlement.

CARTE D'IDENTITÉ

Non.

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives. Assurez-vous cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs

SPÉCIFICITÉS

Nous vous conseillons de garder dans votre sac principal, une copie de la double page de vos passeports en cas de perte ou de vol. L'idéal étant d'avoir ces documents accessibles sur internet (Pièce jointe d'un email ou drop box).