



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.

# Conseils de voyage Brésil

térie, la poliomyélite. Les vaccinations contre l'hépatite A et la typhoïde sont recommandées. Les plus prudents y ajouteront la vaccination contre l'hépatite B, les méningites A et C et la rage. Dans la région du Ceará, la vaccination contre la fièvre jaune n'est pas indispensable. Cependant, un certificat de vaccination contre la fièvre jaune est exigé des voyageurs en provenance de

pays où il y a un risque de transmission de celle-ci. Contactez votre médecin plusieurs semaines avant le départ afin de faire le point et de planifier vos vaccinations.

## MALADIES TRANSMISES PAR LES MOUSTIQUES

De manière générale, il convient de se protéger contre les moustiques afin de se prémunir de différentes maladies présentes dans certaines régions : dengue, zika et paludisme.

## PALUDISME

Un traitement préventif contre le paludisme n'est pas nécessaire dans l'état du Ceará, à vérifier avec votre médecin. Protégez-vous toutefois contre les piqûres de moustiques :

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

## ZIKA

Quelques cas déclarés en 2016. Suivre l'évolution sur le site de l'Institut Pasteur.

Pour plus d'infos : <https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/infos-pratiques>

## 3. Condition physique.

Les voyages proposés au Brésil 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. Ne consommez pas d'eau non traitée, de la glace artisanale ou des glaçons. Emportez une gourde isotherme, vous trouverez de nombreux points de distribution d'eau minérale réfrigérée.

### 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. Au Ceará, la cuisine est variée, la viande (bœuf-porc-volaille) est très présente mais que les végétariens se rassurent, légumes, riz, maïs, manioc, légumineuses, fruits seront au menu. Attention, les brésiliens ont un faible pour le sucre ! Les restaurants sont simples, fréquentés par la population locale.

## 5. Hébergements et sanitaires

Dans les assentamentos (lieu de vie des communautés qui vous accueillent) vous serez logés chez l'habitant. Les familles vous accueilleront au sein de leur habitat en toute simplicité et avec beaucoup de bonne humeur. Nous n'avons pas demandé à vos hôtes de vous recevoir dans des conditions privilégiées par rapport à la famille. Vous disposerez en général, d'une chambre pour deux personnes avec un lit double ou un hamac si vous le souhaitez. Une salle d'eau, parfois en extérieur, équipée d'une douche ou d'un bac d'eau vous permettra de faire vos ablutions. Les toilettes (parfois en extérieur) sont souvent à vasque (attention, papier toilette à déposer dans la poubelle !). Veiller également à restreindre votre consommation d'eau surtout vers Crato.

Les hôtels choisis sont de confort simple. Des chambres doubles ou triples avec salle de bain (sans eau chaude le plus souvent). Les lits sont souvent doubles à l'hôtel. 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 assentamentos. Si vous n'utilisez pas de piles rechargeables, ramenez vos piles usagées en Europe. D'une région à l'autre, les prises sont alimentées soit en 110 V, soit en 220 V, avec des prises

à deux fiches plates ou trois fiches rondes (différentes des européennes). Si besoin, vous trouverez à Fortaleza des adaptateurs.

## 7. Déplacements

Vous voyagerez au rythme du pays en transport public ou privé : bus, minibus, camionnette, taxi, charrette, ... Entre deux assentamentos, les distances peuvent être longues et les transports utilisés nombreux ! Voir détail dans le programme.

## 8. Climat

Le climat prédominant est semi-aride, très chaud et sec. À l'intérieur des terres, il n'y a aucune précipitation durant 8 à 9 mois par an, et la température moyenne atteint 29 degrés. Durant les mois de pluies (généralement de février à mai), la température diminue quelque peu. Cela fait 5 années que la pluie se fait désirer à Crato et Crateus ! Les régions littorales bénéficient d'un climat plus favorable au développement de la végétation. Les moyennes du littoral sont de 15 à 28 degrés. À Fortaleza, le minimum absolu est de 10 °C, le maximum absolu étant de 32°C. La température de l'eau de mer varie entre 26° et 28° toute l'année.

## 1. Formalités administratives

Pour vous rendre au Brésil, il faudra être en possession d'un passeport avec une validité minimale de 6 mois à la date du retour.

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 (ce qui bien sûr n'arrivera pas surtout si vous avez effectué une copie !).

### VISA

Le visa n'est plus obligatoire pour les Français, les Belges et les Suisses si le séjour touristique ne dépasse pas 90 jours (par période de 6 mois).

### FORMULAIRE DE DÉBARQUEMENT

Un formulaire de débarquement vous sera distribué dans l'avion (à conserver précieusement, vous devrez le présenter à votre sortie du territoire). Il vous sera demandé votre adresse de résidence au Brésil, indiquez : Centro de Formação Frei Humberto - R. Paulo Firmeza, 445 - São João do Tauape, Fortaleza. Tél. +55 85 3023-5531

## 2. Conseils de santé

### VACCINATIONS

Il n'y a pas de vaccination obligatoire. Vous devez toutefois mettre à jour vos vaccinations contre le tétanos, la diphtérie,

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. Changes
11. Conseils de voyageurs
12. Centres de santé
13. Bagages
14. Accompagnement
15. Interactions avec la population

## 9. Décalage horaire

En été, le décalage est de - 5h. Il est 15h en France lorsqu'il est 10h au Ceará. En hiver, le décalage est de - 4h.

## 10. Change

1 euro = 5.24 réals (au 10/11/2023).

Le plus simple, c'est de changer vos euros à l'aéroport à votre arrivée. Vous pourrez également retirer de l'argent avec une carte Visa à l'aéroport et dans toutes les villes.

## 11. Conseils de voyageurs

pour une valise pratique, légère et «zéro déchets».

- un petit dictionnaire franco-portugais du Brésil,
- une gourde isotherme (1 litre),
- un drap de sac de couchage (sac à viande),
- un sac à dos ou un sac souple à roulettes,
- une paire de nu-pieds en plastique (accessoire indispensable pour prendre la douche),
- une paire de chaussures de marche,
- une paire de chaussure aquatique (pour marcher dans l'eau, semelle dure),
- un chapeau de soleil, lunettes de soleil,
- un parapluie ou un vêtement de pluie (de février à avril),
- un vêtement chaud pour les soirées (de novembre à février),
- un t-shirt en laine mérinos,
- pour les femmes, une jupe longue de randonnée,
- un maillot de bain,
- un foulard (pour se protéger du vent, du soleil, de la poussière...),
- une lampe de poche (frontale de préférence),
- des bouchons d'oreilles pour ceux qui ont le sommeil léger,
- des sacs en tissu (pour emballer ses vêtements et/ou pour ses achats)
- des lingettes en coton et des mouchoirs en tissu
- du papier toilette,
- quelques sacs poubelles,
- des «bee wrap» (emballage alimentaire) pour vos encas et achats locaux,
- un savon solide (sans produits chimiques),
- de l'huile de coco pour hydrater sa peau,

- du savon de marseille pour la lessive,
- un chargeur solaire et des piles rechargeables,
- une multiprise,
- de la ficelle (pour éteindre votre linge si besoin),
- bas de contention, pour ceux qui souffrent de problèmes de circulation sanguine,
- une trousse à pharmacie (à voir avec votre médecin traitant) :
  - . des huiles essentielles (pour le mal du transport, le rhume, apaiser les piqures...)
  - . un répulsif moustique spécial tropique,
  - . une lotion désinfectante,
  - . des 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,
  - . un anti-diarrhéique,
  - . un antibiotique général,
  - . un anti-spasmodique,
  - . antidote mal des transports pour les personnes sensibles,
  - . une couverture de survie.

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

Et bien sûr, n'oubliez pas votre plus beau sourire!

## 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 accompagnateurs et traducteurs locaux. Les accompa-

teurs sont des jeunes des communautés partenaires, formés à l'accompagnement. Pour votre sécurité et le bon déroulé du séjour, il est indispensable de suivre leurs consignes.

## 15. Interactions avec la population

### CONVERSATION

Les brésiliens sont d'un abord très chaleureux. Il est fréquent que les salutations consistent en une longue embrassade ! Laissez-vous faire, c'est d'un grand réconfort pour l'âme !

Un brésilien ne vous dira jamais non ! Si vous êtes attentif, à la fin de votre voyage vous saurez interpréter les nuances de oui : *certainement pas - peut-être - sans doute - assurément !*

### RELIGIONS

Le Brésil est un pays très divers du point de vue des religions. La population est majoritairement chrétienne (88 %). Les catholiques représentent 64 % de la population et les protestants 22 %. Dans les assentamentos, la religion (proche du courant de la théologie de la libération) tient une place importante.

### TENUE VESTIMENTAIRE

Les brésiliens sont assez décomplexés et tolérants, habillez-vous comme il vous chante !

### 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 (possible par l'intermédiaire d'un autre voyageur) !

### CIVILISATION

Une société qui diffère fondamentalement de la nôtre et 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 payannes,...). 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 DONS, 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 une activité 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.	AOUT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC.
FORTALEZA/ MOITAS	22/31	22/31	23/31	23/31	23/32	22/33	21/33	21/34	22/34	22/34	23/34	23/33
	76	101	177	217	126	102	52	29	18	16	9	20
CRATO (426m)	23/31	23/31	24/31	24/32	23/32	22/31	21/33	22/34	23/34	23/33	23/32	23/31
	36	41	93	33	22	7	4	2	22	6	25	51
CRATEUS	24/34	24/33	24/33	24/33	24/33	23/34	23/36	23/36	24/37	25/37	25/36	25/35
	148	141	225	171	95	32	18	6	12	31	46	86

