



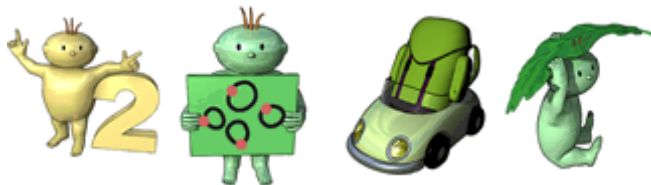
## Rando goélette en mer turquoise

Lycie  
Turquie

Carrefour géologique, climatique et culturel, la Turquie présente une fabuleuse diversité : des eaux claires de la méditerranée aux cheminées de fées de la Cappadoce, d'un campement nomade des monts Taurus au sanctuaire du Mont Nemrut...

La côte Lycienne marie à merveille mer somptueuse aux eaux turquoise et montagne omniprésente, ciselée en dentelle, tantôt aride, tantôt verdoyante. La randonnée emprunte des sentiers muletiers tracés par les bergers à flanc de montagne, avec vue sur la mer. Au passage nous découvrons des sites archéologiques dispersés çà et là, avec le privilège d'entrer dans le décor de ceux qui ne sont accessibles qu'à pied. Nous vous proposons d'embarquer à bord d'un caïque, magnifique voilier traditionnel confortablement aménagé, qui servira de camp de base, mais aussi parfois de plongeur... L'équipage sympathique nous mène chaque soir à un mouillage différent, magnifiant ainsi le décor naturel sans cesse renouvelé.

**8 jours / 7 nuits**



### **POINTS FORTS**

- Pléiade de sites archéologiques antiques
- Myriade de criques, baies turquoise et côte sauvages
- Navigation sur le caïque, bateau typique du Proche Orient
- Originalité, convivialité et moyen de transport traditionnel

La randonnée se déroule du dimanche au dimanche

### **PROGRAMME**

**JOUR 1 : Bodrum - Fethiye**

Accueil à l'aéroport et transfert à Fethiye (3h). Nous intégrons notre bateau dans le port. Nous passons la nuit au port.

**JOUR 2 : Fethiye - Kayakoy - Oludeniz - Gemili**

Navigation jusqu'au point de départ d'une belle randonnée montante. Marche jusqu'au village de Kayaköy, à la fois extraordinaire et angoissant avec ses maisons blanches désertées par ses habitants en 1923. Après le

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France  
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)  
[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)  
siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France  
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 - 389249496 R.C.S. Clermont-Fd - Code APE n°633 Z  
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

repas du midi descente sur l'une des nombreuses baies turquoise où nous attend notre bateau. Première baignade puis navigation et mouillage près de l'île de Gemili. Découverte des ruines byzantines.  
4-5 heures de marche

#### JOUR 3 : Gemili > Agalimani - Sekemekli

C'est sur la baie de Agalimani que notre caïque nous laisse. Nous montons doucement un beau sentier qui nous mène vers les belles ruines de la citée antique de Lydae. Depuis l'acropole une vue panoramique s'offre à nous jusqu'à Fethiye. Avec un peu de chance nous rencontrerons les bergers avec leurs familles habitants dans des cabanes basiques. Notre balade se termine dans la baie de sekemekli.

3-4 heures de marche

#### JOUR 4 : Sekemekli - Binlik

Nous poursuivons notre marche sur les sentiers qui longent la mer, parfois à travers les bois. Au passage nous nous arrêtons aux bains engloutis dont les ruines se dressent encore dans les eaux qui ont monté depuis la construction de l'édifice. Notre rando se termine dans la baie de Binlik où notre bateau a déjà jeté l'ancre.

Baignade au programme.

Dîner et nuit à bord.

3-4 heures de marche

#### JOUR 5 : Binlik - Sarsali

Notre trek recommence en bordure de mer. Nous passons le lieu dit « les bains de Kleopatre », en fait il s'agit des ruines d'une construction médiévale à moitié engloutie dans les eaux... Nous passerons également du temps sur la plage de galets de Gokgemili, où il fait bon se baigner... Nous poursuivons notre belle balade jusqu'à la crique de Sarsali où notre caïque nous attend.

