Sénégal

A PIED CHEZ LES BÉDICKS

Code voyage : **QSENBED**

DÉCOUVERTE — RANDONNÉE

A partir de **1 645 €**

Voyage en petit groupe — Niveau : **2/5** — **9 jours** — **Vol inclus**

Nous vous proposons une semaine dans un Sénégal presque inconnu, dans une région de collines parsemée de villages typiques, sur des pistes de latérite entourées de grands arbres et propice aux randonnées en pleine nature. Nous rencontrons facilement grâce à notre guide les ethnies du Sénégal oriental.
Nous faisons un trek dans les contreforts du Fouta Djalon, massif montagneux considéré comme le "château d'eau" de l'Afrique de l'Ouest. Enclavée loin de Dakar, la région Tenda, classée au patrimoine mondial par l'Unesco, offre une richesse culturelle et paysagère extrêmement bien conservée. Très loin des sentiers battus, au gré des rencontres et des découvertes, le Pays Bédik vous ravira par l'accueil chaleureux de ses habitants. Accompagnés de notre guide Bédik, Marc, leurs traditions se dévoilent aux voyageurs respectueux, au rythme de la marche, moyen de transport traditionnel. Tout au long de ce périple accessible au plus grand nombre, nous vous invitons à découvrir les derniers mystères de l'Afrique avant de découvrir le delta du Sine Saloum, l'une des régions naturelles les plus étonnantes et magnifiques du Sénégal.

POINTS FORTS

- Immersion dans le très authentique Sénégal oriental.
- Les 4 jours de treks accompagnés par Marc, notre guide Bedick.
- Les rencontres avec les Peuls et les Bédicks de cette région sauvage.
- La découverte en fin de séjour du delta du Sine Saloum.

Jour par jour

JOUR 1

PARIS - DAKAR - NGUEKHOKH.

Accueil à l'aéroport international Blaise Diagne, à 55km de Dakar. Transfert à Nguekhokh, à l'hôtel Baobab Soleil (ou similaire). Installation dans votre chambre, au cœur de la forêt de baobabs. En fonction de votre heure d'arrivée, détente possible au bord de la piscine. Dîner libre (non inclus) et nuit.

DÉTAIL

Transport : 0h20
Hébergement : Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 2

KAOLACK - TAMBACOUNDA - WASSADOU.

Départ de Dakar très tôt à 6 heures du matin. Petite pause café à Kaolack au bout de 3 heures de route dont les derniers kilomètres sont réputés pour leurs nids de poules. Nous continuons notre chemin pour Tambacounda en savourant la route toute neuve, mais très fréquentée par les camions qui se rendent au Mali. Déjeuner dans la capitale du Sénégal oriental puis dernier tronçon de route pour rejoindre notre campement nature à Wassadou, à la limite du Parc National du Niokolo Koba. Installation dans des cases confortables et ventilées, réparties dans un jardin en surplomb de la Gambie, offrant un panorama grandiose sur le fleuve et la végétation luxuriante qui le borde. Nous partons pour une marche d'une heure au coucher de soleil sur les berges à la rencontre des hippopotames et des singes. Dîner et nuit au campement.

DÉTAIL

Transport : 8h, 530 km
Marche : 1h
Hébergement : Campement

JOUR 3

WASSADOU - NIOKOLO KOBA - VILLAGES BEDIKS.

Lever avec le soleil pour assister au réveil de la nature et départ à 7 heures par la route qui traverse le parc du Niokolo Koba. Observation de nombreux animaux au petit matin. Nous laissons la route pour la très belle piste "des cotonniers" au cœur de la principale zone de culture du Sénégal. Nous atteignons le village de Tenkoto d'où nous partons pour une marche d'une heure afin de rejoindre notre premier village Bedik de Thiobo. Rencontre avec les habitants dont certains réalisent un artisanat traditionnel. Nous continuons par une marche de 1h30 vers Mangama. Pique-nique et détente à l'ombre des arbres. Nous repartons vers 15 heures pour le village Peul de Bandafassi où nous nous installons dans le campement Bédik Chez Léontine. Départ pour un trek de 2 heures environ pour rejoindre le village Bédik d'Ethouwar, en haut de la montagne. Rencontre des villageois de la famille de notre guide local. Retour au campement pour un dîner d'une spécialité Bédik et soirée consacrée à la culture et à l'histoire Bédik.

DÉTAIL

Transport : 1h30
Marche : 4h-5h
Hébergement : Campement

JOUR 4

TREK DE VILLAGE PEUL EN VILLAGE BEDIK.

Nous empruntons la piste pour rejoindre le village de Ninefecha, point de départ d'un trek de 2 journées et 2 nuitées. Notre première marche de 3h nous permet de découvrir les villages Peul de Namel au pied de la colline et Bédik d'Ethiès au sommet. Nous redescendons vers le village Peul de Kessema pour rejoindre notre lieu de pique-nique au bord d'un ruisseau très ombragé. Détente autour d'un thé sénégalais avant de reprendre notre marche dans la plaine pour atteindre le village Peul de Lande. Nous rencontrons le chef du village et installons notre bivouac. Une soirée de contes Peuls nous est proposée avant notre nuit au cœur du pays Tenda.

DÉTAIL

Marche : 5h
Hébergement : Bivouac

JOUR 5

TREK EN PAYS BEDIK : DE IWOL À ANDIEL

Réveil au lever du soleil. Après le petit-déjeuner, départ pour 2 heures de marche en direction du village Bédik d'Iwol, considéré comme la "capitale" du Pays Bédik. Le village est perché sur la plus haute colline de la zone. Nous rencontrons le chef de village, Jean Baptiste Keita, véritable mémoire vivante de l'histoire des Bédiks. Nous continuons notre marche sur la crête en direction du dernier village Bédik, Andiel. Notre pique-nique est prévu en chemin sous les arbres, nous profitons de cette ombre agréable pour un moment de détente. Arrivés au village, nous allons saluer le chef et rencontrons le catéchiste Gérard Keita, qui fait office de guide local. Nous installons notre bivouac.

DÉTAIL

Marche : 5h
Hébergement : Bivouac

JOUR 6

TREK EN PAYS PEUL : DE DINDÉFÉLO À KEDOUGOU

Descente très tôt du village pour rejoindre notre véhicule qui nous attend en bas de la colline. Transfert par une piste caillouteuse jusqu'à Dindéfélo, au pied du Fouta Djallon qui constitue la frontière entre le Sénégal et la Guinée. Ascension de 1h30 pour le plateau de Dindefelo à travers la petite montagne de Dandé. Nous rencontrons les Peuls du plateau vivant en harmonie avec la nature environnante. Nous redescendons à Dindéfélo en fin de matinée et marchons dans la forêt galerie pour rejoindre la plus belle cascade du pays. Baignade, détente et pique-nique dans la fraîcheur des lieux avant revenir en marche vers le village. Nous rejoignons Kédougou et nous nous installons au relais Bédik pour une dernière soirée confort au cœur du Pays Tenda.

DÉTAIL

Transport : 2h30
Marche : 5h
Hébergement : Campement

JOUR 7

KEDOUGOU - TAMBACOUNDA - PARC DU SINE SALOUM - SOKONE

Nous reprenons la route pour Tambacounda où nous faisons une halte déjeuner puis nous continuons jusqu'à Sokone, porte du Parc Naturel du Delta du Saloum. Installation aux Barracudas, écolodge bâti sur une ile de coquillages, offrant une vue extraordinaire sur la mangrove. L'énergie est produite par une centrale solaire locale hybride, composée majoritairement de panneaux et batteries, renforcée par un groupe électrogène pour la production du froid. Fin d'après-midi libre pour nager dans la piscine dominant la mangrove ou prendre le soleil sur la plage en terrasse au bord du bolong. Dîner et nuit à notre écolodge.

DÉTAIL

Transport : 8h
Marche : 1h
Hébergement : Ecolodge

JOURS 8 À 9

SOKONE - FATICK - MBOUR - DAKAR ET VOL RETOUR

Nous vous proposons une matinée libre, détente, piscine, ou activités en option (balade en Kayak ou en pirogue dans les bolongs, matinée de pêche). Après déjeuner, départ pour l'ancienne préfecture coloniale de Foundiougne, aux journées rythmées par les traversées du fleuve fossile par le petit bac. Nous y embarquons pour rejoindre la rive nord puis la ville de Fatick, célèbre pour ses marais salants. Votre transfert à l'aéroport est prévu 3 heures avant le décollage de votre vol. Assistance pour les dernières formalités.

DÉTAIL

Transport : 1h
Dîner : libre

À NOTER

Le Pays Tenda :

C'est la région du Sénégal la moins connue, drainant très peu de voyageurs alors qu'elle offre une richesse culturelle et paysagère exceptionnelle. C'est la seule région du Sénégal qui offre du relief dans les contreforts du Fouta Djalon, massif montagneux considéré comme le château d'eau de l'Afrique de l'ouest. Le Pays Tenda comprend trois régions géographiques et culturelles différentes : celle des Bassaris, celle des Bédiks et celle des Peuls. Ce paysage multiculturel extrêmement bien conservé, abritant des cultures autochtones originales et toujours vivantes, est classé à l'Unesco. Les villages Bedicks sont formés de denses groupes de huttes aux toits pentus, édifiés dans les massifs de dolérite, pierres offrant une protection naturelle et ayant donné leur nom aux Bedicks (peuple des pierres). Ils constituent la plus petite minorité ethnique du pays qui ont su préserver leur langue et leur mode de vie, avec des pratiques agro-pastorales, sociales, rituelles et spirituelles originales.

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

AUCUN DÉPART N'EST PRÉVU POUR L'INSTANT

(informations au 12/05/2024)

Le prix comprend

- Les vols internationaux Paris / Dakar / Paris
- L'encadrement par un guide-accompagnateur francophone
- Les transports terrestres et sur l'eau
- Les excursions détaillées dans le programme
- Les hébergements comme indiqués dans le fil des jours
- La pension complète sauf les repas mentionnés comme "libres" dans le fil des jours

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne

La contribution à la neutralité carbone pour votre voyage au Sénégal: 8€ par personne

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 (jours 1; 8 et 9 : maximum 5 repas libres). Comptez 10 à 15 € environ par repas hors boisson.
- Les pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)

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.

Départs de province

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter.

Options

- Le supplément chambre et tente individuelles (120 €)
- Nuit supplémentaire à Dakar, tarifs et disponibilités : nous consulter.

Détail du voyage

ENCADREMENT

- 1 guide accompagnateur Huwans francophone, fin connaisseur des populations, de la faune et de la flore locales
- 1 guide local pour chaque visite

ALIMENTATION

Petit déjeuner : café ou thé, lait, beurre, confiture, miel local, pain.
Déjeuner et Dîner : Repas froid le midi, chaud le soir.
Quelques spécialités sénégalaises, sinon cuisine européenne.
Quelques restaurants locaux.

N'oubliez pas que vous bénéficiez de produits détaxés à l'aéroport d'embarquement ainsi qu'à l'arrivée à l'aéroport.
L'apéritif est souvent bien venu le soir au bivouac.

HÉBERGEMENT

En hôtel / gîte :

- Chambre double (individuelle sur demande) avec literie confortable. Salle de bain privative, avec eau chaude le

plus souvent.
En campement fixe :

- Tente maure (Khaima) équipée de lits et de literie complète, salle de bain privative.

En bivouac :

- Tente 3 places pour 2, matelas mousse
- Sanitaire : 1 tente toilette, eau froide et parfois eau chaude pour un brin de toilette
- Logistique : tente mess, chaises et table pliante pour les soirées et les repas.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Accueil aéroport par votre guide Huwans ou notre partenaire local.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Vol régulier, la plupart du temps avec escale (TAP, Royal Air Maroc, Brussel Airlines, Tunisair, Iberia, Vueling, etc).
Habituellement le vol retour se fait le J8 dans la nuit pour une arrivée en France le J9 (si c'est un vol de jour le Jour 9, prévoir une nuit supplémentaire).
Vols directs possible mais souvent avec un supplément : nous consulter.

DÉPLACEMENT

Vos transports terrestres sont assurés en minibus ou véhicules 4x4 et en pirogue.

BUDGET & CHANGE

Le Sénégal fait partie de la zone de la communauté financière africaine (CFA). Le franc CFA a une parité fixe avec l'euro (1000 FCFA = 1,524 EUR, 1 EUR = 656 FCFA). Les euros (en petite coupure seulement) sont négociables à peu près partout au Sénégal. Il est tout à fait possible de changer vos euros au campement.

POURBOIRES

Pour information, le revenu moyen d'un paysan du Sénégal Oriental est de 60 EUR par mois. 10 à 20 EUR par personne pour l'ensemble de l'équipe locale représentent déjà un pourboire très correct pour une semaine de service. Pour tous les autres petits services rendus, 1 EUR ou 500 Francs CFA sont habituels. Néanmoins, même si les pourboires sont d'institution en Afrique, ils doivent plus relever d'un geste de sympathie que d'une aumône. Libre à vous d'y participer ou non.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Le matériel de bivouac et de cuisine collectif comme individuel est fourni par votre équipe locale.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête

- Chaussures de marche : elles sont les meilleures amies du marcheur, et doivent réunir deux qualités : solidité et bonne tenue du pied et la cheville. Evitez les chaussures neuves, les ampoules pourraient vous gâcher votre voyage.
- Chaussures légères (tennis) ou sandales de marche à enfiler lors des étapes dans les villes, villages ou le soir au campement. Les sandales, avec un pied bien aéré, sont bien adaptées pour le soir, quand la température le permet.
- Chaussettes
- Pantalon de toile ou Bermuda
- Maillot de bain (piscine, rivière ou mer, on ne sait jamais !)
- Chemises ou T-shirts légers pour la journée
- Pull-over ou polaire pour les soirées un peu plus fraiche en décembre et janvier.
- Chapeau
- Lunette de soleil

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Serviettes humidifiées type "Calinette" pour la toilette.
- Boules Quiés ou Hears, au choix.
- Sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements notamment.
- Bloc-notes.
- Paires de jumelles.
- Répulsif anti-moustique.
- Drap de couchage : ils sont fournis et suffisent pour la nuit
- Un petit oreiller gonflable est toujours le bienvenu
- Trousse de toilette et serviette de bain
- Crème et stick de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe frontale avec piles et ampoules de rechange
- Couteau de poche, multi-usages de préférence
- Papier hygiénique + briquet pour destruction

BAGAGES

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

- Prévoir un sac de voyage souple et solide de 20kg maximum avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Qu'il soit transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4 ou d'un minibus, votre sac sera dans tous les cas sanglé, calé, soulevé et bâché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises, très difficiles à manipuler et préférez la solidité à l'esthétique. Limitez le poids au maximum. Possibilité de laisser à l'hôtel d'arrivée les effets dont vous n'aurez pas besoin pendant le circuit.
- Un petit sac à dos d'environ 30-40 l pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, petit matériel, appareil photo...

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

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Toutefois il est demandé d'apporter vos médicaments personnels (en nombre suffisant) : aspirine, élastoplast et petits ciseaux, double peau, tricostéril, alcool iodé ou bétadine, antiseptique intestinal, antidiarrhéique, antibiotique spectre large, crème de protection solaire visage et lèvres, crèmes ou lotions antimoustiques, micropur pour purifier l'eau, collyre pour les yeux...

Le vaccin contre la fièvre jaune n'est plus obligatoire mais conseillé, assurez-vous que vous êtes à jour des principaux vaccins : diphtérie, tétanos, polio. Nous conseillons également le vaccin contre les hépatites A et B.

Traitement antipaludéen :
Le risque de paludisme existe dans les régions où se déroule votre voyage, il est important de vous prémunir contre ce risque. Devant l'évolution rapide des résistances à certains traitements préventifs, il est indispensable de consulter avant votre départ un organisme spécialisé pour connaître le traitement adéquat et sa posologie. Cette maladie est transmise par les moustiques, ceux-ci piquent à partir de la tombée du jour jusqu'à l'aurore. La première des préventions est d'éviter de se faire piquer. Pour cela, nous vous conseillons le port de vêtements longs dès la tombée de la nuit et l'application des répulsifs.

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui.
Nous vous conseillons de voyager avec votre passeport valide 6 mois après la date de retour, ainsi qu'avec des photocopies des trois premières pages en permanence sur vous (en cas de perte ou de vol des originaux).

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

Aucun visa n'est nécessaire à l'entrée du pays pour les Français. Se munir d'un passeport dont la validité est au moins supérieure à six mois après la date retour.

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.

Vaccin contre la fièvre jaune conseillé mais non obligatoire. Consulter le site :
http://www.pasteur-lille.fr

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