



COSTA RICA | PAUSE NATURE

18 jours / 16 nuits

Circuit découverte (niveau facile)



Vous partirez à la découverte d'un Costa Rica vibrant, entre jungle tropicale, volcans encore actifs et plages sauvages baignées par deux océans. Ce petit pays vous offrira une nature spectaculaire, avec ses forêts primaires, mangroves, cascades, récifs coralliens et une biodiversité parmi les plus riches au monde !

Des canaux de Tortuguero à la péninsule d'Osa, en passant par la forêt nuageuse de San Gerardo de Dota, vous croiserez toucans, paresseux, singes... et peut-être même des baleines. Mais au-delà des paysages, ce sont les rencontres qui marqueront votre voyage. À Juanilama, Mollejones et chez les Bribri, vous partagerez le quotidien de communautés profondément attachées à leurs traditions. Vous profiterez aussi de temps libres pour explorer à votre guise, flâner dans les villages ou simplement savourer un moment de farniente.

Un voyage puissant et vivant, pour goûter pleinement à l'art de vivre local : la Pura Vida !



POINTS FORTS

- La découverte des plus grands parcs du Costa Rica
- L'observation d'une faune exubérante dans son milieu naturel
- Les rencontres fortes avec des communautés
- Le temps libre pour profiter à votre rythme des plages et paysages tropicaux

ITINERAIRE

JOUR 1 : VOL POUR SAN JOSE

A votre arrivée à l'aéroport international de San José, vous serez accueillis par votre guide. Transfert à l'hôtel. Dîner libre

Transfert : Environ 45 min

Hébergement : Hôtel

JOUR 2 : SAN JOSE - PARC NATIONAL DU VOLCAN POAS - ARENAL

Aujourd'hui, cap sur le volcan Poás ! Vous traverserez une vallée fertile où s'étendent caféiers, fraises sucrées et fleurs tropicales. Une fois dans le parc national, vous vous rendrez à pied jusqu'au cratère fumant : un spectacle saisissant ! Vous rejoindrez ensuite la région d'Arenal, dominée par l'élégante silhouette de son volcan. Sur les sentiers d'Arenal 1968, vous revivrez l'histoire de la grande éruption, entre coulées de lave figées, jungle luxuriante et panoramas à couper le souffle sur le lac. En fin de journée, après votre installation à l'hôtel, vous partirez explorer les mystères de la forêt et vous laisserez guider par les sons envoûtants de la faune nocturne. La soirée se terminera sur une note gourmande : vous participerez à un atelier tortilla avant de savourer un dîner chaleureux et authentique à la ferme.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 5h

Hébergement : Hôtel

JOUR 3 : ARENAL - JUANILAMA - LA FORTUNA

Ce matin, vous prendrez la route vers Juanilama. Sur place, une famille d'agriculteurs vous accueillera pour vous faire découvrir son quotidien. Vous visiterez leur ferme, et apprendrez à fabriquer du fromage selon des méthodes traditionnelles. Puis, vous vous baladerez au cœur de la réserve naturelle jusqu'à la cascade La Leona pour une baignade rafraîchissante. Après un déjeuner préparé à la ferme, vous reprendrez la route vers La Fortuna et profiterez d'un temps libre pour découvrir le village ou vous détendre à l'hôtel. En fin de journée, vous vous offrirez un pur moment de bien-être en plongeant dans les eaux chaudes d'un centre thermal niché au cœur de la végétation, avant de savourer un dîner dans une atmosphère apaisante.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 2h30

Hébergement : Hôtel

JOUR 4 : ARENAL - TORTUGUERO

Changement de décor : cap sur la région Caraïbe ! Vous partirez pour une navigation sur les canaux du parc national de Tortuguero, avec la sensation de plonger au cœur d'un monde sauvage et préservé. Après un déjeuner à votre lodge, vous visiterez le village de Tortuguero avec votre guide, puis profiterez d'un temps libre pour vous détendre à l'hôtel ou au bord de la piscine.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner



Transfert : 3h30
Navigation : 1h30
Hébergement : Lodge

JOUR 5 : TORTUGUERO

Après le petit-déjeuner, vous irez visiter en bateau le Parc National de Tortuguero qui renferme une faune exceptionnelle : tortues, crocodiles, singes, paresseux, perroquets et aras, toucans et autres oiseaux. A votre retour à l'hôtel et si les conditions climatiques le permettent, vous découvrirez à pied l'exubérante flore et faune de la région.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Marche : 1h

Navigation : 2h

Hébergement : Lodge

JOUR 6 : TORTUGUERO - CAHUITA

Direction Cahuita, charmant village de la côte Caraïbe ! Vous serez accueillis dans une maison caribéenne pour un atelier de cuisine aux saveurs locales. Aux côtés d'une famille afro-costaricienne, vous préparerez un plat traditionnel aux parfums de coco, bananes plantain et épices, avant de partager ce délicieux repas dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 4h

Navigation : 1h

Hébergement : Lodge

JOUR 7 : CAHUITA

Aujourd'hui, vous partirez pour une excursion dans le parc national de Cahuita, l'un des joyaux de biodiversité du Costa Rica. Au programme : snorkeling sur le plus grand récif corallien du pays pour admirer coraux multicolores, poissons tropicaux et tortues marines, suivie d'une balade guidée sur les sentiers du parc à la rencontre des paresseux, singes, papillons et oiseaux tropicaux. Une expérience unique entre terre et mer ! Après le déjeuner, vous vous offrirez un moment de détente sur les plages paradisiaques de Cahuita, entre sable doré, cocotiers et eaux turquoise invitant à la baignade.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Navigation : 2h

Marche : 1h

Hébergement : Lodge

JOUR 8 : JOURNEE LIBRE A CAHUITA

Cette journée libre à Cahuita sera l'occasion parfaite de profiter de ce petit coin de paradis à votre rythme. Farniente sur la plage, balade dans le village ou exploration personnelle du parc national... A vous de choisir ! Entre nature luxuriante et ambiance caribéenne, c'est le moment idéal pour ralentir et savourer chaque instant.

Repas compris : Petit déjeuner

Hébergement : Lodge

JOUR 9 : CAHUITA - COMMUNAUTE BRIBRI

Après cette parenthèse enchantée, vous partirez pour une immersion unique au cœur de la communauté Bribri, l'un des peuples autochtones du Costa Rica. Guidés par un membre du village, vous longerez le long du río Yorkín entre bananiers et cacaoyers, avant d'arriver dans le village. Vous serez accueillis avec simplicité dans des huttes traditionnelles, entourées de jardins, de plantes médicinales et d'arbres fruitiers. Tout au long de la journée, vous apprendrez à connaître les savoir-



faire Bribri : fabrication de chocolat, artisanat, traditions musicales et mode de vie en harmonie avec la nature. Vous passerez la nuit sur place, bercés par la tranquillité de ce lieu hors du temps.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 1h

Marche : 1h

Hébergement : Hutte traditionnelle

JOUR 10 : COMMUNAUTE BRIBRI - TURRIALBA

Après avoir partagé votre matinée avec la communauté Bribri, vous prendrez la route vers la région de Turrialba et le village de Mollejones. Dans ce village, les habitants vous accueilleront pour partager leurs traditions : vous mettrez la main à la pâte en préparant le pain dans des fours traditionnels avant de savourer un dîner communautaire aux saveurs locales. La soirée se prolongera dans une ambiance festive, entre musique, danses locales et hospitalité chaleureuse.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 4h

Hébergement : Chez l'habitant

JOUR 11 : TURRIALBA - SAN GERARDO DE DOTA

Vous débuterez votre journée par la visite d'une coopérative de café, où vous découvrirez toutes les étapes de transformation, de la cueillette des grains à leur préparation, avant de savourer une dégustation aux arômes intenses. Vous prendrez ensuite la route vers le parc national Los Quetzales et poserez vos valises dans un lodge niché au cœur de la réserve de San Gerardo de Dota, pour un séjour au plus près d'une nature luxuriante et des oiseaux tropicaux.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 4h30

Hébergement : Lodge

JOUR 12 : SAN GERARDO DE DOTA - PARC NATIONAL CORCOVADO

Réveil en douceur avant de reprendre la route en direction de la péninsule d'Osa, écrin sauvage du Costa Rica abritant le célèbre parc national Corcovado. Vous traverserez une mosaïque de paysages spectaculaires, entre montagnes, rivières et jungle luxuriante. Vous naviguerez ensuite à travers la mangrove, puis sur l'océan, jusqu'à la baie de Drake, véritable porte d'entrée vers le parc. À l'arrivée, vous vous installerez dans un lodge isolé, niché entre forêt primaire et plages désertes. Un cadre idéal pour savourer une nouvelle parenthèse de déconnexion, les pieds dans le sable.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 4h

Navigation : 2h

Hébergement : Lodge

JOUR 13 : PARC NATIONAL CORCOVADO

Vous partirez pour une journée d'aventure au cœur de la plus grande forêt tropicale protégée d'Amérique centrale ! Accompagnés d'un guide spécialiste de la région, vous entrerez dans le parc national Corcovado et effectuerez une marche immersive jusqu'à la pause déjeuner. Vous explorerez la forêt primaire et secondaire, et vous aurez la chance d'observer jusqu'à quatre espèces de singes, plus de 400 types d'oiseaux et de nombreux animaux menacés. Après un déjeuner pique-nique en pleine nature, vous reprendrez le bateau pour rentrer à votre hôtel... Selon la saison, vous pourrez peut-être croiser dauphins et baleines dans leur environnement naturel !

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

Marche : 3h

Navigation : 1h

Hébergement : Lodge



JOUR 14 : PARC NATIONAL CORCOVADO - UVITA - PARC NATIONAL MANUEL ANTONIO

Depuis la baie de Drake, vous remonterez la rivière Sierpe, puis une fois sur la terre ferme, vous vous rendrez vers la côte pacifique avec comme première étape : Uvita, un charmant village bordé par une immense plage dorée. À marée basse, une langue de sable y forme une queue de baleine, clin d'œil naturel aux majestueuses baleines à bosse qui viennent chaque année s'y rassembler. L'après-midi, vous poursuivrez vers le nord et ferez halte sur une plage pour profiter du littoral. En fin de journée, vous rejoindrez Manuel Antonio et vous installerez dans votre hébergement.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 3h30

Navigation : 2h

Hébergement : Hôtel

JOUR 15 : PARC NATIONAL MANUEL ANTONIO

Manuel Antonio est l'un des plus petits parcs du pays, mais aussi l'un des plus spectaculaires. Entre forêt tropicale, plages de sable blanc et criques aux eaux turquoise, vous suivrez ses sentiers à la rencontre des paresseux, singes capucins, coatis et iguanes qui règnent ici en maîtres. Avec un peu de chance, vous apercevrez aussi les fameux crabes colorés et une multitude d'espèces d'oiseaux.

Après cette immersion, rien de tel qu'une pause sur l'une des superbes plages du parc pour une baignade face à la jungle. L'après-midi, vous serez libres : détente au bord de la piscine de votre hôtel ou activité optionnelle pour explorer davantage la région.

Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner

Marche : 2h30

Hébergement : Hôtel

JOUR 16 : JOURNEE LIBRE AU PARC NATIONAL MANUEL ANTONIO

Profitez pleinement de votre journée libre à Manuel Antonio, entre nature luxuriante et plages paradisiaques. Vous pourrez retourner explorer le parc national à votre rythme. Ceux qui préfèrent se détendre pourront profiter des installations de l'hôtel ou s'offrir un soin, un cours de cuisine, ou une sortie en mer. Quelle que soit votre envie, cette journée sera l'occasion de savourer la *Pura Vida* !

Repas compris : Petit déjeuner

Hébergement : Hôtel

JOUR 17 : PARC NATIONAL MANUEL ANTONIO - SAN JOSE (VOL RETOUR)

Selon vos horaires de vol, transfert vers l'Aéroport de San Jose, pour votre vol retour vers la France.

Repas compris : Petit déjeuner

Transfert : 3h30

JOUR 18 : ARRIVEE EN FRANCE

IMPORTANT :

Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.

Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout évènement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.



LE PRIX

Le prix comprend

- Les vols internationaux
- Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- L'hébergement comme indiqué au programme (en base chambre double partagée)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Les transferts en bus privés (sauf à Tortuguero et à Corcovado)
- Un guide-accompagnateur francophone
- Les entrées dans les sites et excursions prévues au programme

Le prix ne comprend pas

- Toutes prestations non mentionnées au programme
- Les activités optionnelles
- Les repas non compris au programme
- Les boissons
- Les pourboires
- Les frais de visa et d'ESTA (si transit aérien par les Etats-Unis)
- Le supplément single éventuel (1490€/personne)
- Les dépenses personnelles
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier (15€)

Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.

LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single

VOTRE VOYAGE

Le groupe

De 4 à 15 participants.

Niveau

Circuit découverte de niveau facile. Les balades ne comportent aucune difficulté technique et sont accessibles à tous.

Encadrement

L'encadrement est assuré par un guide costaricien parlant français pendant la totalité du séjour. Sur certains parcs, un guide hispanophone et anglophone spécialisé de la région vous accompagnera également.



Transport

Bus ou Minibus en fonction de la taille du groupe. Bateau à Tortuguero et à Corcovado, les transports terrestres et fluviaux sont collectifs.

Portage des bagages

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...). Vos autres bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre en véhicule.

Repas/Boissons

- Les petits-déjeuners seront pris à l'hébergement.
- Les déjeuners seront sous forme de pique-nique sur le terrain, dans des petits restaurants locaux, ou à l'hébergement.
- Les dîners seront pris à l'extérieur ou à l'hébergement.
- Certains repas seront libres.

Hébergement

En chambre double partagée avec 2 lits (ou en single, avec supplément) dans des hôtels ou des lodges sympathiques et confortables de catégorie locale 3 ou 4 étoiles :

Nous proposons généralement les hébergements suivants (à compter de novembre 2022)

A SAN JOSE : HÔTEL SLEEP INN 3* ou similaire

A ARENAL : ARENAL MONTECHIARI 3* ou similaire

A TORTUGUERO : PACHIRA LODGE 3* ou similaire

A CAHUITA : SUIZO LOCO LODGE 3* ou similaire

A YORKIN (communauté Bribri) : Hutte traditionnelle

A TURRIALBA : Chez l'habitant

A SAN GERADO DE DOTA : SUENOS DEL BOSQUE LODGE 2* ou similaire

A CORCOVADO : POOR MANS PARADISE ou similaire

A MANUEL ANTONIO : HOTEL LAYAN 4* ou similaire

Les hôtels sont donnés à titre indicatif sous réserve de disponibilité au moment de la réservation/confirmation du circuit. En cas d'indisponibilité, un hôtel de qualité équivalente sera proposé. Veuillez noter que la classification hôtelière est différente de celle en France.

EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS : vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (notamment en cas d'inscription tardive).

Activités en option

Excursion en catamaran et snorkeling - 95\$/personne - (Jour 16)

Aérien

Les vols entre Paris et l'aéroport de San Jose s'effectuent sur des compagnies régulières.

Vous recevrez votre convocation aéroport avec vos horaires d'avion définitifs quelques jours avant le départ. Pour vos réservations de pré et post acheminements, nous vous conseillons d'acheter des prestations (avion, train, hôtels, etc.) modifiables ou remboursables afin d'éviter tout risques de perte financière en cas de modification ou annulation de votre voyage.

Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants (liste non exhaustive) :



- Instruments tranchants comme les couteaux, rasoirs, limes à ongles, ou les ciseaux dont la lame dépasse 6cm
- Liquides, aérosols, gels et pâtes dans des contenants de plus de 100 ml (boissons, eau minérale, soupes, parfums, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, dentifrice, savons liquides, déodorants, etc...)
- Piles

Si vous avez des médicaments type inhalateur (asthme), traitements insuline, ou autres, munissez-vous d'une prescription de votre médecin ou de votre pharmacien.

