

ALTER ENGA

Voyager Autrement avec Alter Enga *Les voyages d'exception*



Séjour au Cameroun

 *La Route des Chefferies* 

Voyage organisé en partenariat avec l'association
Pays de La Loire Cameroun



Offre promotionnelles 2012-2013

Séjour 10 jours /9 nuits 



Voyages accessibles à tous...Idéal pour les familles et les groupes d'amis.

Voyager autrement avec Alter Enga « La route des Chefferies »



Entre forêt équatoriale et savane, plages de sables blancs et de sables noirs, montagnes et cascades, le Cameroun, pays encore peu touristique, est une véritable invitation au voyage.

Sur les Hautes Terres de l'Ouest Cameroun, ce voyage vous permettra de découvrir les richesses culturelles, les savoir-faire artisanaux et la diversité des sites naturels de la région. Immergé dans une chefferie traditionnelle, vous vivrez au rythme des populations locales! L'idéal pour favoriser des échanges humains riches et inoubliables !



Séjour 10 jours / 9 nuits au Cameroun

(11 jours de date à date*)

Programme prévisionnel séjour et visites

Jour 1 : Décollage de Paris sur vol Brussels Air Lines (ou autre compagnie) à destination de Douala. Décollage à 8h30 de Paris (escale à Bruxelles), pour une arrivée prévue à Douala à 16h45 (heure locale - 0 ou 1h) (**Horaires à valider par vos soins 72 heures avant le départ**).

Accueil à l'aéroport de Douala par notre partenaire au Cameroun, représentant l'Office de Tourisme de Dschang. Transfert jusqu'à votre hébergement en hôtel ou auberge. Restauration et hébergement en chambre double.

Jour 2 : Départ de Douala et arrivée à Dschang (230km - 3h de route). Accueil à la chefferie Keleng et installation dans la case d'hôtes où vous serez logés pendant 6 jours. Début de la découverte de Dschang et des visites aux alentours.

Jours 2-3-4-5-6-7 : pendant six jours, à partir de Dschang, vous visiterez la région Bamiléké et découvrirez la richesse culturelle et naturelle de son environnement sous différents angles :

Les Chefferies Bamiléké et leurs cases patrimoniales-La culture Bamoun :

- la chefferie Supérieure Bamendjinda et le musée communautaire « Art, Tradition, Esclavage ». (Escale en cours de route à la chute de la Métché).
- la chefferie Supérieure de Bandjoun : architecture, quartier des femmes, etc. (sous réserve: rencontre avec le Roi Djomo Kamga de Bandjoun).
- la case Nemo, symbole de l'unité du peuple Bandjoun et le musée (exposition «Forges, Arts et Pouvoirs »).
- la visite du musée des civilisations de Dschang
- la visite du musée Royal sur les rois Bamoun à Foumban.

L'artisanat et les marchés

- le village de Zimpouet, les ateliers du sculpteur Tato et du tisserand Tananzeu
- le centre artisanal de Dschang et les sculpteurs en atelier (sous réserve)
- le marché et le village artisanal de Foumban
- le marché aux vivres de Baïgon



Voyager autrement avec Alter Enga « La route des Chefferies »



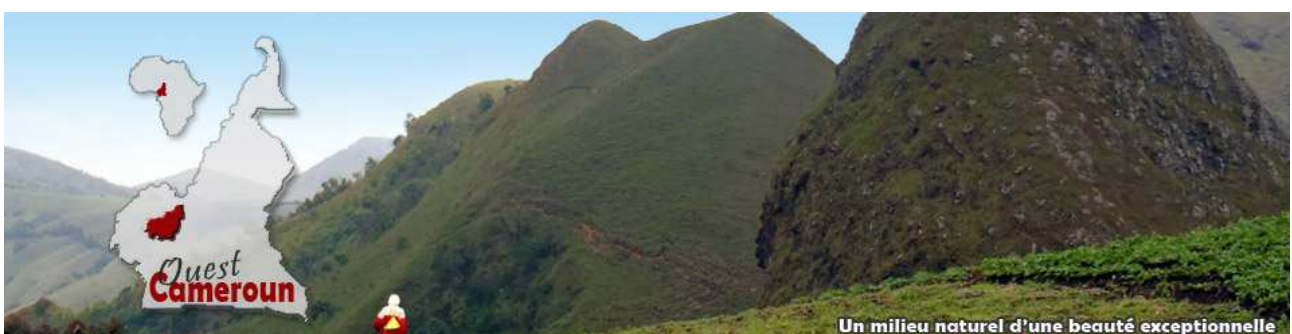
Jours 2-3-4-5-6-7 : poursuite de la découverte de la région Bamiléké de son environnement sous différents angles :