3 heures de marche

#### JOUR 6 : Yassicalar - Tersane ( 3-4 heures de marche)

Navigation vers l'île de Yassicalar, charmante avec son petit lac au niveau de la mer. Nous y faisons une petite balade. Après avoir bien profité de la mer nous naviguons vers l'île de Tersane. Durant la période byzantine, cette île aurait servi de chantier naval. Aujourd'hui il est possible de voir quelques pans de mur, ruines d'habitations et du chantier. Nous randonnons vers le sommet de l'île parmi une forêt de résineux. D'ici nous avons une vue panoramique complète sur les environs.

#### JOUR 7 : Visite de Caunos

Transfert en véhicule pour Dalyan. Balade en bateau à travers le labyrinthe de roseaux. Visite en route du site antique de Caunos ; des tombeaux, un théâtre des temples en ruine. Nomades d'Asie centrale, les « turcs » n'ont jamais oublié leurs traditions ancestrales et leurs savoir-faire, à savoir de bon revêtements de sol à partir de la laine de leurs moutons... Nous découvrons le nouage des tapis et le tissage des kilims. Retour au bateau pour la nuit au port de Göcek.

#### JOUR 8 : Gocek -Bodrum- Retour

Transfert à l'aéroport pour le vol du retour.

Les étapes peuvent être modifiées sur place pour des raisons de simple logistiques, météorologiques, de sécurité, d'organisation, d'horaires d'avion ou tout événement inattendu ( notamment le point de départ et d'arrivée - Fethiye-Göcek ou Gocek-Fethiye. Dans ces moments difficiles, le guide local fera le maximum pour atténuer les effets de ces événements indépendants de notre volonté.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Nos guides et accompagnateurs sauront d'autant mieux gérer ces aléas, si chacun garde sa bonne humeur.

### **HEBERGEMENT – REPAS**

Ce circuit comporte 7 nuits sur le bateau ( sous réserve des horaires de vols) avec 1 cabine pour 2 personnes. Les cabines sont munies d'un grand lit pour deux personnes. Nous prévoyons l'utilisation d'une cabine pour 2 personnes; mais le plus souvent ces dernières sont utilisées uniquement pour les bagages et les toilettes, et l'on dort alors sur le pont.

### **REPAS**

Les repas sont pris à bord du bateau, préparés par un cuisinier. Le midi : pique-nique et restaurant. Les repas éventuels à Bodrum (Milas) (selon horaires des vols) ne sont pas inclus.

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France  
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)  
[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France  
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z  
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

Un bateau de 4 à 7 cabines (dont une pour l'équipage) ; Equipage: 1 capitaine + 2 équipiers ; Gilets de sauvetage pour tous ; Longueur : 16 à 24 m et largeur : 5 / 6 m environ ; Moteur : 240 - 280 CV diesel ; Electricité : 12V / 220V (dans les ports) ; Réservoir d'eau : 6-8 tonnes ; Date de construction: après 1990 ; Navigation à voile et moteur.

Equipement à bord : équipement de pêche, matelas de bronzage, annexe à moteur pour l'accès à terre, une banquette double par cabine (prévoir un drap sac ou un sac de couchage léger), douche et toilettes privées par cabine ; lecteur de cassette audio ; espace repas extérieur ; coin cuisine ; salle à manger intérieure ; bar ; réfrigérateur – literie (Serviette, drap, oreiller) – glacière

#### **LE PRIX COMPREND de l'accueil à la dispersion**

- Vol Paris - Bodrum A/R
- Taxes aériennes
- Hébergement en cabine de deux personnes et taxes de séjour
- Repas du dîner du J1 au petit déjeuner du J8
- Guide local francophone
- Location du voilier avec son équipage
- Tous les transports et transferts terrestres

#### **NON COMPRIS**

- Les pourboires et dépenses personnelles
- Toutes les boissons à bords
- Les entrées des sites et monuments (prévoir entre 50 et 100 € pour les différentes visites prévues)
- Les repas éventuels à Bodrum (fonction des horaires de vols)
- Les assurances

#### **ACCES**

Pour cette destination joignable uniquement par voie aérienne, nous vous proposons d'accepter les services d'un organisme spécialisé dans la compensation de CO2 (voir notre site internet, rubrique "nos engagements", partenariat Planète Urgence). Pour vos pré-acheminements en véhicule personnel, pensez au co-voiturage. Nous avons mis à votre disposition sur notre site internet un système d'annonces vous permettant de vous organiser sur vos dates de départs, rubrique "bourse-aux-equipiers".

Vol régulier aller/retour Paris - Bodrum, généralement via Istanbul.  
Départ possible de Lyon avec supplément, sous réserve de disponibilités.

Une convocation vous sera envoyée au plus tard une semaine avant votre départ. Les billets d'avion sont sous forme de billets électroniques pour lesquels il faut simplement se présenter au comptoir d'enregistrement avec votre convocation et votre passeport.

#### **SI VOUS SOUHAITEZ ARRIVER LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR**

Nous consulter.

#### **NIVEAU**

Pas de difficultés mais les sentiers côtiers sont relativement pierreux.

#### **ENCADREMENT**

Guide accompagnateur local francophone, un cuisinier pendant les randonnées, un chauffeur pendant les transferts.

#### **GROUPE**

de 4 à 12 participants

#### **EN CAS DE PROBLEME DE DERNIERE MINUTE**

## **LE PAYS**

#### **CARTE D'IDENTITE**

Capitale : Ankara, environ 4 millions d'habitants

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France  
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)  
[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France  
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z  
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

Ville principale : Istanbul, environ 10 millions d'habitants  
Découpage administratif : 80 départements  
Superficie : 780 576 km<sup>2</sup>  
Population : environ 67 millions d'habitants  
Religion : l'islam est la religion de 98 % de la population  
Langue : La langue officielle est le Turc. Entre 10 et 15 % de la population parle toutefois une langue maternelle différente, généralement le kurde ou l'arabe, parfois le grec.  
Anglais couramment pratiqué dans les lieux touristiques et dans une moindre mesure le français

#### A LA DECOUVERTE DU PAYS

Cette république parlementaire est une république laïque depuis 1937. La Constitution en vigueur date de 1982. Si la Turquie possède quelques gisements de pétrole, son économie est basée sur l'industrie automobile et d'ingénierie. L'agriculture emploie une part importante de la population active avec le blé, le coton dont elle est le principal producteur en Europe. Le tourisme constitue une source de devises non négligeables.

#### SUR LES CHEMINS

La Turquie est à cheval entre deux continents : l'Europe à 3% du territoire et l'Asie à 97%. La partie européenne est située à l'ouest du Bosphore et intègre 10% de la population du pays. L'Anatolie est située géographiquement en Asie et ce terme désigne également les hauts plateaux semi-arides du centre du pays bordés par des collines et des montagnes. Ces dernières limitent l'accès aux régions côtières fertiles. Le pays est bordé par la mer Noire entre la Bulgarie et la Géorgie et par la mer Egée et la mer méditerranée entre la Grèce et la Syrie. La Turquie est bordée par huit pays dont les frontières ont été arrangées par traité tôt au cours du XXème siècle. La frontière orientale est faite de hautes montagnes, la chaîne du Taurus qui culmine à plus de 4 000 mètres, celle du nord est délimitée par l'anti-taurus.

#### TRAVERSEE HISTORIQUE

Byzance des grecs, Constantinople des romains, capitale des sultans ottomans, l'Istanbul actuelle a porté bien des noms qui retracent l'histoire du pays. L'empire ottoman décline à la fin du XIXème siècle et est démembré après la première guerre mondiale. La république turque est proclamée en 1923, elle sera neutre pendant la première guerre mondiale. Le pays connaît une dictature militaire entre 1980 et 1983. Depuis le pays a stabilisé son fonctionnement en tant que démocratie parlementaire mais est secoué par de nombreux problèmes internes qui mettent à mal les libertés fondamentales. Depuis 2005 la Turquie négocie avec l'Union Européenne en vue d'une adhésion mais l'Union a ralenti le processus aux vues de la non évolution de la situation chypriote, de la non reconnaissance du génocide arménien et du respect des droits de l'homme.

#### US ET COUTUMES

Vous êtes dans un pays musulman qui a des traditions et des coutumes parfois très différentes des nôtres. Il faut donc connaître quelques règles élémentaires.  
Déchaussez-vous avant d'entrer dans une pièce si vous voyez des chaussures déposées devant la porte.  
Si on vous offre un thé, ne refusez pas le premier, ni le second, ni le troisième, ensuite, vous serez certains de ne pas être impoli.  
Répondez à toutes les questions qu'on vous posera et qui, parfois, vous paraîtront indiscretes.  
On ne commence pas à manger avant d'avoir prononcé "Bismillah" ("au nom de Dieu")  
Pendant le Ramadan, respectez la période de jeun. Évitez de boire, manger ou fumer de façon ostentatoire, devant l'équipe d'encadrement.  
Évitez les vêtements sans manches, les shorts, les décolletés et minijupes.  
Ne touchez pas les aliments avec la main gauche, considérée comme impure. C'est celle qui sert à la toilette.  
Les Marocains mangent avec trois doigts de la main droite : "La bénédiction de Dieu est sur la nourriture prise avec les doigts". D'autres vous expliqueront que seul le diable mange avec un doigt, les prophètes avec deux, le croyant avec trois et le glouton avec cinq.

#### AVERTISSEMENT

Le voyageur responsable s'informer et se gardera de porter des jugements hâtifs sur les pays d'accueil. Sur le plan environnemental, les déchets se multiplient, le problème de leur gestion devient mondial et connaît des disparités entre les régions et les pays.

#### ENVIRONNEMENT

##### 1- Politique

Malgré les progrès réalisés ces quinze dernières années, la Turquie n'a pas un niveau de protection de l'environnement satisfaisant. La reprise de l'acquis ne sera possible qu'à long terme et nécessitera des investissements importants. La stratégie européenne pour la Turquie accorde une place importante à la reprise de l'acquis, ainsi qu'aux actions visant à rapprocher le niveau de protection de l'environnement à celui de l'Union européenne.

##### 2- Problèmes et enjeux

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France  
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)  
[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)  
siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France  
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z  
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

Les quatre mers, qui encerclent une grande partie de l'Asie mineure, et aux célèbres détroits (Dardanelles, Bosphore), sont victimes d'un trafic maritime surchargé (150 passages en moyenne par jour). On estime à 2,5 millions de tonnes les déchets sensibles transitant par la Turquie, une part revenant aux activités internes du pays (dont 15 centrales thermiques). Le pétrole est un autre tracas et les premiers concernés sont de nouveau les détroits. Dégazage, déballastage et autres irrégularités ont déjà causé des dommages graves. La quasi-totalité des rejets domestiques se dirige sans aucun obstacle vers les rivières, fleuves, lacs et mers... et 78 % des eaux usées ne sont pas traitées avant d'être déversées dans la nature.

### 3- Recommandations

Les randonnées se déroulent dans des espaces naturels sensibles ; à ce titre toute activité se doit d'en respecter l'environnement : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat) et lutte contre les pollutions et tous les impacts sur l'environnement : on ne dérange pas les animaux qui sont chez eux et on n'arrache pas les fleurs car elles ne repoussent pas ! Il est très important de prendre garde au risque d'incendie. N'allumez en aucun cas de feu, la forêt et le maquis sont très vulnérables.

### **CLIMAT**

L'Anatolie centrale jouit d'un climat continental avec des étés chauds et des hivers froids. La Lycie bénéficie en plus de l'influence méditerranéenne. De mai à septembre, un régime anticyclonique très stable offre une quasi-garantie de ciel bleu. Juillet et août sont souvent très chauds.

### **FORMALITES**

Pour les membres de la CEE, la carte d'identité en cours de validité suffit. La douane vous remet alors un justificatif que vous devez conserver avec vous en permanence pour le représenter à la sortie du pays. Le passeport évite cette formalité. Pas de visa pour les Français et les Suisses, visa de tourisme obligatoire pour les Belges (environ 7,50 €) délivré à l'aéroport.

### **SANTE**

Aucun vaccin n'est obligatoire : nous vous conseillons d'être à jour de toutes vos vaccinations classiques (diphtérie, tétanos, typhoïde, polio) + hépatites A et B (risque relativement important d'hépatite A). Sur place, proscrire eau du robinet et glaçons.

### **DEVISES**

La livre turque, qui, depuis le 01/01/2005 a été rebaptisée YTL (Yeni Turk Liras) : nouvelle livre turque. 1 Euro = 1.8 YTL environ. Il est inutile d'acheter des livres turques en France car on perd au change. Il est préférable de changer des euros sur place à un taux avantageux.

Les principales cartes de paiement sont généralement acceptées et il est facile d'effectuer des retraits dans les guichets automatiques. Il faut toutefois compter environ 4,6 € de frais de retrait et les banques limitent les retraits par semaine de façon variable (180 à 330 € maximum environ).

### **DECALAGE HORAIRE**

1 heure de plus qu'en France : quand il est midi à Paris, il est 13 heures en Turquie.

### **SOUVENIRS**

Tapis et Kilims, narghilés, pipes en écume de mer, onyx, cuivres, poteries et céramiques, henné, épices, huile d'olive, musique traditionnelle, bijoux (or, argent, et pierres semi-précieuses).

Attention de ne pas acheter de souvenirs douteux à des marchands d'antiquités. Les autorités turques sont extrêmement vigilantes sur la préservation du "patrimoine". Chaque année des touristes se font bêtement piéger au moment du départ. Après avoir acheté une babiole du style antiquité, statue, pierre ou pièce de monnaie, ils doivent fournir des explications aux douaniers turcs. Et les choses se passent souvent mal.

Après avoir constaté que le dit souvenir figure sur une liste des articles interdits d'exportation, le touriste est déféré par les fonctionnaires devant la Justice pour finir en prison. Le seul moyen d'y échapper est le paiement d'une caution (fixée un peu à la tête du client...) qui peut aller jusqu'à 15 000 €. Le procédé est plus que discutable mais il existe.

### **PHOTOS**

Discrétion, confiance et respect sont les maîtres mots du photographe responsable. Demandez l'autorisation avant d'appuyer sur le déclencheur, également auprès des parents pour les enfants. Et si vous promettez l'envoi d'un cliché, honorez votre engagement dès votre retour, ou ne promettez rien !

### **POURBOIRES**

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France  
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)  
[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France  
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z  
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

A l'issue d'une randonnée assistée par une équipe locale, une cagnotte commune peut être constituée à l'attention du guide et de l'équipe locale. Chacun doit se sentir libre de réagir comme il veut par rapport à ce geste de fin de voyage, et surtout pas obligé. Il ne s'agit en aucun cas d'un deuxième salaire. Ce qui compte le plus c'est la manière de donner et non le contenu ou le montant. Une paire de chaussure, une veste chaude ou un couteau par exemple, font parfois aussi plaisir qu'un pourboire. Certains sont heureux d'avoir un petit bonus d'argent (dans ce cas vous pouvez compter entre 20 € et 25 € / participant par semaine de trek, pour l'ensemble de l'équipe locale).

Pour les voyageurs individuels, si vous le souhaitez, un petit pourboire à votre chauffeur ou à quelqu'un qui vous rend service pourra être apprécié.

## **L'ESPRIT CHAMINA**

### **ETHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE CERTIFICATION ATR**

Début 2008 la certification Agir pour un Tourisme Responsable a été attribuée à notre agence.

Gage de confiance pour notre clientèle, elle porte sur quatre engagements essentiels, desquels découlent de nombreuses actions sur le terrain et en interne :

**1 - Information claire et sensibilisation du voyageur au tourisme responsable**

Description détaillée des prestations, diffusion de la charte éthique du voyageur, mention sur la culture et les us et coutumes locaux dans les fiches techniques...

**2 - Sélection des prestataires selon l'esprit du tourisme responsable**

Les prestataires respectent les conditions juridiques d'exercice de leur métier en vigueur dans leur pays ; ont une politique de gestion des déchets et ressources naturelles...

**3 - Mise en place d'un transfert de compétences vers les prestataires**

Formation des accompagnateurs, sensibilisation du personnel local au tourisme responsable...

**4 - Engagement du voyageur pour sa propre structure**

Politique de gestion environnementale : tri des déchets, utilisation de papier recyclé ou issu de forêts gérées durablement, co-voiturage, compensation des émissions de CO2 pour les déplacements aériens...

Plus d'information concernant la labellisation ATR sur le site [www.tourisme-responsable.org](http://www.tourisme-responsable.org)

Chamina Voyages est également membre de CETO (Centre d'Etude des Tour Opérateurs). Ce collectif a pour objectif de faire connaître et valoriser le professionnalisme des tour-opérateurs, de développer un capital confiance avec les voyageurs en leur apportant de réelles garanties de services.

### **RECOMMANDATION POUR UN SEJOUR RESPONSABLE**

Chamina Voyages recommande à tous ses clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur et la charte Chamina Voyages.

La charte éthique du voyageur :

Vous pouvez consulter à tout moment sur notre site Internet [www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com) le contenu de la Charte Ethique du Voyageur. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

La charte Chamina Voyages :

Elle a été élaborée par nos salariés et accompagnateurs, qui sont des voyageurs et randonneurs réguliers. Elle donne des règles simples à adopter pour voyager de façon responsable. Elle est consultable dans nos brochures, et téléchargeable sur notre site Internet. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

## **SE PREPARER AU DEPART**

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France  
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)  
[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France  
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z  
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

## **EQUIPEMENT CONSEILLE**

### **VETEMENTS**

Pour la randonnée

- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements « multi couches » : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type "carline" ou "capilène" (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalons avec membrane imperméable et respirante (type « gore tex » ou équivalent) pour le mauvais temps.

De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - T-shirts

- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée

- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...

- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque

- 1 foulard pour se protéger du soleil et/ou du vent

- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude : toujours les avoir au fond du sac.

Pour l'étape

- tenues de rechange et chaussures confortables

- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles "Ear"

- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

### **MATERIEL DIVERS**

Pour la randonnée :

- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante, type « gore tex » ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut « casser » les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...

- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum.

- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)

- 1 gourde de préférence isotherme de 1 litre minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 litre ne seront pas du luxe en période estivale et/ou dans des régions sèches et chaudes.

- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.

- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques.

- papier hygiénique, mouchoirs en papier.

- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente, et aident durant la montée en rythmant la marche et en complément de poussée.

- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)

- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antispasmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :

- 1 paire de sandales légères.

### **BAGAGES**

- 1 sac à dos de 30 à 35 litres à dos aéré, réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo...

Matériel complémentaire à prévoir pour la Goélette :

- un duvet (pour dormir sur le pont)

- masque, tuba... pour admirer les fonds marins !

### **ASSURANCE**

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France

Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)

[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France

SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z

Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, nous ne saurions nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle.

Nous avons mis au point avec EUROP ASSISTANCE, une assurance "assistance-annulation-interruption de séjour-bagage" dont le contrat vous est remis après souscription.

Veuillez donc lire attentivement votre fascicule d'assurance et l'emporter avec vous pendant la randonnée.

Chamina Voyages sert d'interface entre ses clients et l'assureur, elle n'a pas la latitude pour influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Avant toute décision, prendre contact avec EUROP ASSISTANCE.

Si vous avez refusé notre assurance, n'oubliez pas de vérifier que votre contrat personnel est valable pour la destination choisie et de vous munir d'une attestation pendant le voyage.

## **ADRESSES UTILES**

### **BIBLIOGRAPHIE – CARTOGRAPHIE**

RECITS :

- Flânerie dans Istanbul, d'Albert T'Serstevens (éd. Albin Michel, 1973)
- Le voyage en Orient : anthologie des voyageurs français dans le Levant du XIXème siècle, de J-C. Berthet (éd. Robert Laffont, 1992)

ROMANS :

- La poussière du monde, de Jacques Lacarrière (éd. Nil, 1997)
- Topkapi, d'Aric Ambler (éd. Du Seuil, 1992)

GUIDE :

- Routard « Turquie », édition Hachette

### **LEXIQUE**

LES MOTS ELEMENTAIRES

Oui : évette

Non : hayir

Bonjour : mèrhaba

Le matin, on peut dire : gunaidin

Ca va ? : nassissinne

Ca va bien, merci : iyiyim téchékur

A u revoir : allaha smaladék (la personne qui reste dit Gülé gülé)

Bonsoir : iyi aksamlar

Bonne nuit : iyi guédjéler

S'il vous plaît : lutfeun

Merci : téchékur ederim / saôl

De rien : birchéï dir

Je ne parle pas turc : Ben turkché bilmioroum

Je comprends / Je ne comprends pas :

Parlez-vous anglais ? allemand ? : Inglizdjé bilyor moussoun ?

Je suis français : ben fransizim

La France : fransa

Excusez-moi (pardon) : pardonne / afédarsinne

Est-ce que je peux ... ? : Yapabilir miyim .... ?

Des toilettes : touvalette

FAIRE DES ACHATS / MANGER

De l'eau : sou

Une boulangerie : firinne / ekmek fabrik

pain : ekmek

Un supermarché : supermarket

LES DIRECTIONS

A droite : saâ

A gauche : saul

**Chamina-Voyages** - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France  
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : [contact@chamina-voyages.com](mailto:contact@chamina-voyages.com)  
[www.chamina-voyages.com](http://www.chamina-voyages.com)

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France  
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n°Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z  
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd