Atalante
L'ESPRIT TREK

CUBA

Evasion sur la perle des Caraïbes

- Les randonnées à Viñales et le trek en itinérance dans la Sierra del Escambray.
- Les visites guidées à la Havane et Trinidad.
- Les nuits en casa particular et en bivouac.
- Un voyage de la gamme Origins.

À PARTIR DE	**1 295 €**
DURÉE	15 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek / Randonnée

Transports locaux et nuits en immersion pour explorer en profondeur une région spécifique d'un pays, telle est l'essence des voyages Origins !

Ce voyage de notre gamme Origins vous fera découvrir les plus belles merveilles de Cuba, en petit groupe, avec un rythme permettant de vous offrir des moments pour vous, et en immersion dans la vie cubaine. Un itinéraire simple et authentique pour lequel nous avons privilégié, lorsque c'est possible, des trajets en transport collectif, des temps libres pour vous déconnecter ou pour visiter, de nombreuses nuits chez l'habitant et un trek itinérant dans les montagnes verdoyantes pour vivre une expérience enrichissant et active, au plus proche de la nature.
Nous commençons ce voyage par une visite guidée de la Havane et son centre historique avant de rejoindre la magnifique vallée de Viñales où nous randonnerons à la rencontre des cultivateurs de tabacs. Nous continuons vers l'Est avec une étape dans la belle ville coloniale de Trinidad et ses ruelles colorées. Puis, nous partons pour 4 jours de trek dans les montagnes sauvages et verdoyantes de la Sierra del Escambray, avec ses bambous géants, ses cascades rafraichissantes et ses fougères arborescentes. Notre trek termine au bord du lac Hanabanilla, entouré de montagnes tropicales. Nous faisons une dernière étape à Santa Clara, la "ville du Che" avant de rentrer vers la capitale cubaine et ses vieux quartiers.

Itinéraire

JOUR 1

Arrivée à La Havane.

HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Accueil en fin de journée à l'aéroport, transfert chez l'habitant (en casa particular) dans le quartier de la Vielle Havane (ou RDV directement à la "casa" si vous êtes déjà sur place). Repas libres.

JOUR 2

Visite de la Havane.

HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Le matin, un guide local francophone viendra nous chercher à la maison pour nous faire découvrir la Havane (environ 3 heures de visite). Nous commençons la découverte de la ville avec un tour à pied dans le « Vieux Quartier », qui date de la colonie espagnole, avec ses places coloniales, ses pavées et ses forteresses militaires du XVIème siècle. Puis, nous nous dirigeons vers le « Quartier de l'Epoque Américaine » (Capitol, Parc Central, Le Grand théâtre). Puis, retour à la maison. Fin de la journée et repas libres.

JOUR 3

La Havane - Viñales

TRANSPORT : BUS DE LIGNE (4H30) | MARCHE : 2H | HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | DÉJEUNER : LIBRE

Le matin, nous prenons la route direction Viñales (en navette). En arrivant, accueil par notre assistant et installation chez l'habitant. Déjeuner libre. L'après-midi, nous partons en compagnie de notre guide local du Parc National de Viñales pour faire une jolie balade autour des plantations de manioc, haricots, tabac etc. En chemin, nous nous arrêtons dans la ferme d'Alexi et sa famille, des paysans très accueillants qui nous feront découvrir des secrets de famille pour la manufacture des cigares artisanaux. Retour à la maison. Le soir, dîner de bienvenue à la casa. Fin de journée libre.

JOUR 4

Randonnée dans la Vallée de Viñales

MARCHE : 4H | HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Randonnée dans les paysages enchanteurs au pied des Mogotes de la vallée de Viñales et plus précisément la vallée de Dos Hermanas. Il s'agit de l'une des plus belles régions de Cuba, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Les formations karstiques (mogotes) qui se dressent au milieu des champs de tabac rappellent la Chine du Sud. En chemin, possibilité (en option) de déjeuner chez Anne, paysanne qui habite dans la vallée et qui nous fera un repas typique de la région. L'après-midi, petite balade digestive pour arriver au mur de la préhistoire (entrée optionnelle, site assez touristique). Puis, retour à la ville. Encore un peu du temps pour découvrir la petite ville touristique de Viñales.