L'agro tourisme :

- les plantations de thé (446ha) et la chaîne de séchage de Djuttitsa (avec dégustation du thé vert, bien sûr).
- les plantations de café et de cacao du village de Nteingué. (Echange sur l'histoire du café, la technique de culture et les récoltes).
- la chaîne de décorticage de café à Fombap .
- la découverte du palmier à huile et du procédé d'extraction de l'huile de palme.
- la découverte du marigot de bambou et de la production du vin blanc de raphia.

Nature et paysages des Hautes Terres de l'Ouest:

- randonnée dans les Monts Bamboutos. Le relief y offre des paysages surprenants avec ses cônes volcaniques qui culminent jusqu'à 2 700m. Les plus courageux pourront tenter d'atteindre le pic de Babadjou, à 1h de marche. La pente est abrupte...mais le bonheur se mérite !
- Fongo-Tongo et la spectaculaire chute Mamy Wata à laquelle on accède après avoir traversé de la forêt sacrée.
- le village Lithiop où vous effectuerez une petite randonnée pédestre pour aller visiter les grottes Male et femelle de "Demvoh".
- Bangem jusqu'au sommet du Mont Manengouba pour y admirer les lacs de cratères et le paysage pittoresque du plateau.
- Mbouroukou, à la découverte de la villa luciole, un hôtel original fait de bungalow en "sissongo" où les repas sont préparés à base de produits faits maison dont le célèbre fromage à pâte dure.
- le village Ekom Kam et sa magnifique chute située en pleine forêt que l'on atteint, en voiture, après 10km de descente sur une piste sinueuse,
- le Mont Mbapit et son grand lac de cratère vert émeraude.



Voyager autrement avec Alter Enga « « La route des Chefferies » »



Jours 8- 9-10 : Après cette totale immersion dans les hautes terres de l'ouest vous quitterez Dschang pour conclure votre séjour entre mer et montagne.

Jour 8 :Limbé, ville de la mer et des monts : Départ pour Idénaou à la frontière du Cameroun et de la Guinée). Visite de son port de pêche et découverte du circuit du poisson: la pêche artisanale, l'ambiance du retour des pêcheurs, le marché du poisson, les différentes espèces de poisson (carpes, bars, maquereaux, barracuda,), les techniques de fumage de poisson.

Retour à Limbé, visite du Centre de Faune de Limbé et découverte des espèces animales protégées. Visite du Jardin Botanique, découverte des variétés végétales dans l'espace préservé, du centre d'expérimentation Si l'état de la route le permet (sous réserve !) vous pourrez ensuite visiter le village Bimbria d'où partaient les esclaves: la «dernière piste» qu'il empruntaient et le pont qui servait à leur embarquement.

Jour 9: Le Mont Cameroun, point culminant de l'Afrique de l'Ouest, à plus de 4000m : la randonnée commence à partir de Bakingili. Tout au long de la montée vous découvrirez des paysages pittoresques et une forêt magnifique jusqu'à mi - chemin ou on peut accéder sans problème jusqu'au 1^{er} gîte. Les plus aguerris pourront poursuivre pour atteindre le sommet (16km) et découvrir le cratère ainsi que les laves laissées par la dernière éruption volcanique. Le soir logement en gîte sur les flancs du Mont Cameroun ou en hôtel à Limbé avec farniente et baignade au menu. Après l'effort, le réconfort !

Jour 10: Matinée de farniente et repos puis départ de Limbé pour Douala (1h30 de route environ. Après-midi tranquille pour effectuer les derniers achats et visites.). Repas avant l'acheminement à l'aéroport pour un décollage prévu à 23h55. (Horaires à confirmer 72 heures avant). Vol Douala-Paris sur Brussels Air Lines (Escale à Bruxelles.). Arrivée prévue à Paris Roissy le 14 avril à 10h45 (H + 1 ou 2)).

Ce programme est donné à titre indicatif et peut être aménagé sur place avec vos accompagnateurs. Selon la date de vos séjours, ceux-ci pourront vous proposer par exemple de participer à telle fête rituelle ou autre activité de la vie locale.

Durée du séjour (*)

La formule 10 jours/9 nuits que nous proposons offre une découverte très complète des richesses culturelles et naturelles du Cameroun. Aussi attractif soit ce séjour son rythme toutefois reste mesuré afin que vous puissiez profiter pleinement du voyage tel que vous l'attendez et que nous le concevons (temps pour les visites mais aussi les échanges).

Si vos disponibilités ne vous permettent pas de bénéficier de cette offre, il est possible d'envisager des durées de séjours plus courtes (par exemple sur 7 ou 8 jours) ou à l'inverse des extensions (14 jours ou plus) qui peuvent vous permettre par exemple de découvrir les parcs animaliers du Nord (**voir autre circuit de repérage**)

Votre lieu de séjour



Située à 300 km et 4 heures de route environ de Douala Dschang est l'ancienne capitale du pays Bamiléké. Après avoir longtemps fait l'objet de la convoitise coloniale cette ville de 80 000 habitants est aujourd'hui devenue un lieu prisé tant pour sa riche histoire que pour son environnement privilégié.

Nichée dans une zone montagneuse sur le versant sud-Est des Monts Bamboutos, à 1400 m d'altitude, entre savane et forêts montagnardes (principalement d'eucalyptus), la ville est bâtie sur des collines et bénéficie d'un micro climat frais et doux (moyenne de 16 °C à 21 °C, maximum de 31 °C durant le mois le plus chaud en avril), qui en fait une zone agréable en tout temps.

Votre hébergement



Les cases d'hôtes sont une des particularités de l'hospitalité à la camerounaise. Au cours de votre voyage vous logerez notamment dans l'une d'entre elles à Keleng, tout proche de Douala.

Cette sous-chefferie modeste vous accueille dans des chambres indépendantes au confort simple. Sa situation idéale au cœur d'un village permet de s'immerger dans la vie locale, de suivre les activités quotidiennes, et d'écouter les grandes et petites histoires de la chefferie contées par le chef

Nos partenaires sur ce voyage

Créée à Nantes en 1999, l'Association Pays de la Loire - Cameroun, de loi 1901, regroupe des acteurs nantais et de la diaspora camerounaise pour la mise en oeuvre de projets de développement au Cameroun.

Initiée pour venir en appui au développement des projets issus de la coopération Nantes - Dschang, l'association intervient principalement dans la région de l'Ouest Cameroun, à travers le programme de la Route des Chefferies et le programme de développement urbain de Dschang. Néanmoins, ses activités se sont également étendues dans la province de l'Extreme Nord.

Les séjours de tourisme solidaire permettent d'appuyer ces différentes démarches en générant des ressources qui profitent à l'économie locale et aident à financer des projets communautaires. Les cases d'hôtes permettent de générer des bénéfices qui sont réinjectés dans des projets communautaires (accès à l'eau, éducation, santé, etc.) mis en place par le comité de développement de la chefferie

Ainsi, tout en vivant une expérience exceptionnelle et inoubliable, vous contribuez concrètement à la mission que se sont fixés Alter Enga et ses partenaires: faire du tourisme solidaire un vrai outil de travail, créateur d'activités génératrices de revenus et d'emplois pour les populations

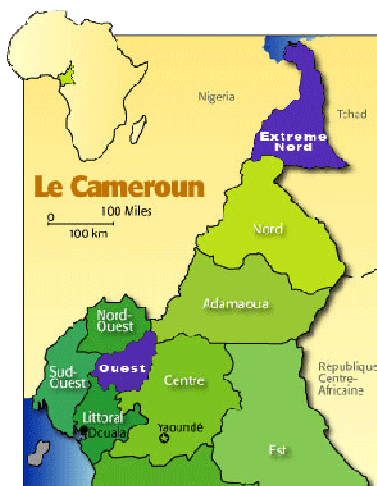


« Le Cameroun »

Situé en Afrique centrale et occidentale, le Cameroun (ou République du Cameroun) est un vaste pays qui s'étend du Golfe de Guinée jusqu'au Lac Tchad. Les traditions encore très présentes de son peuple ainsi que l'incroyable diversité de son relief ainsi que de sa faune et de sa flore en font une destination touristique très prisée.

Le Cameroun compte aujourd'hui plus de 16 millions d'habitants mais son territoire fait plus de 475000 km² et laisse donc la part belle à la nature. Le Cameroun possède des grandes villes comme Yaoundé, la capitale, ou encore Douala. Les sites balnéaires du bord de l'Atlantique sont également très ouverts au tourisme.

Vous pourrez donc vous loger sans mal et trouver un hôtel adapté à votre budget. Lors de votre séjour vous découvrirez que le Cameroun regroupe plus de 200 groupes ethniques dont les traditions (le folklore, l'habitat et l'artisanat) sont un des points forts de ce lieu magique. Les 400 km de côte permettent des vacances au soleil sur des plages de sable fin, des îles ou au milieu des mangroves. L'attrait principal du pays reste la diversité des paysages, de la faune et de la flore. Vous ne pourrez pas manquer de faire un safari et de croiser ainsi ses animaux incroyables que sont les lions, éléphants, girafes et autres



rhinocéros noirs.

Le Cameroun possède 7 parcs nationaux dont le plus reconnu est celui de Waza. L'éco-tourisme est sans nul doute l'avenir du Cameroun et vous pourrez ainsi vous émerveiller devant des sites exceptionnels. Citons en exemples le parc national de Korup, avec ses végétaux millénaires, et la réserve de Dja classée au patrimoine de l'humanité de l'UNESCO. N'oubliez pas non plus le Mont Cameroun qui culmine à 4070m et qui reste un site de référence pour les amateurs de montagne.

Le climat est caractérisé par des températures élevées toute l'année mais la pluviométrie diffère selon que vous vous trouviez dans la zone tropicale ou équatoriale du pays. La monnaie utilisée est le franc CFA. Le français et l'anglais sont les deux langues officielles héritées du colonialisme



Séjour 10 jours (*) / 9 nuits

(11 jours de date à date*)

Tarif par personne

tout compris, incluant, frais d'hébergement, restauration, visites et transport sur place, encadrement, assurance assistance rapatriement (Voir détail prestation)

1185€ par pers. le séjour seul

Base 4 personnes – Avion en plus (*)

Option journée supplémentaire: 85€

(*) Tarif promo à partir de 550€ -Actualisé au 31-01-2011

Soit séjour + Avion AR = 1735€

Important : le tarif avion indiqué ci-dessus fait l'objet d'une promotion exceptionnelle et limitée dans le temps. Si vous souhaitez en profiter il est recommandé de réserver rapidement.

(*). Les tarifs que nous donnons correspondent aux prix **de vols** affichés actuellement au départ de Paris (Prix actualisés au 31-01-2011). Des tarifs plus avantageux peuvent être proposés dans certains cas. Voir nos **Bons Plans**. Départs possibles de province (ex : Nantes,) toute l'année. Durées de séjours et des programmes adaptés sur mesure à vos attentes Renseignez vous..

A noter :

Plus des deux tiers du budget de ce séjour sont consacrés à la rémunération des prestataires locaux. Une partie de cette somme est versée par Alter Enga, directement aux associations et aux porteurs de projets locaux. (*) hors prix de vol

Partez tranquille !

avec

LES + ALTER ENGA

Un prix juste

Partir en petit nombre, en famille, c'est possible.

C'est la raison pour laquelle plutôt que de miser sur d'hypothétiques remises groupes nous préférons vous indiquer d'emblée le prix juste.

Nos tarifs sont donnés par personne sur une base de 4 personnes.

Bien sûr en cas d'un nombre de participants supérieur nous vous répercutons la baisse des coûts qui en résulte.

Des bons plans

Si vous disposez de flexibilité dans vos dates vous pouvez réduire le coût de votre séjour en tirant le meilleur parti des rotations aériennes

Pour le vol : Offre spéciale famille et enfants

A noter : Air France propose des vols à partir de 705€ par adulte et 605€ par enfant avec départ possible de Nantes par exemple. Ce prix comprend pour l'aller et le retour : le transfert par train ou avion jusqu'à votre aéroport de décollage Roissy CDG, ainsi que le vol (directe ou avec courte escale) Paris – Douala. Aigle Azur propose sensiblement les mêmes avantages au départ de Paris

Ces formules sont plus onéreuses au départ mais comportent de nombreux avantages et peuvent vous intéresser (N'hésitez pas à vous renseigner. Nous sommes là pour vous conseiller.

Des prix tout compris

Nos prix sont tout compris. Ils incluent hébergement, restauration, transport ,guidage, visites, préparation au voyage, carnet de voyages, suivi personnalisé, accompagnement éventuel par nos soins, (*) Hors boissons et aérien

Aucun supplément n'est à prévoir - La pratique du pourboire est proscrite

Contexte du voyage

Les voyages proposés par Alter Enga sont conçus pour favoriser une approche à la fois authentique et sécurisée. Pour permettre d'atteindre cet objectif Alter Enga se charge d'effectuer gracieusement un certain nombre de démarches et offre des garanties d'accueil et de prestations sur place.

Le voyageur doit en contrepartie s'assurer que toutes les conditions requises au bon déroulement de son séjour sont bien réunies.

En ce qui concerne la préparation du voyage c'est le cas pour :

- les vérifications de validité de vos passeports
- les démarches sanitaires
- les éventuelles prises de garanties ou d'assurances individuelles liées à des cas de figure particuliers propres à tel ou tel voyageur et non couvertes par nos soins.

En ce qui concerne le voyage proprement dit:

Vous êtes pris en charge dès votre descente d'avion, pendant tout le séjour, et jusqu'à votre vol de retour. Par ailleurs les prestataires avec lesquels nous travaillons sont tous des professionnels. Sauf évidemment les membres des associations locales et autres personnes que nous sommes appelés à rencontrer de façon inopinée, puisque c'est justement le but de ce voyage que de créer des échanges.

Dans tous les cas vous ne devez jamais perdre de vue que vous êtes en Afrique, dans un environnement particulier, avec des us et coutumes différents et que dans toute situation ou relation vous engagez votre responsabilité personnelle. En particulier si vous vous écarterez du programme, du groupe ou de l'accompagnement...

Bien entendu cela ne vous empêche pas d'agir librement (tout au contraire) mais en connaissance de cause.

En ce qui concerne le programme:

Toutes les prestations inscrites au programme sont garanties. Mais leur ordre, leur durée ou autre peuvent être amenées à être modifiées en fonction de certains aléas ou impératifs locaux, ou plus simplement parce que vous avez décidé de prolonger une rencontre, de profiter de la magie d'un lieu...

Plutôt qu'un planning chronométré ...c'est une découverte en liberté et en « temps réel » que nous vous proposons. Avec des arrêts improvisés, des rencontres inattendues. Vos guides et accompagnateurs sont là pour adapter le parcours à vos souhaits, dans la mesure évidemment ou cela ne sort pas du cadre de leurs responsabilités et de leurs possibilités matérielles ou financières.

Autour des points principaux et incontournables que nous avons inclus dans ce séjour, c'est vous-même qui contribuerez de la sorte à bâtir votre voyage.... Ce qui suppose aussi évidemment de votre part une certaine souplesse dans les relations et les exigences, tant au sein du groupe, qu'avec ceux qui vous accompagnent.

*« Celui qui veut marcher vite, marche seul.
Celui qui veut marcher loin, marche avec les autres »
(Adage africain)*

Prestations

Le prix comprend :

- le transport aérien (*)
 - les taxes aéroport (*)
 - les transferts aéroport - lieux de résidence
 - la pension complète et l'hébergement
(base chambre double ou triple. Supplément single : 10,0€ par jour : sous réserve de disponibilité, à régler à la réservation). Attention, pas de chambre single lors des nuits en campements et hébergements locaux.
 - toutes les visites et prestations inscrites au programme
 - les transports sur place
 - l'encadrement par notre correspondant camerounais francophone sur place
 - l'assurance assistance- rapatriement
- (*) Dans le cas du prix global indiqué « avion AR (*) et séjour » les prix de vols sont donnés sous réserve de disponibilités et de modifications de tarifs décidées par les compagnies.

Il ne comprend pas:

- les dépenses personnelles
 - les boissons. (Prévoir notamment l'achat d'eau minérale).
 - l'adhésion à Alter Enga (20 € par personne/ 40 € par famille -Prix groupe 5€ par personne)
 - l'assurance annulation- interruption facultative (3,3% du prix du voyage)
 - les frais sanitaires et administratifs éventuels
 - l'équipement individuel nécessaire pour la réalisation du programme.
- ... et plus globalement tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique "ce prix comprend"

Pourboires : le règlement des chambres, de la restauration et de toutes les prestations est effectué directement par nos soins ou ceux de notre correspondant malien. **La pratique du pourboire est inutile et déconseillée.** Rien n'interdit, évidemment et bien au contraire, d'offrir une gratification supplémentaire mais celle-ci devra être perçue, en totale transparence et au bénéfice de tous.

Programme de visite:

Ce programme est susceptible d'être revu en fonction des heures d'arrivées des vols ou des impondérables et aléas locaux (Voir note : Contexte du voyage).

La prestation Alter Enga

Outre l'organisation du voyage elle couvre tous les points nécessaires à sa bonne préparation :

- l'organisation d'une rencontre (selon les disponibilités et implantations géographiques de chacun) ou la mise en place d'un suivi téléphonique pour fournir aux participants toutes les informations préalables à leur départ
 - la remise d'un carnet de voyage personnalisé reprenant tous les éléments d'information
 - la mise en place d'un contact suivi avec les voyageurs jusqu'à la date de départ
 - **l'éventuel accompagnement du voyage par nos soins sur place (voir ci-dessus)**
- ...et tous les autres appuis et conseils que vous souhaiteriez obtenir de notre part.

Bon à savoir

Formalités administratives: pour les Français : passeport valide 6 mois après votre date de retour.

Vacins: vaccin fièvre jaune obligatoire (carnet de vaccination à prendre avec vous). Autres vaccins éventuels conseillés ou facultatifs : à voir avec votre **médecin (hépatite A ?)**. **Traitement antipalludéen indispensable.**

Monnaie : au Cameroun comme dans beaucoup de pays d'Afrique de l'Ouest on utilise le Franc CFA. (Pour comparer: 1€ = 656F CFA) Conseil : le change (ou les retraits en cas de besoin) est relativement aisé à faire sur place.

Décalage horaire : 1 ou 2 heures de décalage avec la France. Quand il est 14h en France, il est 12h ou 13h au Cameroun.

Votre équipement

Les vêtements :

- Pantalons en toile légère et confortable
- Shorts (trois quarts si possible)
- Chemise légère de loisir ou T-shirts légers, respirant et séchant vite
- Des vêtements à manches longues pour les nuits plus fraîches et les moustiques
- Un K-Way ou veste imperméable et respirante (type Gore-Tex)
- Chapeau ou casquette, foulard
- Chaussettes fines de marche
- Maillot de bain (pour les baignades ou la toilette en pleine nature)
- Chaussures de randonnée ou chaussures basses outdoor : marches faciles, visites et soirées.
- Sandales : pour les passages de gués ou les campements le soir.

Divers/ Petits matériels :

- Une trousse de toilette (prenez des produits biodégradables de préférence)
- Une serviette de bain légère et séchant rapidement
- Une excellente paire de lunettes de soleil (indice 3 minimum)
- Crème de protection solaire (indice élevé) + stick de protection des lèvres
- Répulsif anti-moustiques (en général éloigne aussi d'autres insectes)
- Une lampe frontale (avec piles et ampoules de rechange)
- Une gourde (et/ou une poche à eau)
- Un couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- Lingettes pour la toilette
- Un grand sac plastique à l'intérieur de vos sacs pour protéger vos affaires
- Une pochette anti-vol portée autour du cou ou en ceinture contenant passeport, devises, carte de crédit, papiers personnels, contrat d'assurance.
- Une photocopie du passeport et de tous vos papiers ou documents importants.
- Des sacs plastiques pour protéger vos appareils photos ou autres

Pharmacie personnelle :

- Traitement anti-paludéen (compatible zone 3 !)

- Anti-diarrhéique
- Antibiotiques à large spectre - Antihistaminique
- Contre la constipation
- Double peau (pour les éventuelles ampoules)
- Pansements stériles, produits désinfectants
- Bandes élastiques adhésives - Pommade anti-inflammatoire
- Aspirine - Collyre - Pastilles pour la gorge - Pastilles désinfectantes eau
- Biafine (pour les coups de soleil)
- Vitamine C

Bagages :

Il est conseillé de répartir vos affaires dans 2 sacs :

- Un sac à dos (contenance 25/40 litres) : c'est le sac que vous utilisez en cabine dans l'avion et que vous portez tous les jours pendant les marches, les visites et les transferts.
- Un grand sac de voyage ou une valise (contenance entre 60 et 90 litres) : choisir un bagage facile à transporter, étanche et très résistant qui va dans la soute de l'avion. (Attention au poids autorisé par la compagnie aérienne)

Le couchage: Un sac de couchage de type léger est conseillé.

Les périodes pour séjourner au Cameroun

Le Cameroun est situé dans la zone intertropicale. Il bénéficie de ce fait d'un climat De type tropical humide dans le sud, et sec dans le nord.

Sud Cameroun : saison sèche de novembre à février, petite saison pluvieuse de mars à juin, grande saison des pluies d'août à fin octobre. **Température moyenne : 26°C.**

Nord Cameroun : Le climat se rapproche du type sahélien. La saison des pluies s'étend de mai à fin septembre. **Température moyenne : 30°C**

ALTER ENGA

Les séjours avec Alter Enga



Un contact authentique

Des retombées significatives pour les populations

Des séjours personnalisés

Un accompagnement systématique

Bref...

Une autre façon de voyager



ALTER ENGA - Alternatives et Engagements pour les pays en voie de développement
44 rue Rivault de Fleurance - 53 000 Laval - Tél : 02 43 56 70 88 – Fax : 02 43 49 26 08 –
E-mail : joel.reze@free.fr - Internet : www.alter-enga.fr

No agrément tourisme: AG075 08 0001 - RCP: MAIF - Contrat no: 3262472N - Garantie Financière: FMS –
UNAT - No Siren: 488 925 660 – Siret: 488 925 660

Membre du réseau national ATES (Association pour le tourisme Equitable et Solidaire)