



Tamadi propose des voyages en immersion très éloignés de nos repères habituels en termes de confort, d'alimentation, de rythme de vie, de climat,... Cette proximité avec le quotidien des familles hôtes ouvre la porte à des rencontres intenses et étonnantes. Cependant, l'acceptation des conditions de vie du pays d'accueil et le respect de la culture de nos hôtes, conditionnent la réussite du voyage.

1. Formalités administratives
2. Conseils santé
3. Condition physique
4. Eau et alimentation
5. Hébergements et sanitaires
6. Electricité
7. Déplacements
8. Climat
9. Décalage horaire
10. Change
11. Ce qu'il faut emporter
12. Centres de santé
13. Transport aérien
14. Accompagnement
15. Astuces des voyageurs
16. Interactions avec la population

## 1. Formalités administratives

Pour vous rendre en Inde, il faudra être en possession :

- d'un passeport avec une validité minimale de 6 mois à la date du retour,
- d'un visa.

### OBTENTION DU VISA

#### • en Belgique

Il est obligatoire de passer par VFS GLO-BAL pour obtenir un regular visa pour l'Inde.  
<http://in.vfsglobal.be/>

#### • en France

Il est obligatoire de passer par VFS GLO-BAL pour obtenir un regular visa pour l'Inde.  
<http://www.vfs-in-fr.com/>

Il est également possible d'obtenir un visa électronique (plus simple et rapide mais parfois aléatoire !).

**Consulter notre fiche conseils visa.**

### FORMULAIRE DE DÉBARQUEMENT

Un formulaire de débarquement vous sera distribué dans l'avion. Il vous sera demandé votre adresse de résidence en Inde.

Indiquez : MJVS - Bijouri - Majhgawan - Katni - Madhya Pradesh.

Tél 0091 76 26 27 52 32.

## 2. Conseils santé

### VACCINATIONS

Il n'y a pas de vaccination obligatoire. Vous devez toutefois mettre à jour les vaccinations contre le tétanos, la diphtérie, la poliomyélite. Les vaccinations contre l'hépatite A et la typhoïde sont vivement recommandées. Les plus prudents y ajouteront la vaccination contre l'hépatite B, l'encéphalite japonaise, les méningites A et C et la rage. Contactez votre médecin plusieurs semaines

avant le départ afin de faire le point et de planifier vos vaccinations  
**PALUDISME**

Un traitement préventif contre le paludisme est recommandé surtout durant la mousson (zone 2), il est à définir avec votre médecin.

La prévention médicamenteuse ne dispense pas de se protéger contre les piqûres de moustiques du coucher au lever du soleil :

- application de répulsif,
- porter de préférence des vêtements couvrants et amples imprégnés d'insecticide,
- utilisation systématique de moustiquaire imprégnée pour dormir.

Pour plus d'infos...

<http://www.pasteur.fr/fr/map>

## 3. Condition physique

Les voyages proposés en Inde ne requièrent pas d'aptitudes particulières. Toutefois une bonne condition physique est nécessaire pour profiter pleinement des visites et randonnées proposées à partir des villages.

Les transferts entre les étapes peuvent parfois être longs. Pour ceux qui souffrent de problèmes de circulation sanguine, portez des bas de contention.

## 4. Eau et alimentation

### L'EAU

Durant votre séjour, il est préférable de consommer de l'eau minérale encapsulée. Ne consommez pas d'eau non traitée, de la glace artisanale ou des glaçons.

### L'ALIMENTATION

Au village les repas sont préparés par les familles avec les produits issus de la production locale. C'est une cuisine simple, traditionnelle préparée avec beaucoup de soin. La plupart des repas sont

végétariens. La cuisine indienne est savoureuse mais souvent épicée, voire parfois pimentée. Les restaurants sont simples, fréquentés le plus souvent par la population locale.

## 5. Hébergements et sanitaires

Au village vous serez logés chez l'habitant. Les familles vous accueilleront au sein de leur habitat en toute simplicité. Nous n'avons pas demandé à vos hôtes de vous recevoir dans des conditions privilégiées par rapport à la famille. Les accueillants améliorent leur habitat, pas à pas, en fonction des revenus de l'activité de tourisme rural. Vous disposerez en général, d'une chambre pour deux ou trois personnes avec des lits. Une salle d'eau, souvent en extérieur, équipée d'un seau d'eau et d'un récipient vous permettra de faire vos ablutions. Eau chaude à disposition en saison froide. N'hésitez pas à le demander. Les toilettes (en extérieur) sont souvent à la turque et rudimentaires ! Les hôtels choisis sont de confort simple. Des chambres doubles ou triples avec salle de bain (eau chaude pas toujours disponible).

Utilisez des produits naturels pour votre toilette ou la lessive (type savon de marseille) afin de préserver l'environnement des villages (pas de traitement des eaux usées).

## 6. Electricité

Vous pourrez recharger vos batteries (appareil photo, téléphone) lors de vos séjours en ville et dans les ashrams. Si vous n'utilisez pas de piles rechargeables, ramenez vos piles usagées en Europe. De manière générale, le voltage en Inde est de 220 volts. La différence se fait sur les prises électriques. Il peut être utile d'apporter une multiprise pour recharger plusieurs appareils en même temps.

## 7. Déplacements

Vous voyagerez au rythme du pays en train, taxi, rickshaw, jeep,... Pour profiter pleinement des déplacements, le voyageur devra souvent faire preuve de patience (horaires souvent fluctuants) et surtout de «zénitude» car la circulation en Inde est très déroutante pour nous !

## 8. Climat

Au Madhya Pradesh et au Rajasthan, c'est d'octobre à mars que le climat est le plus agréable. Les mois les plus chauds sont avril et mai. La température moyenne varie à cette époque entre 35° et 42,5°C selon les régions. La mousson démarre habituellement fin juin et se termine vers la fin août. A partir d'octobre, les températures diminuent, annonçant l'arrivée de l'hiver. Les mois les plus frais sont décembre et janvier. Si les températures restent agréables en journée, les soirées peuvent être très fraîches.

## 9. Décalage horaire

En été, le décalage est de + 3h30. Il est 10h en France lorsqu'il est 13h30 en Inde. En hiver, le décalage est de + 4h30.

## 10. Change

1 euro = 88 roupies (au 30/05/2023).

Le plus simple, c'est de changer vos euros à l'aéroport. Vous trouverez le bureau de change avant de passer la douane. Vous pourrez également retirer de l'argent avec une carte Visa ou Mastercard à l'aéroport et dans toutes les villes.

A titre indicatif, concernant l'argent de poche, vous pouvez prévoir 100 € pour un voyage de 21 jours.

## 11. Ce qu'il faut emporter

- un drap de sac de couchage (sac à viande),
- un sac de couchage ou une couverture polaire (en fonction de la saison),
- un sac à dos ou un sac souple à roulettes (emportez également un cadenas pour les déplacements en train),
- une paire de nu-pieds en plastique (accessoire indispensable pour prendre la douche),
- des chaussures faciles à enlever car on se déchausse très souvent,
- une paire de chaussures de marche,
- un chapeau de soleil, lunettes de soleil,
- un parapluie (juillet-août-sept),
- un vêtement chaud pour les soirées (de novembre à février),
- une lampe de poche (frontale de préférence),
- des bouchons d'oreilles pour ceux qui ont le sommeil léger,
- du papier toilette, mouchoirs en papier, petits sacs poubelles,
- un vêtement de pluie,
- un maillot de bain,
- du savon de marseille pour la lessive,
- bas de contention, pour ceux qui souffrent de problèmes de circulation sanguine,
- une trousse à pharmacie (à voir avec votre médecin traitant) :
  - . un anti-palu,
  - . un répulsif moustique spécial tropique,
  - . lotion désinfectante,
  - . pansements, nécessaire pour soigner des ampoules,
  - . de l'aspirine ou du paracétamol,
  - . une bonne protection solaire,
  - . de la pommade pour les brûlures superficielles,
  - . un anti-infectieux intestinal et un anti-diarrhéique,
  - . un antibiotique général,
  - . un anti-spasmodique,
  - . antidote mal des transports pour les personnes sensibles,
- Et bien sûr, n'oubliez pas votre plus beau sourire !

Ne vous chargez pas trop, il est possible de laver du linge durant le séjour.

## 12. Centres de santé

Chaque participant est conscient qu'il peut parfois se trouver assez éloigné des centres médicaux. Il l'assume en toute connaissance de cause et alerte le guide si son état de santé nécessite des précautions particulières.

## 13. Bagages

Le poids autorisé pour les bagages varie de 20 à 30 kg selon les compagnies aériennes avec lesquelles vous voyagerez. Mais pour votre confort durant le séjour, ne vous chargez pas au-delà de 15 kg.

## 14. Accompagnement

L'accompagnement des séjours est sous la responsabilité des guides et traducteurs locaux. En général, ce sont des membres de l'organisation partenaire formés à l'accompagnement. Pour votre sécurité et le bon déroulé du séjour, il est indispensable de suivre leurs consignes.

## 15. Astuces des voyageurs

- Mettez vos affaires dans des sacs de congélation avec zip, cela les protégera de la poussière et de l'humidité et facilitera les recherches.
- Avant le départ, pensez à faire une copie des documents importants (passeport, billets d'avion...) et/ou une sauvegarde sur une clé USB, cela peut être utile en cas de perte des documents originaux.

## 16. Interactions avec la population

### CONVERSATION

En Inde, lors d'une conversation, il est très facile d'aborder les sujets qui traitent de la vie quotidienne. Les sujets plus épineux tels que la religion, les castes, la politique, la pauvreté... ne sont abordés que lorsqu'une relation de confiance a été établie. Les démonstrations d'affection en public, même entre conjoints, ne sont pas bien vues. Déversez votre trop plein de tendresse à l'abri des regards ! Les indiens sont habituellement d'un tempérament affable, vous les verrez rarement s'énerver et ne comprendraient pas

que vous le fassiez. De même, il n'est pas dans leur façon de contredire ou de donner des explications. C'est un réel effort pour eux que de vous en transmettre ! Soyez indulgent !

