



**Se relier à la nature, à l'autre et à soi même
par le voyage et à la découverte**

LA ROUTE DES COOPERATIVES

**14 jours-12 nuits France/France
De 4 à 10 participants**

**Circuit avec guide francophone, réalisable de Novembre à Août
Période estivale : Supplément à prévoir (vol en haute saison)**



De par son histoire et ses traditions, le Costa Rica est naturellement tourné vers des initiatives artisanales et communautaires. Ce circuit permet d'aller à leur rencontre, de voyager autrement, au contact des gens, tout en explorant les sites naturels les plus spectaculaires du pays.

Dès le deuxième jour, vous évoluerez hors des sentiers battus à l'Isla de Chira, sanctuaire écologique que vous visiterez en bateau et à bicyclette. Proche du Rio Celeste aux couleurs surprenantes, vous serez hébergés dans une auberge tenue par une coopérative agricole, avant de rejoindre la ferme de Juanilama, jouxtant une réserve privée de forêt primaire. Le volcan Arenal, en éruption quotidienne, est un incontournable du Nord du Costa Rica, et ses eaux thermales en pleine nature raviront les plus réticents.

La deuxième partie du voyage permet d'entrer en contact avec les projets de la superbe côte caraïbe, monde en soi à la culture très différente, afro caribéenne et indigène. Vous arpentez les sentiers du Parc National de Cahuita et vivrez une expérience unique à la communauté indigène de Yorquin, qui s'organise pour recevoir les visiteurs à une heure de bateau de la civilisation. Enfin, la détente au bord des plages de sable blanc est de mise en fin de voyage, avant la visite de la capitale.

Voici donc l'occasion de vivre des moments authentiques et intenses, de connaître les richesses qu'offre le Costa Rica tout en appuyant des projets de tourisme équitable.

Jour	De	A	Programme	Hébergement
1	France	San José	Vol de jour de Paris ou province, via Madrid avec la compagnie Iberia. Arrivée San José à 16h15, accueil par votre guide et transfert à votre hôtel. Dîner léger, nuit dans un petit hôtel de charme dans un quartier colonial du centre ville.	Hôtel niveau **
2	San José	Isla de Chira	Départ en début de matinée pour la côte pacifique (2 heures de route). Visite à pied du port de Puntarenas, puis d'un jardin de papillons tenu par une association de femmes, qui nous cuisineront un repas à base de poissons et fruits de mer. Après 30 minutes de traversée par ferry sur le golfe de Nicoya, nous abordons l'île. Transfert jusqu'à la posada, tenue par une association de femmes. Installation, distribution des bicyclettes pour aller voir le coucher de soleil à Playa Montero. Dîner et nuit.	Posada rural La Amistad
3	Isla de Chira	Isla de Chira	Observation d'oiseaux tôt le matin avec un guide local (si désiré). Bicyclette jusqu'à l'embarcadère d'Isla Paloma, sanctuaire d'oiseaux marins au bord d'une belle mangrove. L'après midi, nous proposons un tour de pêche en bateau avec l'association de pêcheurs à la corde, technique permettant de ne pas endommager le récif corallien et de conserver ainsi les ressources. Possibilité de repos à la posada, ou de faire un tour à bicyclette ! Les prises seront cuisinées le soir, puisque vous mangerez au petit restaurant de fruits de mer de l'association.	Posada rural La Amistad
4	Isla de Chira	Rio Celeste	Bateau puis route pour le lac Arenal et les flancs du volcan Tenorio, connu pour sa rivière aux couleurs émeraude.	Albergue Heliconias