Pour plus de précisions, consultez :

<http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagage-de-cabine/>

AVANT LE DEPART

Formalités d'entrée

- Pour tous les ressortissants français, le passeport, dont la validité est au moins égale à 6 mois à compter de la date de retour en France, est obligatoire.
- Les voyageurs doivent disposer d'un billet aller/retour ou d'un billet vers une autre destination. Le cas échéant, il peut leur être demandé de prouver qu'ils disposent des ressources suffisantes pour la durée de leur séjour.
- Il n'y a pas besoin de visa pour le Costa Rica pour un séjour inférieur à 90 jours.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade du Costa Rica de votre pays de résidence. Même réglementation (ci-dessous) pour les Etats-Unis.
- Dès votre inscription, merci de nous communiquer la photocopie des quatre premières pages de votre passeport (pour la réservation des vols et des visites de sites).

En cas de transit aérien par les Etats-Unis

- Il est possible que votre vol fasse escale aux Etats-Unis, et dans certains cas, il vous faudra un visa américain. La nouvelle réglementation en vigueur impose d'avoir un passeport à lecture biométrique ou un passeport à lecture optique émis avant le 25 octobre 2005. Si cela n'est pas le cas, ou si vous avez un ancien passeport (lecture verticale), il vous faudra impérativement un visa, même dans le cas d'un transit (coût 140€). Si vous avez des doutes sur votre passeport, veuillez-vous renseigner auprès de la mairie ou de la préfecture de votre lieu de résidence. Pour le visa, veuillez contacter le conseiller infos visas à l'ambassade des Etats-Unis. Tel : 08-10-26-46-26. Appel payant (15\$). Plus d'informations : <https://fr.usembassy.gov/fr/visas-fr/>
- Depuis 2009, il faut également faire une demande d'autorisation d'entrée sur le territoire des Etats-Unis, en remplissant un formulaire (ESTA) sur le site internet : <https://esta.cbp.dhs.gov/esta/> (40\$ environ). Vous recevrez ensuite une autorisation qui sera valable 2 ans jusqu'à expiration du passeport. Gardez-la précieusement, vous devrez la présenter aux autorités américaines.

Nous vous recommandons de vérifier les informations ci-dessus avant votre départ auprès des autorités concernées (ambassades, consulats), puisque des modifications peuvent avoir lieu.



IMPORTANT : Veuillez noter que lors de votre inscription (ainsi que sur le formulaire ESTA), vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement.

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Pour plus d'informations :

Ambassade du Costa Rica en France
4 Square Rapp
75007 Paris
Tel 01 45 78 96 96
Courriel : embcr-fr@rree.go.cr et concr-fr@rree.go.cr

Ambassade de France au Costa Rica
De la Mitsubishi - 200m sur y 5m oeste Curridabat
10177-1000 San José
Tel : 00506 22 34 42 01
<https://cr.ambafrance.org/>

Un site utile :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/costa-rica>

Santé

- Il est important d'être à jour dans vos vaccinations. Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour entrer au Costa Rica, les vaccins diphtérie-tétanos-poliomyélite, fièvre typhoïde et hépatites virales A et B sont recommandés. Le vaccin fièvre jaune est obligatoire seulement si l'on vient d'un pays d'endémie. Demandez l'avis de votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.
- Pensez également à prendre des répulsifs anti-moustiques. L'eau du robinet est potable dans l'ensemble du pays, toutefois il est conseillé de boire l'eau en bouteille dans les régions rurales. Il est possible d'acheter une bouteille d'eau et la remplir régulièrement dans les restaurants et hôtels qui ont des bombonnes d'eau ce qui permet d'éviter l'utilisation de plusieurs bouteilles en plastique. Évitez l'ingestion de glaçons, de jus de fruits frais, de légumes crus, de fruits non pelés et d'aliments (poisson, viande, volaille, lait) insuffisamment cuits. Pensez à vous laver régulièrement les mains avant chaque repas.

Equipement

Bagage :

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 15 à 20 kg selon la compagnie aérienne. Pensez à vous munir d'un cadenas.
Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 35/40L).

Vêtements :

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.