### RELIGIONS

Beaucoup de tabous en ce qui concerne la religion, le système de castes. Observez ce qui se pratique autour de vous pour ne pas commettre d'impair !

### TENUE VESTIMENTAIRE

Vous vous rendez dans des villages ruraux qui n'ont pas l'habitude de recevoir la visite d'étrangers. Ne portez pas de : shorts, jupes courtes, dos-nus, décolletés plongeants, pantalons serrés, vêtements transparents. Les épaules des femmes doivent rester couvertes. En fait la norme indienne pour les femmes serait : une jupe longue ou un pantalon non collant avec une blouse ou une chemise longue. Pour les hommes, évitez le short !

Vous aurez très souvent à vous déchausser pour entrer dans les maisons, les temples. Emmenez des chaussures pratiques à enfiler.

### PHOTOS

Si vous voulez prendre une photo d'hommes, de femmes ou d'enfants, il vous faudra prendre le temps... le temps d'instaurer le dialogue, de mettre la personne en confiance et d'obtenir son accord. Si vous proposez d'envoyer la photo, n'oubliez pas de le faire de retour chez vous !

### REPAS

Dans les villages, les repas sont généralement pris assis sur une natte. Il est indispensable d'utiliser la main droite pour manger, la main gauche étant impure. Ne vous servez pas au-delà de ce que vous pouvez manger, le gaspillage est mal perçu. De même, on ne partage pas sa nourriture si une partie a déjà été portée à la bouche !

### CIVILISATION

Une société qui diffère fondamentalement de la nôtre et sans doute de celles que vous avez déjà approchées durant vos autres voyages. Le seul moyen d'en apprécier toute la richesse est sans doute de constater ces différences et de tenter de comprendre petit à petit son fonctionnement.

### CADEAUX

Ce projet est conçu pour renforcer l'autonomie des acteurs du projet (familles, guides, organisations paysannes...). En participant à ce voyage, vous participez au développement économique local, vous contribuez à l'amélioration du cadre de vie de vos hôtes, vous permettez aux associations dont ils sont membres de financer par eux-mêmes certains de leurs projets.

## NOUS VOUS DEMANDONS DE NE JAMAIS FAIRE DE DONNÉS, DE CADEAUX DE FAÇON INDIVIDUELLE.

Cela peut créer une certaine dépendance, engendrer des tensions et dénaturer complètement la relation que vous aurez avec vos hôtes.

Ne donnez pas aux enfants du village ou aux familles qui vous accueillent bonbons, jouets, bic, casquettes, vieux vêtements ou tout autre chose. En ville, dans les gares, lors des transports ou dans les lieux touristiques, vous serez parfois sollicités par des enfants. Ne les encouragez pas en leur donnant de l'argent ou des bonbons car cela ne fait qu'accroître le phénomène sans le régler.

### POURBOIRE

De la même façon, ne laissez pas de pourboire au guide et au traducteur. Ils sont au courant et comprennent les enjeux. Cette activité est menée collectivement. Donner de l'argent aux personnes qui vous ont accompagnées déséquilibre la répartition des revenus de l'activité et favorise des personnes qui en sont déjà les premiers bénéficiaires. Par contre, le pourboire est souvent la seule rémunération des guides des sites touristiques.

### ECHANGE ET PARTAGE

Dans un esprit d'échange et de découverte, vous pouvez emmener : des spécialités culinaires de votre région, des ingrédients pour préparer une recette, des jeux de société, un petit instrument de musique, des carnets de chant, des cartes, des photos de votre environnement, de votre famille...

La réussite des échanges aux villages dépend principalement de l'intérêt que vous manifesterez pour les activités de vos hôtes, leurs savoir-faire, leur culture et de votre capacité à communiquer, à vous adapter à leur environnement !

## BON VOYAGE - BELLES RENCONTRES

MOYENNES MENSUELLES DES TEMPERATURES MINIMALES ET MAXIMALES (en °C) et MOYENNES MENSUELLES DES PRÉCIPITATIONS (en mm)

	JANV.	FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUIL.	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC.
DELHI	8/21	10/24	16/30	21/36	26/40	28/39	27/35	26/34	25/34	19/33	13/28	8/23
	20	25	22	13	31	70	181	189	127	24	8	13
BHOPAL	11/25	13/28	18/34	22/38	26/41	26/37	24/30	23/29	22/31	19/32	15/29	12/26
	16	22	14	8	18	112	308	302	141	37	30	19
UDAIPUR	12/28	14/31	19/36	24/40	27/41	27/38	26/33	25/32	25/34	21/35	17/33	13/29
	14	8	5	10	21	99	239	223	109	31	16	13