			<p>Déjeuner à l'arrivée à l'auberge. L'après midi, vous pourrez parcourir le pont suspendu au dessus de la jungle. L'association des jeunes de Bijahua viendront parler de l'historique de ce projet communautaire. Dînet et nuit à l'auberge.</p>	
5	Rio Celeste	Juanilama	<p>Le matin, ballade dans la forêt tropicale du Parc National Tenorio, jusqu'à l'incroyable Rio Celeste aux délicieux bassins de baignade, en pleine jungle. Déjeuner type pic nic, puis retour à l'auberge. Transfert à Juanilama, village accueillant produisant du fromage et des ananas biologiques. Les paysans vous montreront leur production agricole. Vous serez hébergés dans des maisonnettes rustiques mais propres et accueillantes, liées à différentes fermes du village, sorte de chambres d'hôte. Une autre partie de l'expérience est que vous dînez avec vos hôtes!</p>	Finca Juanilama
6	Juanilama	Juanilama	<p>Le matin, visite de la réserve de forêt secondaire avec un guide local. Oiseaux, rainettes fluorescentes, colonies de singes, arbres géants peuvent y être observés. Belle cascade, baignade possible. Après le déjeuner cette fois pris en commun, et un moment libre permettant la détente, vous visiterez les champs d'ananas biologiques vendus dans le cadre du commerce équitable. Dîner pris en commun sous d'énormes amandiers.</p>	Finca Juanilama
7	Juanilama	Arenal	<p>Tour du lac jusqu'au volcan Arenal. Marche d'environ 1 heure aller retour pour observer l'activité du volcan depuis la coulée de lave de 1968 : jets de pierre, grondements, souffles, éruptions sont observés depuis le bas. Déjeuner, installation à l'hôtel puis temps libre jusqu'à la fin d'après midi. Profitez durant plusieurs heures d'une baignade unique dans les eaux thermales de la rivière Tabacon, qui sont à 38°, avant de dîner au restaurant sur place. La nuit tombée, si le volcan est dégagé, nous irons observer son activité et la lave couler sur une piste proche du volcan. Votre hôtel est une petite structure chaleureuse avec piscine et jacuzzi, toutes chambres ont vue sur le volcan.</p>	La Catarata Ecolodge
8	Arenal	Cahuita	<p>4h00 de route le matin pour la côte caraïbe. Déjeuner à Cahuita, puis marche dans le Parc à la rencontre des singes hurleurs et à tête blanche. Le sentier longe une belle plage de sable blanc sur des kilomètres, détente, baignade ... Installation à Casa Calateas, à quelques kilomètres. Pour ceux et celles qui le</p>	Casa Calateas

			désirent : cours de cuisine. La nourriture caraïbe est très particulière : cuisson au lait de coco, nombreuses recettes très appétissantes !	
9	Cahuita	Cahuita	Visite très instructive d'une plantation de cacao, d'arbres fruitiers et de bananes d'un associé de la coopérative, avec guide local. Déjeuner à la ferme. Temps libre l'après midi, avec la possibilité de marche en forêt en fin d'après midi pour voir oiseaux et animaux. Soirée musicale caraïbe.	Casa Calateas
10	Cahuita	Yorkin	Il existe 17 ethnies indigènes au Costa Rica, peu reconnues par l'Etat, souvent démunies. Yorkin est un petit village indigène bribri accessible uniquement par bateau. Dans le but de diversifier leurs activités, les femmes du village ont monté une association. La volonté des associés est de présenter un mode de vie, une hospitalité, d'où l'inexistence de sentiment colonisateur. 1 heure de bateau à moteur sur la rivière jusqu'au village. Visite de l'école, du centre de santé puis des plantations de bananes et de cacao. Après le déjeuner, nous apprendrons comment sont faits les toits de palme, et comment se fabrique le chocolat. Puis bain dans la rivière ou repos dans les hamacs ... Soirée autour du feu de bois et veillée avec notre guide, qui nous racontera des légendes bribri. Nuit à l'étage, sur des matelas avec moustiquaires, toilettes partagées.	Auberge de l'association
11	Yorkin	Playa Chiquita	Nous vous proposons ce matin d'aider au projet que le voyage finance. L'initiative est unique, proposée pour motiver les villageois à avancer, et créer des liens qui ont à voir avec un véritable échange, un savoir faire. Chacun pourra apporter à l'autre un regard, une opinion, un coup de main. Le projet peut concerner la canalisation, le centre de santé, le pont, qui sont en chantier. Il sera possible de participer à la préparation du repas. Cette activité n'est pas obligatoire. Pour la partie du groupe non intéressée, marche jusqu'à la cascade Panama (la plus grande ballade du circuit : 3 heures aller-retour) et baignade. Déjeuner, puis retour vers la côte. Coucher de soleil sur la plage si désiré. Dîner en bord de mer, nuit dans un écolodge de charme où la plage de sable blanc est à peine à 30 mètres.	Playa Chiquita Lodge
12	Playa Chiquita	San José	Matinée de farniente. Déjeuner, puis 4 heures de route pour San José. Dîner d'adieu dans un restaurant de	Hôtel **

			spécialités qui domine la capitale.	
13	San José	Aéroport	Le matin, visite à pied du centre ville, et notamment du Mercado Central aux herboristeries impressionnantes. Visite du musée national, renfermant une collection unique de pièces précolombiennes, ancien fortin devant lequel a été abolie l'armée en 1949. L'occasion également de parcourir un marché artisanal tout proche. Déjeuner local. Transfert en début d'après midi pour l'aéroport. Départ à 17h55, vol direct. Nuit en vol.	Nuit en vol
14	France		Escale à Madrid, arrivée Paris ou province dans l'après midi.	

Le prix du circuit se monte à : 2470 euros par personne à partir de 4 personnes

Ce prix inclut :

- Le vol France/Costa Rica aller retour avec la compagnie Iberia, sous réserve de disponibilités lors de la confirmation, taxes d'aéroport et de carburant incluses,
- L'hébergement tel que décrit ci dessus, sur la base de chambres doubles,
- La pension complète, une boisson non alcoolisée par repas (jus ou eau minérale),
- Toutes les visites en entrées mentionnées au programme,
- Tous les transferts et transports en minibus avec chauffeur privatif et tous ses frais,
- Les services d'un guide francophone depuis le jour d'arrivée jusqu'au jour du départ,
- Les guides locaux,
- La participation à l'action solidaire (5% du prix du séjour),
- Notre carnet de voyages personnalisé.

Ce prix n'inclut pas :

- Les autres boissons,
- La réduction à partir de 6 personnes : - 120 euros par personne,
- La réduction à partir de 8 personnes : - 180 euros par personne,
- Le supplément chambre individuelle : + 100 euros par personne (sauf à Yorkin),
- La réduction chambre triple : - 25 euros par personne,
- L'adhésion obligatoire à l'association Reliances : 10 euros par personne,
- La taxe de sortie du territoire (à ce jour, \$26/personne),
- Les assurances annulation et assistance-rapatriement, voir ci dessous,
- La compensation carbone, voir ci dessous.

Action solidaire :

La côte caraïbe sud a été affectée fin 2008 par une série de tempêtes sans précédent, et le premier ouragan à s'être jamais formé sur les côtes costariciennes. La communauté indigène de Yorkin est située dans cette région, sur les flancs de la cordillère de Talamanca. Les aides ont été en priorité aux villages et zones accessibles. La communauté, très isolée et accessible seulement après 1h00 de bateau, a reçu une aide de première urgence de la Croix Rouge mais doit compter majoritairement sur ses propres ressources pour la reconstruction. Réseau d'eau, centre de santé, auberge touristique communautaire, cultures, bateaux, ont été emportés. La volonté des locaux et leur solidarité ont permis de subvenir aux besoins d'urgence.

Aujourd'hui, la vie a repris son cours mais certains lieux comme le centre de santé sont encore en construction. En 2010, nous avons décidé d'être solidaires envers cette communauté et de contribuer à hauteur de 5% des prestations terrestres à la reconstruction du centre de santé, ou autre infrastructure selon l'état d'avancement des projets au moment du voyage, le dit projet étant visité en fin de circuit.

Le détail financier et la ventilation des fonds versés seront disponibles à l'association Reliances à la fin de l'année où le voyage a été effectué.

Dispositions particulières :

Une bonne condition physique est requise pour profiter pleinement des balades. Les marches, de 1h30 maximum, ne présentent pas de difficulté particulière. En cas de doute, nous consulter.

Saisons :

Novembre est une période de transition entre saison des pluies et saison sèche. De Décembre à fin avril, le temps est ensoleillé dans le centre du pays et sur le versant pacifique, très changeant sur la côte caraïbe où il n'existe pas de saison sèche. En Avril, tout est très sec, c'est le mois le plus chaud de l'année. Le mois de Mai est une période de transition entre saison sèche et saison des pluies, la nature reverdit d'un coup. Juin est assez pluvieux, avant l'arrivée du "veranillo de la San Juan", période plus sèche dans la saison des pluies qui s'installe pour un mois à partir de la St Jean (du 25 Juin à fin Juillet). Le mois d'Août est humide avec de belles matinées ensoleillées et des pluies en fin de journée (chaudes!). A éviter : De fin août au 10 Novembre, le plus fort de la saison des pluies.

Compensation carbone :

Chaque voyageur peut compenser volontairement ses émissions de carbone.

Nous la reversons intégralement à l'ONG Homme et Environnement, basée à Madagascar, pour son projet de reforestation sur le site de Vohimana. Nous sommes allés nous assurer par nous mêmes du bon fonctionnement du projet sur place. Nous avons jugé qu'il est très utile et répond efficacement aux urgences locales. Les évaluations de carbone y proposent la tonne à 15 euros. Chaque voyageur consommant 4 tonnes par vol long courrier aller-retour en moyenne, une compensation carbone de 60 euros est à ajouter au prix du voyage, dans le cas où le voyageur décide de la souscrire. Nous nous engageons à en payer une partie (15 euros). Le voyageur acquitte 45 euros au moment de l'inscription au voyage. Un mois après le voyage, un reçu fiscal permettant une réduction fiscale de 66% est envoyé à l'adresse personnelle du voyageur. Ainsi, le montant total réellement payé, réduction d'impôts incluse, est de 15 euros environ par passager.

Merci de nous signaler votre éventuelle intention de souscription lors de votre inscription.

Il est à noter que la compensation carbone ne remet pas en cause la nécessité de réduction des émissions, et de privilégier un mode de transport peu polluant lorsque cela est possible.

Formalités :

Le Passeport doit être valable 6 mois après la date du retour. Aucun vaccin n'est imposé, le traitement anti paludéen est conseillé. Les vaccinations ou traitements conseillés sont à vérifier auprès de votre médecin traitant.

Conditions de règlement :

Nous demandons en acompte la somme de 50%. Le solde est à régler 35 jours avant le départ.

La perception de 50% d'acompte permet d'émettre les billets d'avion, et donc de figer les taxes aériennes et carburant.

Conditions d'annulation :

Les frais d'annulation par personne sont les suivants :

- plus de 35 jours avant le départ : 500 €
- de 35 à 21 jours avant le départ : 50 % de leur montant
- de 20 à 7 jours avant le départ : 75 %
- moins de 7 jours avant le départ : 100 %

Le voyage se fait avec un minimum de 4 personnes.

Au moment de la confirmation du voyage par le client, le tarif total est calculé par rapport au nombre de personnes inscrites.

Plus de 35 jours avant le départ (donc avant le paiement du solde) :

- Dans le cas où une annulation survienne plus de 35 jours avant le départ, le supplément à prévoir selon le nombre de participants inscrits s'appliquera automatiquement et sera à régler au moment du solde.

- Dans le cas d'un ajout de personnes permettant une réduction, celle ci sera déduite du montant total des participants au moment du solde.

Moins de 35 jours avant le départ :

- Dans le cas où une annulation survienne moins de 35 jours avant le départ, le supplément à prévoir selon le nombre de participants inscrits s'appliquera et sera à régler immédiatement.

- Dans le cas d'un ajout de personnes permettant une réduction, celle ci sera déduite du montant total et sera réglée immédiatement aux participants.

Assurances :

Nous proposons une assurance voyage TMS avec ces 2 formules :

- complémentaire carte bancaire : annulation+ frais médicaux + interruption de voyage (pas d'assistance rapatriement) : 50 euros par personne,

- Multirisques: annulation + assistance rapatriement + frais médicaux + interruption de voyage : 75 euros par personne.

RELIANCES 46, Route de Tarbes 65350 LASLADES
Tèl : 0970 466 093 (prix d'un appel local depuis un poste fixe)
Fax : 05 31 60 15 94
info@asso-reliances.com

Du lundi au jeudi : 10h-16h
Le vendredi : 10h-13h

www.asso-reliances.com