JOUR 5

Viñales - Trinidad

TRANSPORT : BUS DE LIGNE (7H) | HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | DÉJEUNER : LIBRE

Le matin, départ pour une longue journée de route en direction de Trinidad. Arrivée à Trinidad, accueil par nos hôtes et installation à la maison. En fonction de vos envies, petite visite en liberté de la ville. Puis, dîner de bienvenue.

JOUR 6

Visite de Trinidad

HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Journée dédiée à la découverte de Trinidad (visite guidée d'environ 4 heures). Le matin, nous partons avec un guide local pour arpenter les ruelles pavées de Trinidad, réputée pour être la ville « musée » de Cuba, Trinidad est une ville particulièrement bien préservée aux superbes places coloniales. Nous flânons dans ses ruelles colorées en nous rendant sur ses superbes places pour visiter ses églises et ses musées. Nous prenons ensuite la direction du marché artisanal avant de visiter la maison du potier et la Plaza Mayor. Repas et soirée libres. Le soir, nous vous conseillons de profiter des soirées animées et musicales dans la vielle ville.

JOUR 7

Journée libre à Trinidad

HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Cette journée (libre) est la vôtre, à vous de choisir votre programme, votre hôte ou votre guide local de la veille pourrons vous conseiller et vous aider à organiser cette journée. Repas libres.

Nous vous recommandons l'une de ces possibilités :

- Visiter El Valle de Los Ingenios, aussi appelée El Valle de San Luis, c'est un système écologique et culturel dans lequel les monuments, la société et la nature se mélangent. Elle se situe sur une vaste plaine composée par les vallées de Agabama-Méyer, Santa Rosa et la plaine côtière du sud. Pour arriver à la vallée, le visiteur peut utiliser un train local qui arrive tous les jours de Trinidad, ou une machine à vapeur de 1919, qui a la fonction de train touristique avec un itinéraire de deux heures et demie. Visiter Les maisons fermes les mieux conservées sont celles de Manaca-Iznaga, Buena Vista, Delicias, Guáimaro et Magua, toutes avec un style néoclassique.

- Passer une journée farniente à Playa Ancon. La Playa Ancon est placée 12 km au sud de Trinidad. Avec ses 4 km de sable fin et blanc grâce aux courants de la mer des Caraïbes, elle offre d'excellents fonds marins où il est possible de contempler la barrière de corail. Par ailleurs, elle est aussi une importante réserve archéologique grâce à ses nombreuses épaves. La zone est parfaite pour les amateurs du snorkeling ou de la plongée, avec plus de vingt points de plongée.

Le soir, nous préparons notre sac à dos pour le trek (votre autre bagage sera transféré à Santa Clara, vous le retrouverez le jour 12).

JOUR 8

Trek del Escambray : Trinidad - Topes de Collantes - Codina

TRANSPORT : MINIBUS (0H45) | MARCHE : 2H | DÉNIVELÉ POSITIF : 200 M | ALTITUDE MAX : 760 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC AU REFUGE

Tôt le matin, départ pour rejoindre le massif montagneux de l'Escambray et le point de départ de notre randonnée à Topes de Collantes, à une altitude de 800 mètres. Le massif est dominé par le Pico San Juan (1140 m). Cette région se situe dans un parc naturel protégé d'une grande beauté et d'une grande valeur scientifique pour la botanique et l'écologie (nombreuses espèces endémiques, les forêts de pins, de bambous ou d'eucalyptus).
Accueil par notre guide local. Nous visitons le village (maison du café, galeries d'art). Déjeuner sur place. L'après-midi, nous partons à pied pour rejoindre l'Hacienda Codina blottie dans un charmant environnement très verdoyant. Cette petite hacienda nous offre un vrai dépaysement entre nature et histoire. L'endroit date du XIXème siècle et appartenait à un producteur de café. En chemin, nous découvrons ses forêts de bambous, la Cueva del Altar (Grotte de l'Autel) et encore la Isla de los Enamorados (Île des Amoureux). Notre rando se termine par un point de vue d'où il est possible de voir la mer et toute la Valle de los Ingenios (Vallée de la Sucrerie). Installation au refuge de la codina et dîner.
(sanitaires sur place).

JOUR 9

Trek del Escambray : Codina - Guanayara

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 790 M | ALTITUDE MAX : 780 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous continuons notre aventure dans la Sierra. Notre objectif de la journée est d'atteindre l'hacienda Guanayara. Nous grimpons vers les crêtes de l'Escambray. Le panorama est magnifique. Nous traversons des bosquets tropicaux et des fermes de montagnes. L'occasion de découvrir les "helechos", des fougères arborescentes qui nous plongent dans un paysage du Jurassique.
Arrivée à Guanayara, nous installons notre bivouac sous tente au bord de la rivière (douche et wc sur place). Pique-nique le midi et repas chaud préparé par le cuisinier le soir.

JOUR 10

Trek del Escambray : Guanayara - El Nicho

MARCHE : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 230 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 550 M | ALTITUDE MAX : 610 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Départ pour une belle journée de marche dans la forêt de la sierra. Le sentier est en pleine nature, avec sa végétation exubérante, et croisons quelques petites maisons isolées. Nous arrivons au site d'El Nicho où un ensemble de cascades vivifiantes nous attendent. Baignade. Repas aux cascades et bivouac sous tente (sanitaires sur place). Pique-nique le midi et repas chaud préparé par le cuisinier le soir.

JOUR 11

Trek del Escambray : Nicho - Rio Negro

MARCHE : 7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 680 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 400 M | ALTITUDE MAX : 750 M | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Départ pour une nouvelle belle journée de marche dans la forêt de la sierra. Toujours sur un sentier en pleine nature, nous croisons quelques petites maisons isolées. Après 17 km et environ 7 heures de marche, nous arrivons au campement aménagé de Rio Negro, au bord du lac, entouré pas la végétation tropicale (douche simple et wc). Pique-nique le midi et repas chaud préparé par le cuisinier le soir.

JOUR 12

Lac Hanabanilla - Santa Clara

TRANSPORT : MINIBUS, BATEAU (1H30) | MARCHE : 3H-4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 350 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 350 M | HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR

Dernière randonnée dans l'Escambray. Nous allons faire l'ascension de la Colicambia (assez difficile), un éperon rocheux qui domine le lac et offre une vue spectaculaire sur le lac Hanabanilla et la chaîne de montagne de l'Escambray. Puis, traversée du lac en bateau pour arriver au restaurant à l'hôtel Hanabanilla. Déjeuner sur place.

L'après-midi, transfert vers la ville de Santa Clara. Installation à notre maison d'hôte. Puis, temps libre pour se reposer ou visiter Santa Clara librement. Une ville riche en histoire, marquée par la Révolution. Ici, vous pouvez visiter le mausolée El Che Guevara, construit en l'honneur du combattant, ainsi que le musée du Train Blindé où est exposé le train que les rebelles ont pris d'assaut. En vous promenant, vous pourrez voir le Parc Leoncio Vidal qui a accueilli des événements de toutes sortes. Outre son histoire révolutionnaire, la ville se distingue par ses beaux monuments tels que le palais provincial Palacio, la bibliothèque José Martí ou le théâtre La Caridad). Repas inclus.

JOUR 13

Santa Clara-La Havane

TRANSPORT : BUS DE LIGNE (3H) | HÉBERGEMENT : CASA PARTICULAR | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Aujourd'hui, nous partons en direction de la Havane. En arrivant, installation en maison d'hôte, puis, vous aurez du temps libre pour vous
balader.
Nous vous recommandons :
- Le quartier Casa Blanca, village ultramarin où se trouve la maison de Che Guevara, la forteresse Morro-Cabaña et le Christ de la Havane, belle vue de la ville.
- Quartier « El Vedado », l'un de plus riche en architecture dans la ville. Vous pourriez vous balader dans l'avenue du Malecón au bord de la mer, l'un des endroits préférés des Havanais, visiter l'université de la Havane, l'Alliance Française pour voir l'influence de la langue française à Cuba, aller au Callejón de Hamel pour voir l'influence de la région Afro-cubaine dans le pays.
- Faire un tour de ville en "belle américaine".
Repas libres.

JOURS 14 À 15

La Havane - France.

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Dernière journée libre dans cette capitale charmante afin de profiter encore de ses places, ses terrasses. Selon les horaires de votre vol, transfert pour l'aéroport. Repas libres ou en vol.

(un vol retour le jour 14 implique une arrivée en France le jour 15)

À NOTER

Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, l'accompagnateur ou notre agence locale se réserve le droit de modifier cet itinéraire.

Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé chez Huwans et Atalante, partenaires sur ces départs.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 20/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 12

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
MAR. 03/09/2024	MAR. 17/09/2024	1 350 €	Confirmé dès 4 inscrits
MAR. 17/09/2024	MAR. 01/10/2024	1 350 €	Confirmé dès 4 inscrits
MAR. 08/10/2024	MAR. 22/10/2024	1 350 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 19/10/2024	SAM. 02/11/2024	1 395 €	Confirmé
MAR. 05/11/2024	MAR. 19/11/2024	1 350 €	Confirmé
MAR. 19/11/2024	MAR. 03/12/2024	1 350 €	Confirmé
MAR. 03/12/2024	MAR. 17/12/2024	1 350 €	Confirmé
SAM. 21/12/2024	SAM. 04/01/2025	1 495 €	Confirmé
MER. 08/01/2025	MER. 22/01/2025	1 295 €	Confirmé
DIM. 12/01/2025	DIM. 26/01/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 26/01/2025	DIM. 09/02/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 09/02/2025	DIM. 23/02/2025	1 395 €	Confirmé
MER. 12/02/2025	MER. 26/02/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 23/02/2025	DIM. 09/03/2025	1 395 €	Confirmé
MER. 05/03/2025	MER. 19/03/2025	1 295 €	Confirmé
DIM. 09/03/2025	DIM. 23/03/2025	1 350 €	Confirmé
MER. 19/03/2025	MER. 02/04/2025	1 395 €	Confirmé

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
DIM. 23/03/2025	DIM. 06/04/2025	1 450 €	Confirmé
DIM. 06/04/2025	DIM. 20/04/2025	1 450 €	Confirmé
MER. 09/04/2025	MER. 23/04/2025	1 395 €	Confirmé
DIM. 20/04/2025	DIM. 04/05/2025	1 450 €	Confirmé
JEU. 01/05/2025	JEU. 15/05/2025	1 395 €	Confirmé
DIM. 04/05/2025	DIM. 18/05/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 18/05/2025	DIM. 01/06/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 01/06/2025	DIM. 15/06/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 15/06/2025	DIM. 29/06/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 29/06/2025	DIM. 13/07/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 13/07/2025	DIM. 27/07/2025	1 395 €	Confirmé
MER. 16/07/2025	MER. 30/07/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 27/07/2025	DIM. 10/08/2025	1 395 €	Confirmé
MER. 30/07/2025	MER. 13/08/2025	1 350 €	Confirmé
MER. 06/08/2025	MER. 20/08/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 10/08/2025	DIM. 24/08/2025	1 395 €	Confirmé
DIM. 07/09/2025	DIM. 21/09/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 05/10/2025	DIM. 19/10/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 19/10/2025	DIM. 02/11/2025	1 395 €	Confirmé
DIM. 09/11/2025	DIM. 23/11/2025	1 395 €	Confirmé

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
MER. 12/11/2025	MER. 26/11/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 16/11/2025	DIM. 30/11/2025	1 395 €	Confirmé
DIM. 23/11/2025	DIM. 07/12/2025	1 395 €	Confirmé
MER. 26/11/2025	MER. 10/12/2025	1 350 €	Confirmé
DIM. 30/11/2025	DIM. 14/12/2025	1 395 €	Confirmé
DIM. 07/12/2025	DIM. 21/12/2025	1 395 €	Confirmé
DIM. 21/12/2025	DIM. 04/01/2026	1 550 €	Confirmé

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- Les transferts de et vers l'aéroport de la Havane
- L'encadrement par un guide local francophone aux différentes étapes (sauf temps libre) et pendant le trek, comme indiqué dans le fil des jours.
- Les transports terrestres en bus de ligne et en véhicule privé.
- Les excursions détaillées dans le programme.
- Les hébergements en casa particular (maison d'hôte) et en bivouac, avec les petits déjeuners
- Les repas mentionnés comme "inclus" dans le fil des jours (12 repas)

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les vols internationaux et taxes aériennes.
- Les frais de visa (carte de tourisme) (27 € à ce jour).
- La contribution à la neutralité carbone : 10 € par personne.
- Les repas mentionnés "libres" dans le fil des jours

À payer sur place **:**

- Les boissons et l'eau minérale pendant le séjour y compris durant les repas (cf rubrique « Alimentation/Eau »).
- Les repas mentionnés comme « libres » dans le fil des jours. Comptez 10 à 15 € environ par repas.
- Les pourboires aux équipes locales. Pour plus de détails, reportez-vous à la rubrique « Pourboires ».

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 vols internationaux pour la Havane : nous consulter
- Le supplément chambre et tente individuelles : 175 Euros
- La nuit supplémentaire à La Havane chez l'habitant avec petit déjeuner (40 € en chambre double, 80 € en chambre individuelle)

Détail du voyage

NIVEAU

Voyage accessible mais avec un trek en montagne relativement engagé (chaleur, dénivelés, bivouac). Vous marchez sur des sentiers peu fréquentés, il est donc important de prendre en compte le fait que vous évoluez dans un milieu naturel et s'adapter à celui-ci.

Nous vous conseillons de marcher régulièrement et avez le plaisir de l'effort. Si possible, pratiquez une activité d'endurance (marche ou vélo) deux à trois fois par semaine 2 mois avant le départ.

ENCADREMENT

Voyage en "semi-liberté" avec des guides locaux francophones aux différentes étapes ainsi que pour le trek en montagne.

ALIMENTATION

Soumise à l'embargo américain depuis de nombreuses années, et avec des structures hôtelières très étatisées, Cuba n'a pas développé une gastronomie de renom.
Les menus servis dans les restaurants d'état sont le plus souvent faits de poulet, poisson ou porc accompagné de congri (riz et haricots rouges) et de bananes plantain frites.
Chez l'habitant, les mets sont sensiblement plus variés et copieux, mettant davantage en valeur les produits locaux : fruit de l'arbre à pain, manioc, banane plantain, mangue, goyave, ananas, papaye, noix de coco, porc, poulet, poisson et parfois langouste.
En trek, les repas du midi sont pris sous forme de "Bocadillos" (petits sandwichs de fromage ou de jambon) et votre guide essayera de compléter les repas de fruits aussi souvent que possible. Les repas du soir sont préparés au campement. Pour les randonnées, nous vous conseillons d'apporter quelques barres de céréales ou encas depuis la France (difficile à trouver à Cuba)

Boissons : on trouve à Cuba d'excellents jus de fruits de saison, des bières locales : la Bucanero et la Cristal, et du rhum utilisé pour la préparation de quelques cocktails incontournables : mojitos, daïquiris, cuba libre, pina colada…

Durant votre séjour, les boissons, y compris l'eau minérale, sont à votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau dans les villages, les sources, les hôtels. Il est préférable de la traiter avec des pastilles purifiantes (de micropur ou d'hydrochlonazone). 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 10 litres (ou 5 litres) pour remplir vos gourdes au fur et à mesure. Si vous souhaitez acheter ces bouteilles, vous pouvez en avertir votre guide en début de circuit afin de prévoir une halte au supermarché.

HÉBERGEMENT

- Nuits chez l'habitant (ou maison d'hôtes ou casa particular) : les familles cubaines vous accueillent chez eux. Vous dormez ainsi en chambre double avec salle de bain privative. Vous pourrez ainsi échanger avec certains d'entre eux sur leurs modes de vie.
- Bivouacs : sous tente ou sous abris. La plupart disposent d'un accès à une douche et des wc (voir les informations jour par jour).
- Electricité : il y a la possibilité de charger vos batteries tous les soirs, y compris aux bivouacs/campements (bien que des coupures soient toujours possibles à Cuba).

DÉPLACEMENT

Transport international :

Voyage proposé avec les vols internationaux en option (Vols sur compagnies régulières entre Paris et la Havane)

Déplacements dans le pays :

Nous privilégions, lorsque c'est possible, les transports moins polluant et moins couteux comme le bus de ligne (navette). Le reste du temps il s'agit de véhicule privé de type minibus.

Portage :

Vous ne portez que le nécessaire de la journée.

Durant le trek vous portez vos affaires personnelles pour la durée du trek, dont un petit sac de couchage.

Vous porterez également votre pique nique (préparé la veille au soir par le cuisinier) pour le déjeuner des jours de trek et votre gourde d'environ 1.5 L ou 2x1L

Il n'y a ni matelas, ni tentes, ni autre nourriture à porter, nous gérons la logistique.

BUDGET & CHANGE

La monnaie officielle est le peso cubain.

Depuis le 01/01/2021, Cuba a instauré une monnaie unique : Le Peso cubain (CUP). 1€ = 29 CUP environ. Le Peso convertible (CUC) qui était réservé aux touristes est supprimé. Sachez qu'une taxe de 18% est prélevée lorsque vous changez des dollars américains. Ce n'est pas le cas pour les euros.
Vous pourrez donc échanger vos euros dans toutes les villes touristiques (La Havane, Santiago, Trinidad, etc...) et trouverez également des distributeurs automatiques dans ces mêmes villes. Nous vous conseillons donc d'emporter avec vous des euros. À la fin de votre séjour, vous pourrez à nouveau faire le change en euros.
Notez que les cartes de crédit américaines et chèques de voyage American Express ne peuvent être utilisés. Nous déconseillons également les traveler's chèques, souvent difficiles à changer.

Pour connaître le taux de change en temps réel, nous vous conseillons de vous rendre sur le site www.xe.com

POURBOIRES

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

Pour calculer les montants généralement pratiqués, il s'agit de multiplier le montant journalier donné à chaque poste par le nombre de jours du voyage.
* Montant journalier par poste :

- 3 € / accompagnateur francophone
- 2 € / chauffeur
- 1 € / guide local hispanophone

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

- tente et matelas fournis pour le trek lorsque nécessaire

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

- Chapeau/casquette pour le soleil
- Une paire de lunettes de soleil
- Coupe-vent et vêtement de pluie (type Kway, ou vêtements qui sèchent vite).
- Un sweat-shirt
- Une polaire ou un pull léger
- T-shirts et chemises légères
- Pantalons de marche confortables et longs
- Collant, jogging ou caleçons chaud pour le soir (facultatif)
- Short
- Un maillot de bain
- Une paire de chaussures de trek tiges hautes, déjà portées, avec de bonnes semelles
- 1 paire de sandales de marche
- 1 paire de basket légères pour les balades ou les visites de sites
- Serviette de toilette
- Quelques barres de céréales ou autre encas (en complément) pour les rando les plus longues

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Lampe de poche, piles, ampoules de rechange, briquet et papier toilette (denrée rare à Cuba !)
- Un sac de couchage léger pour les nuits en bivouac (confort 15°C environ) et/ou drap de sac (coton ou soie) pour les moins frileux.
- 1 gourde de 1,5 litres ou 2 litres (poche à eau ou gourdes rigides)
- Bâtons de marche (facultatif)

BAGAGES

- 1 sac à dos ou sac de sport à roulettes contenant toutes vos affaires de voyage.
- 1 sac à dos (40-50 litres) pour vos affaires de la journée et pour le trek (il pourra servir de bagage à main dans l'avion).

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

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

• Médicaments personnels
• Aspirine ou doliprane
• Antidiarrhéiques
• Vitamine C
• Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
• Collyre
• Crème hydratante
• Un rouleau de sparadrap
• Une bande élastique adhésive de 10 cm de large
• Une boîte de pansements adhésifs
• Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
• Pastilles de Micropur ou Hydroclonazone pour désinfecter l'eau
• Une crème anti-moustique
• Des Compeed pour les ampoules.

ATTESTATION D'ASSURANCE OBLIGATOIRE :

L'attestation de votre contrat d'assurance / assistance rapatriement (qu'il ait été pris via Atalante ou qu'il s'agisse de votre assurance personnelle) devra être présentée au contrôle des douanes, à votre arrivée sur le sol cubain. À défaut de pouvoir fournir un justificatif d'assurance-voyage à votre arrivée à Cuba, vous devrez souscrire une police d'assurance-voyage sur place, directement auprès des services cubains concernés, présents dans les aéroports, ports du pays. Le montant de cette assurance-voyage cubaine variera entre 2 et 3 CUC / jour / personne, selon la formule choisie par le voyageur (rapatriement, responsabilité civile, frais médicaux, bagages…).

Note : Quel que soit l'accident, il faut contacter l'assurance avant d'engager toute procédure. Les médecins du pays et les médecins de l'assurance décident de la suite à donner : c'est important car toute décision non conforme à la leur implique une non responsabilité de l'assureur (donc un non-remboursement des frais engagés).

Pour ce pays :

Aucune vaccination n'est exigée toutefois être à jour des vaccinations courantes, DTP. Les vaccins contre l'hépatite A, B et la fièvre typhoïde sont souhaitables. Cuba offre, dans le domaine de la santé, de bons soins et de bons établissements hospitaliers. Le traitement anti-Paludéen n'est pas nécessaire.

Recommandations sanitaires :

Avant votre départ, nous vous conseillons de consulter votre médecin, qui seul pourra vous fournir des indications fiables sur votre état de santé général, et qui fera un point sur vos vaccinations habituelles ainsi que sur les vaccinations recommandées pour votre destination.

Sur les sites suivants, vous trouverez des conseils à suivre avant votre départ, ainsi que des informations concernant les vaccinations:

- Institut Pasteur Paris (Médecine des voyages) : http://cmip.pasteur.fr/cmed/csmedvoy.html
- Informations pratiques sur les lieux de vaccination : http://www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/vaccins/faire_vacciner.htm
- Quelques liens officiels : http://cmip.pasteur.fr/liens-utiles.html

Notre responsabilité ne saurait être engagée dans le cas où vous devriez rentrer en France à cause du non-respect de ces obligations personnelles de santé.

Formalités & santé

PASSEPORT

Passeport en cours de validité durant tout votre séjour.
Dès votre inscription, merci de nous communiquer vos coordonnées de passeport (Nom - Prénom - Date de naissance - N° de passeport - Date d'émission et date d'expiration.). Nous en avons besoin pour réserver vos vols intérieurs ou faire les demandes pour les entrées dans certains sites.
Pour les Dames, le nom de jeune fille l'emporte sur le nom marital ou le nom d'usage.

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. Il s'agit de la carte de Tourisme, individuelle. Nous nous chargeons de son obtention pour les ressortissants Français (et Européens : nous consulter). Elle coûte 27 euros et vous sera envoyée par courrier avant votre départ. Merci de veiller à bien la remplir avant de vous présenter au comptoir de la compagnie le jour de votre départ. Les cartes mal remplies ou raturées ne seront pas valables pour l'embarquement.

Depuis le 1er janvier 2022, un nouveau formulaire digital doit être rempli dans les 72 heures précédant l?arrivée à Cuba. Il peut être présenté sous format digital, mais son impression peut faire gagner du temps à l?arrivée. voici le lien : https://dviajeros.mitrans.gob.cu/inicio

Important : si votre vol passe par les USA ou le Canada, il est nécessaire, même pour un simple transit, de faire une demande d'autorisation de voyage : "ESTA" pour les USA et "AVE" pour le Canada. Cette formalité est sous votre responsabilité.
- USA : L ESTA peut être obtenue en répondant aux questions posées sur le site Internet https://esta.cbp.dhs.gov/,
- Canada : l'obtention de l AVE s effectue exclusivement depuis le site internet dédié à cet effet (http://www.cic.gc.ca/francais/visiter/ave-commencer.asp).

Pour plus d'informations, vous pouvez également consulter ce site : http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/

ATTENTION :
Depuis le 22 Août 2022 :
Pour se rendre aux Etats Unis ou effectuer un transit via les Etats Unis : Les voyageurs qui se sont rendus à Cuba depuis le 12 janvier 2021 ne peuvent plus bénéficier du régime de l?ESTA et doivent obligatoirement faire une demande de visa auprès d?un consulat américain à Paris avant d'entreprendre un voyage aux Etats Unis ou un transit via les Etats-Unis, et ce, même s'ils bénéficient d'un ESTA précédemment approuvé, sous peine de voir celui-ci annulé par les agents de la police aux frontières (Customs and Border Protection) lors de l'entrée sur le sol américain, ou de faire l'objet une décision de refus d'embarquement.

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.

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