- Chaussures de sport, baskets. (Évitez les chaussures neuves, ou essayer les bien avant. Il est très important qu'elles soient imperméables et confortables)
- Sandales ou tennis pour le soir
- Paires de chaussettes
- 1 pantalon de trekking
- Shorts ou bermudas
- 1 maillot de bain
- 1 serviette de plage
- Chemises, T-shirts à matière respirante ou de sport
- 1 polaire chaude
- 1 coupe-vent imperméable
- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Trousse de toilette
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Bonnet ou bandeau
- Des boules Quies
- Protection solaire
- Appareil photo, jumelles
- Recharges ou piles pour appareils

Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, et répulsifs anti moustiques.

INFORMATIONS PAYS

Géographie & Climat

Le Costa Rica est un pays situé dans l'isthme centraméricain, entre le Nicaragua au nord, le Panama au sud, l'océan pacifique à l'ouest et la mer des Caraïbes à l'est.

Trois cordillères volcaniques composent le pays : la cordillère de Talamanca, la cordillère centrale et celle de Guanacaste. Les volcans sont donc nombreux au Costa Rica, comme le Chirripo Grande, le plus haut du pays (3 820 m), le Poas (2708m) ou encore l'Arenal (1630m).

Le climat est un climat tropical humide. Bien qu'il puisse pleuvoir souvent (grosses averses plutôt brèves), le Costa Rica peut se visiter toute l'année.

Il y a deux saisons : De décembre à mai, la saison sèche, et d'avril à décembre, la saison des pluies.

Il pleut généralement plus sur la côte des caraïbes que sur celle du pacifique.

Pour plus d'informations, n'oubliez pas de consulter les conditions météorologiques avant votre départ.

Budget & change

Au Costa Rica, l'unité monétaire est le Colón (CRC).

Janvier 2024 : 1€ = environ 623 CRC et 1\$ = environ 557 CRC.

Attention, les taux de change fluctuent régulièrement. Renseignez-vous sur le taux fixé avant votre départ ou directement sur place.



Il peut être difficile de changer des euros au Costa Rica. Pensez alors à vous munir de dollars américains avant de partir. Vous trouverez des distributeurs automatiques dans les grandes villes. Prévoyez un budget pour vos dépenses personnelles.

Pourboires

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire. En général nous recommandons \$2.00 par personne et par jour pour le guide et \$1.00 par personne et par jour pour le chauffeur.

Décalage horaire

Au Costa Rica, il y a - 7 heures de décalage l'hiver, et - 8 heures l'été.

Electricité

110 volts, prises de type américain. Pensez à prendre un adaptateur.

Photos & Vidéos

Pensez à vous munir de batteries ou recharges pour vos appareils.

Pour tout portrait photo ou vidéo des gens que vous allez rencontrer, pensez à leur demander leur autorisation.

Quelques mots du quotidien

Bonjour = Hola

Au revoir = Adiós

Oui = Sí

Non = No

Merci = Gracias

S'il vous plaît = Por favor

Pardon, excusez-moi = Discúlpeme

Je ne comprends pas = No entiendo

Parlez-vous français ? = Habla francés ?

Comment allez-vous ? = Cómo está ?

Combien ça coûte ? = Cuánto cuesta ?

Je voudrais acheter ... = Me gustaría comprar ...

Acceptez-vous les cartes de crédit ? = Aceptan tarjetas de crédito ?

Un peu = Un poco

Beaucoup = Mucho

Le petit déjeuner = el desayuno

Le déjeuner = el almuerzo (la comida)

Le dîner = la cena

L'addition, s'il vous plaît = Me trae la cuenta por favor

Carte = el mapa

Information touristique = Información turística

Pura Vida = la belle vie ! Peut être utilisé comme interjection pour saluer, remercier...



Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

Le Respect des Patrimoines

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :

- *Le respect des sites culturels : ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant ! ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *Le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *Le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

Le respect des hommes se traduit par :

- *Une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie : respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *La prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils*

photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)

- *Des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide : nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

Le Développement d'un Tourisme Equitable

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :

- *Une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *Des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *Une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à maximiser les retombées économiques locales.*

La Qualité des Services et des Relations Humaines

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !

