



## Espagne (Canaries, Ténérife) **Tenerife et la Gomera**

*Balades faciles et découvertes volcaniques sur deux îles complémentaires, de canyons en forêts primaires*

Deux îles en une semaine. Attrayantes, variées et spectaculaires. Commence l'aventure tant attendue : d'abord, La Gomera qui vous séduira par ses hameaux oubliés, ses doux reliefs, ses palmiers et cactus, ses traditions préservées et son parc national où se mêlent brumes et verts profonds, le Garajonay. Puis, deuxième partie de la semaine à l'ouest de Tenerife, la grande sœur. Vaste île aux multiples curiosités, vous irez du chemin du massif du Teno, grand bol d'air sur l'océan Atlantique dont les reliefs et les profonds canyons vous surprendront, aux flancs rafraîchissants du volcan Teide dont le sommet culmine à 3718 m, en passant par le volcan Chinyero, où randonner parmi de belles forêts de pins canariens. En résumé, une paisible découverte des plus belles randonnées de l'ouest canarien, par une agréable douceur climatique en toute saison. À ne pas manquer...

### **Vous aimerez...**

- Marcher sur les plus beaux sentiers de randonnée de Tenerife et La Gomera.
- Découvrir l'énigmatique parc national de Garajonay à La Gomera avec ses lauriers millénaires.
- Jouir d'une vue unique du Mirador de Abrante sur les rivages encaissés de La Gomera, jusqu'à ceux, plus lointains, de Tenerife.
- Finir le séjour au pied de la silhouette imposante du Teide, plus haut sommet d'Espagne et de l'Atlantique.

### **Comparez... vous préférerez !**

Randonner à rythme tranquille dans les plus beaux sites naturels de Tenerife et La Gomera, profiter d'une nuit en bord de mer à El

### **Infos clés !**

Circuit accompagné  
groupe de 4 à 15 personnes

#### **8 jours**

niveau **Tranquille** 

Randonnée, trek.



Nature



Culture



Rencontre

**Code : ESP74**

Medano, puis séjourner dans des hébergements canariens authentiques, à Hermigua et Santiago del Teide !

## VOTRE VOYAGE

### **J1 Cap vers les Canaries et l'île de Tenerife**

Vol Paris /Tenerife . Accueil à l'aéroport par votre guide accompagnateur. Transfert de 15 minutes environ au logement à El Médano, présentation du séjour par votre guide, dîner et soirée libre. Le front de mer offre de multiples possibilités pour se restaurer !

Nuit à l'hôtel.

### **J2 Le parc national de Garajonay**

Ferry pour l'île voisine de La Gomera, traversée d'1 heure environ. Le trésor vert nous attend au cœur de cette île réserve de la biosphère. Après un transfert d'environ 30 minutes depuis le port de San Sebastián, nous pénétrons dans le parc national de Garajonay, classé au patrimoine mondial de l'Unesco depuis 1986. La randonnée nous transporte à l'ère tertiaire pour découvrir des espèces végétales endémiques disparues sur le continent à l'époque des glaciations. L'eau ruisselle dans le ravin et aide à créer une ambiance de conte de fées. Notre chemin descend sur le hameau de El Cedro où nous découvrons la gastronomie locale avant de regagner le bois du Garajonay pour finir notre parcours. Court transfert d'une vingtaine de minutes jusqu'à notre hébergement et installation pour 2 nuits à Hermigua. Dîner au restaurant.

4 heures d'activité, 8km, dénivelé +300 / -300 mètres. Nuit en appartement.

### **J3 Le Silbo des Gomeros**

Nous consacrons la journée à la découverte des gomeros, depuis l'époque préhispanique jusqu'à présent, avec leurs traditions et leur culture. La randonnée nous rapproche des villages de Chipude et El Cercado, de la vie rurale de l'île, des cultures en terrasses, des palmiers canariens, de la poterie, du vin et des produits typiques que nous avons l'occasion de goûter ! Parfois, le vent nous amène les échos du langage sifflé, « El Silbo », classé aussi au patrimoine mondial immatériel de l'Unesco, que nous découvrons. Nous montons jusqu'au sommet de l'île, le Alto de Garajonay (1487 mètres), profitons de vues panoramiques et en apprenons davantage sur le symbolisme des rochers de la Fortaleza et Agando. Dîner et nuit à Hermigua.

4 heures d'activité, 8km, dénivelé +300 / -300 mètres. Nuit en appartement.

### **J4 Le Mirador de Abrante**

Aujourd'hui, nous explorons le nord-est de l'île. Mise en jambe avec une belle promenade au village d'Agulo, avec ses rues pavées et ses maisons typiques. Ensuite, la randonnée nous amène jusqu'à l'un des plus spectaculaires points de vue de La Gomera, le Mirador de Abrante. Nous traversons des terres rouges puis nous approchons de cette falaise qui surplombe le village d'Agulo et nous offre la vue jusqu'à Tenerife et le volcan Teide. Visite du "centro de visitantes de juego de bolas" avant de faire la route de retour pour San Sebastián. Transfert de 30 minutes environ et balade en ville pour découvrir l'église de l'Assomption et la Torre del Conde. Ferry de retour à Tenerife et installation pour les dernières 4 nuits à l'ouest de l'île, à Santiago del Teide. Dîner à l'hôtel.

3 heures d'activité, 7km, dénivelé +250 / -250 mètres. Nuit à l'hôtel.

### **J5 Le volcan Chinyero**

Transfert de 30 minutes environ pour une randonnée dans un espace naturel protégé qui nous offre des contrastes magnifiques entre la pinède, le ciel et les laves pétrifiées des seigneurs de ces lieux. Nous rendons visite au volcan Arenas Negras, qui compte à peine trois siècles de vie, et le volcan Chinyero, dernière éruption volcanique de Tenerife, datant de 1909. Nous découvrons la formation volcanique de l'île et profitons de ce moment pour observer les oiseaux qui habitent dans ce coin de forêt canarienne. Retour et dîner à Santiago del Teide.

5 heures d'activité, 11km, dénivelé +330 / -330 mètres. Nuit à l'hôtel.

### **J6 Le massif de Teno**

Au nord-ouest de Tenerife, on découvre un espace jalonné de très jolis points de vue, durant notre transfert de 30 minutes environ jusqu'au départ de notre randonnée. Nous traversons le célèbre village de Masca et le col de Baracán, qui nous montrent les cicatrices laissées par l'érosion après quelques millions d'années sans éruptions volcaniques. Nous marchons sur le plateau de Teno Alto à la découverte de son patrimoine rural. Les troupeaux des chèvres sont encore gardés par des bergers, leur fromage et viande restent encore des délices locaux qui méritent d'être goûtés. Petite pause photo à Masca avant le retour à l'hébergement. Dîner et nuit à l'hébergement.

4 heures d'activité, 8km, dénivelé +325 / -325 mètres. Nuit à l'hôtel.

## J7 Le parc national du Teide

Cerise sur le gâteau de cette semaine, nous montons au parc national du Teide, protégé depuis 1954 et classé au patrimoine mondial de l'Unesco grâce à ses trésors géologiques et sa beauté naturelle. Transfert de 30 minutes environ, puis notre randonnée se déroule dans la Caldera du Teide à plus de 2000 mètres au-dessus du niveau de la mer. Les contrastes de couleurs entre lave pétrifiée et pinède et la diversité des formations volcaniques sont impressionnants ! Après la randonnée, on prend le minibus pour aller plus loin dans le parc national, à la découverte de plusieurs miradors et profiter de belles vues sur plusieurs zones spectaculaires, qui pourraient nous faire croire que la planète Terre est bien loin... Retour à Santiago del Teide, dîner libre pour cette dernière soirée. 3 heures d'activité, 5km, dénivelé +300 / -300 mètres. Nuit à l'hôtel.

## J8 Retour en France

Journée libre à Santiago del Teide. Selon l'horaire du vol de retour, lancez-vous en autonomie sur le sentier de la Montaña Bilma, un cône volcanique de 1372 m qui domine Santiago del Teide, belle randonnée circulaire de 2h30 environ.

Transfert à l'aéroport selon l'horaire du vol de référence vers Paris.

### **N.B. :**

Votre guide peut être amené à modifier l'itinéraire en raison de contraintes d'organisation (transport et hébergement notamment), des conditions météorologiques, du niveau des participants, ou de toute autre cause relative à la sécurité du groupe.

La descente du barranco de Masca n'est pas prévue au programme : le sentier a été fermé pour aménagement de passerelles sécurisées, suite à des accidents survenus de personnes mal préparées (chaussures non adaptées, méconnaissance du dénivelé et des quantités d'eau à prévoir). On déplore désormais un accès strict et des conditions de sur-protection qui ne correspondent plus à l'idée de randonnée 100% nature qui était son atout. Nous effectuons plutôt une randonnée panoramique sur le massif du Teno et profitons d'un arrêt dans le magnifique village de Masca, en surplomb du barranco.

# CARTE



## DATES ET PRIX

### **Le prix comprend :**

- ~ Le vol international au départ de Paris et les taxes aéroport
- ~ Les transferts depuis et vers l'aéroport d'arrivée selon les horaires du vol de référence
- ~ Les transports (de vous et des bagages) pendant tout le voyage
- ~ L'accompagnement par un guide officiel francophone des Îles Canaries
- ~ 1 nuit en chambre double / twin en hôtel à El Medano (J1)
- ~ 2 nuits en chambre double / twin en appartement à Hermigua (J2 et J3)
- ~ 4 nuits en chambre double / twin en hôtel à Santiago del Teide (J4 à J7)
- ~ 6 jours de randonnées et activités (J2 à J7)
- ~ La pension complète du petit déjeuner du J2 au petit déjeuner du J8 (sauf le dîner du J7)
- ~ Le ferry aller-retour Tenerife - La Gomera
- ~ L'assistance de notre partenaire local durant le voyage
- ~ Et en bonus chez Nomade Aventure, pas de frais de dossier !
- ~ L'absorption à 100 % des émissions de CO2 générées par votre voyage (vols éventuels, transport et hébergement sur place)

### **Le prix ne comprend pas :**

- ~ L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement (voir rubrique « Assurances »)
- ~ Le supplément chambre individuelle (voir onglet "fiche technique", rubrique "on dort où?")
- ~ Les visites et activités indiquées comme optionnelles ou effectuées lors des temps libres
- ~ Les repas indiqués comme libres dans le programme (repas des J1 et J8 et dîner du J7)
- ~ Le transfert privatif jusqu'au départ de l'itinéraire ou au premier hébergement, en cas de vol distinct du groupe (voir la rubrique 'On se donne rendez vous où ?')
- ~ Les boissons et éventuels pourboires (voir rubrique "Pourboires")

### **Prix sans aérien**

Prix du voyage sans transfert aérien : à partir de 1479€

### **Frais d'annulation**

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible NOMADE AVENTURE et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception. C'est la date d'émission de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation selon le barème ci-dessous :

Jusqu'à 14 jours avant la date de départ : 35 % du prix total du voyage

De 13 à 7 jours avant la date de départ : 55 % du prix total du voyage

A moins de 7 jours avant la date de départ : 75 % du prix total du voyage

Le jour du départ (ou no-show) : 100 % du prix total du voyage

Pour plus de détails sur les conditions et frais d'annulation, annulation/résolution par certains participants et maintien du voyage pour les autres, consultez les articles 6, 6.1 et 6.2 dans nos conditions de vente.

## DÉTAILS DU VOYAGE

### **Niveau physique et préparation**

Niveau Tranquille.

Randonnées à pied de 3 à 5 heures par jour sans difficultés techniques (dénivelés positifs et négatifs maximum : 350m) accessibles pour toute personne en bonne condition physique.

### **On sera combien ?**

De 4 à 15 personnes

## On dort où ?

En hôtel à El Medano en chambre double / twin le jour 1.

En appart hôtel de 1 ou 2 chambres et 1 salle de bains, en chambre double / twin à Hermigua les jours 2 et 3.

En hôtel à Santiago del Teide en chambre double / twin du jour 4 au jour 7.

Si vous vous inscrivez seul(e) à moins d'un mois du départ ou souscrivez sur demande à l'hébergement en chambre individuelle (sujette à disponibilité, salle de bains susceptible d'être partagée avec une autre chambre en appartement), un supplément vous sera facturé lors de votre réservation.

## Chambre individuelle

Vous pouvez souscrire lors de votre réservation un supplément pour bénéficier d'une chambre individuelle (dans les hébergements où cela est possible), à partir de 362€ selon les dates et disponibilités.

## A table !

Les petits déjeuners sont pris aux hébergements ou dans des cafétérias proches.

Les pique-niques en randonnée sont préparés par le guide, principalement à base de produits locaux (pain, fromages 'semi curados' locaux type brebis ou chèvre, charcuteries locales, fruits locaux -la banane est reine aux Canaries !-, agrémentés selon le jour et les possibilités de tortilla espagnole faite maison, d'avocats locaux, de figues séchées, de houmous...

Les dîners inclus se prennent dans de petits restaurants proches des hébergements, mettant à l'honneur la richesse de la gastronomie canarienne, viandes ('carne fiesta' de porc, viande de chèvre...) et poissons (poisson très local : le 'cherne', le bar, mais aussi les petits fruits de mer), ainsi que des sauces relevées uniques accompagnées d'almogrote (la pâte de fromage de chèvre au poivron rouge, ail et huile d'olive star) ou de petites pommes de terre à la cuisson spéciale : le 'mojo picón' et le 'mojo verde'. Un régal en quantités généreuses !

## La toilette (et les toilettes)

Selon la période et la disponibilité, il est possible qu'une salle de bains soit partagée entre deux chambres twin/doubles et/ou individuelles.

A noter que les contraintes locales font que les ballons d'eau chaude dans les hébergements ont une contenance basse (environ 30-40L), l'accès à l'eau chaude est donc limité. Il s'agit de s'organiser avec son camarade de chambre pour que tout le monde ait droit à cette précieuse chaleur !

## Suivez le guide !

Guide officiel des îles Canaries, local, francophone, expert de l'île !

Le guide sera présent pour certains petits déjeuners et certains dîners, et vous donnera toutes les informations nécessaires pour les repas en cafétéria et restaurant à Tenerife où il ne pourra pas être présent.

## On se déplace comment sur place ?

En minibus privé et en ferry pour La Gomera.

## Vos bagages voyagent aussi...

Les transferts et le transport des bagages se font en minibus privé.

Pendant les randonnées vous porterez uniquement un petit sac à dos avec le nécessaire pour votre journée de randonnée (appareil photo, gourde, pique-nique...)

## On se donne RDV où ?

Pour les personnes voyageant sur le vol de référence, votre guide vous accueillera à l'aéroport de Tenerife Sud et vous accompagnera à l'hébergement.

Pour les personnes voyageant sur un vol différent ou arrivant de province, le rendez-vous est fixé directement à l'hébergement dont nous vous fournirons l'adresse une semaine avant le départ.

Vous pouvez également réserver un transfert supplémentaire depuis/vers Tenerife Sud ou Tenerife Nord. Pour plus d'informations, s'adresser à un conseiller.

## Esprit du voyage

La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas : des imprévus sont toujours possibles. Dans ces moments là, adoptez la Nomade attitude : patience et tolérance.

## BUDGET

### Budget sur place

Prévoir un budget pour les repas non compris (repas des J1 et J8 et diner du J7), les boissons et vos dépenses personnelles.

### Pourboires

Nous vous recommandons un montant entre 20 et 25 € par participant. Ce sont des règles de savoir-vivre évidentes mais il ne nous paraît pas inutile de vous les rappeler. Toutefois, il est important de considérer que le pourboire, demeurant facultatif (n'étant pas une partie du salaire), doit être accordé en fonction de votre niveau de satisfaction du travail et des petites attentions de l'équipe locale.

#### NIVEAU DE VIE

Voici quelques repères sur le niveau de vie aux Canaries :

- La monnaie est : l'Euro.
- Le salaire mensuel net moyen : 1300 €.
- Le prix moyen d'un repas : environ €.

## EQUIPEMENT

### Petit équipement personnel

- . Lunettes de soleil
- . Gourde isotherme (1 L min.) et une boîte hermétique pour les pique niques
- . Lampe de poche et/ou lampe frontale
- . Briquet pour brûler vos détritrus (à mettre dans le bagage en soute)
- . Couteau pliant (à mettre dans le bagage en soute)
- . Nécessaire de toilette (produits biodégradables de préférence)
- . Papier de toilette (biodégradable si possible)
- . Serviette de toilette à séchage rapide
- . Protections auditives anti-bruit
- . Chapeau ou casquette couvrante sur le cou
- . Une paire de bâtons télescopiques (facultatifs, à mettre dans le bagage en soute) : facilitent la marche dans les montées et permet d'économiser les articulations dans les descentes.

### Pharmacie personnelle

- Crème solaire haute protection + crème labiale à ne pas oublier.
- Elastoplast et double peau.
- Antidiarrhéique.
- Antalgique.
- 1 collyre.
- Médicament pour la gorge.
- 1 anti-inflammatoire.
- 1 antibiotique à large spectre .
- Vos médicaments personnels.

### On prend quels bagages ?

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs : 1 petit sac à dos d'environ 30L et 1 sac de voyage avec cadenas de 20kg maximum.

- Votre sac à dos à la journée :

Chacun porte un petit sac à dos pouvant contenir les vivres de la journée (pique-nique, gourde, vêtement de pluie, veste chaude, appareil photo...).

- Votre sac de voyage :

Il contiendra toutes vos affaires pour vos 8 jours de voyage. Pensez à voyager léger.

Vos sacs seront transportés par minibus (privilégiez des sacs souples), toutefois vous aurez parfois à porter vos affaires en ville sur quelques centaines de mètres, pour cette raison toutes vos affaires devront être contenues dans un seul sac à dos ou sac de voyage.

## **On met quoi dans la valise ?**

A adapter selon la saison :

- 1 polaire
- 6 tee-shirt manches courtes et 2 manches longues (en fibre technique de préférence).
- 2 pantalons de randonnée ample (pas de jean ou de pantalon trop serré et rigide).
- 1 short ou bermuda
- 1 tenue de rechange confortable pour le soir
- 7 paires de chaussettes
- Sous-vêtements
- Cape de pluie protégeant également les sacs
- Veste coupe vent imperméable
- Maillot de bain.

Chaussures :

- Chaussures de randonnée montantes (afin de bien tenir la cheville) et imperméables, semelle antidérapantes.
- Tennis ou sandales pour le soir.
- Une paire de chaussures de sport de rechange.

## **FORMALITÉS ET SANTÉ**

### **Formalités spécifiques**

Passeport ou carte d'identité en cours de validité pour les ressortissants Français et la carte européenne d'assurance maladie. Pour les ressortissants d'autre pays, se renseigner auprès de votre consulat.

À partir de **lundi 9 octobre 2023**, par exigence légale en Espagne, nous avons besoin des informations suivantes de chaque client pour pouvoir confirmer les réservations d'hébergement et transport (location de voiture), ainsi que certaines autres prestations (ferries et permis) :

1. Prénom (comme écrit sur le document de voyage)
2. Nom (comme écrit sur le document de voyage)
3. Nationalité
4. Type de Document (CNI ou Passeport)
5. Numéro de Document
6. Date de Naissance
7. Numéro de Téléphone

Les données seront traitées selon la "Ley de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales et le Real Decreto 933/2021, de 26 de octubre de Obligación de registro de viajeros."

Sans ces informations, la réservation ne sera pas confirmée.

A partir du 15 janvier 2017, une autorisation de sortie de territoire, pour tout mineur français voyageant à l'étranger sans ses parents, sera obligatoire. En conséquence, l'enfant mineur qui voyage sans ses parents devra présenter les

trois documents ci-après :

- . Pièce d'identité du mineur : carte d'identité ou passeport selon les exigences du pays de destination.
- . Formulaire d'autorisation de sortie du territoire, signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (information disponible sur le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr))
- . Photocopie du titre d'identité du parent signataire.

Nous attirons votre attention sur le fait que l'autorisation de sortie du territoire concerne tous les mineurs voyageant sans leurs parents, qu'ils aient un passeport ou pas.

D'autre part, si vous voyagez seul(e) avec votre enfant (sans son autre parent) et que vous êtes séparé(e) ou divorcé(e) de l'autre parent, nous vous invitons en fonction de votre situation personnelle (jugement de divorce, jugement fixant la garde des enfants ou autres) à vérifier auprès des autorités administratives compétentes, que vous n'êtes pas empêchés de quitter de le territoire français, sans l'accord de l'autre parent. En outre, si le mineur voyage sans ses parents avec une personne majeure, les parents du mineur devront communiquer à NOMADE leurs coordonnées accessibles (tél., e-mail...) durant le voyage pour permettre au mineur ou au responsable NOMADE, d'établir un contact direct avec sa famille.

## Passeport

Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants français, belges ou suisses. Pour les autres nationalités, nous sommes à votre disposition pour vous accompagner dans vos démarches.

Si vous voyagez avec vos enfants, sachez que, dorénavant, les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir un passeport individuel. La législation française stipule que les mineurs voyageant avec leurs deux parents, ou un seul des deux, n'ont pas besoin d'être en possession d'une autorisation de sortie du territoire. En revanche, ce document est obligatoire (depuis le 15 janvier 2017) si cette condition d'accompagnement n'est pas remplie. Dans ce dernier cas, l'enfant devra présenter : passeport (ou carte d'identité, selon les exigences du pays de destination) ; le formulaire d'autorisation de sortie du territoire, signé par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale (le formulaire d'autorisation de sortie du territoire est accessible sur le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)) ; une photocopie du titre d'identité du parent signataire.

Lorsqu'un mineur voyage avec l'un de ses parents dont il ne porte pas le nom, il est fortement conseillé soit de pouvoir prouver la filiation (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15392>), soit de présenter une autorisation de sortie du territoire (formulaire Cerfa n° 15646\*01) dûment remplie et signée par l'autre parent avec copie de sa pièce d'identité. Cette autorisation ne dispense pas de l'accomplissement de toute autre formalité spécifique à la destination concernant les mineurs.

Depuis le 1er janvier 2014, les cartes nationales d'identité sécurisées françaises délivrées à des majeurs entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 ont automatiquement une durée de validité étendue de 5 ans, sans modification matérielle du titre. Ainsi, la carte d'une personne majeure au moment de la délivrance portant comme date de fin de validité le 23 avril 2014 sera en réalité valable jusqu'au 23 avril 2019. De façon à éviter tout désagrément pendant votre voyage (les autorités espagnoles n'ayant pas précisé leur position quant à cette mesure), il vous est fortement recommandé de privilégier l'utilisation d'un passeport valide à une CNI portant une date de fin de validité dépassée, même si elle est considérée par les autorités françaises comme étant toujours en cours de validité.

Si vous voyagez uniquement avec votre carte nationale d'identité, vous pourrez télécharger et imprimer une notice multilingue expliquant ces nouvelles règles en allant à l'adresse suivante :

<http://media.interieur.gouv.fr/interieur/cni-15ans/document-a-telecharger-espagne.pdf>

De nouvelles mesures de sécurité sont entrées en vigueur dans les aéroports : les appareils électroniques (smartphones, tablettes, portables...) doivent être chargés et en état de fonctionnement pour tous les vols allant ou passant par les Etats-Unis et Londres. Les agents de contrôle doivent pouvoir les allumer. Par précaution, ayez votre chargeur à portée de main. Si votre appareil est déchargé ou défectueux, il sera confisqué. Cette mesure étant susceptible d'être étendue à d'autres aéroports, nous vous conseillons de charger vos appareils électroniques avant le vol quelle que soit votre destination.

## Visa

Pas de visa pour les ressortissants français, belges ou suisses. Pour les autres nationalités, nous sommes à votre disposition pour vous accompagner dans vos démarches.

Besoin d'un VISA : [Cliquer ici](#)

## **Vaccins obligatoires**

Pas de vaccination obligatoire.

## **Vaccins conseillés**

Comme toujours et partout, il est important d'être protégé contre :

- diphtérie, tétanos, poliomyélite, mais aussi rougeole et coqueluche ;
- hépatites A et B.

## **Préventions contre le paludisme**

Totalement absent.

## **Autres risques parasitaires, infectieux et traumatiques**

Si, comme dans tous les pays d'Europe, le voyageur n'est pas exposé aux risques sanitaires « exotiques », les risques comportementaux ou environnementaux peuvent être les mêmes qu'ailleurs.

# ASSURANCES



## Pourquoi souscrire une assurance voyage ?

En souscrivant une assurance voyage avec *Nomade Aventure*, profitez de l'aide de notre Service Client pour vos démarches et bénéficiez des garanties dans les meilleurs délais.

Surtout, **voyagez l'esprit tranquille en toute situation**, car pour vous prémunir de tout risque lié à une pandémie, notamment celle du Covid-19, nous avons étendu les garanties de nos contrats d'assurance :

Remboursement de toutes les sommes engagées dans le cas où vous devez annuler votre voyage pour les motifs suivants :

- si vous êtes désigné cas contact dans les 14 jours précédents le départ,
- si vous tombez malade du Covid-19 (ou une autre pandémie) avant de partir,
- si vous êtes testé positif (suite prise de température ou résultat d'un test PCR et/ou antigénique) le jour du départ,
- s'il est contraindiqué que vous partiez en voyage par un médecin, suite au contexte vaccinal dans le pays de destination...

La franchise retenue sera celle du MOTIF MEDICAL de votre contrat d'assurance.

## Quel contrat choisir ?

### • Assurance Tranquillité (4,20 % du prix de votre voyage)

Vous bénéficiez d'une protection complète :

- Frais d'annulation pour toutes causes justifiées.
- Frais médicaux, chirurgicaux, pharmaceutiques et d'hospitalisation dans le monde entier.
- Frais de recherche et de secours en mer ou en montagne.
- Frais de rapatriement.

Indemnisation en cas de retard d'avion, vol, perte et détérioration de vos bagages.

Voyage de compensation.

### • Assurance Tranquillité Carte Bancaire (3,20 % du prix de votre voyage)

Vous bénéficiez exactement des mêmes garanties que celles du contrat Tranquillité, à la seule différence qu'il vient compléter les garanties proposées par votre assurance carte bancaire.

Important : en cas de sinistre, vous devez contacter en premier lieu l'assureur de votre carte bancaire.

A noter : ce contrat est réservé exclusivement aux titulaires de cartes **Visa Premier, Gold MasterCard, Infinite Platinum**, délivrées par une banque française, belge ou suisse, et ayant réglé l'intégralité du séjour avec leur carte bancaire.

## Comment ça marche en cas de pépin pendant le voyage ?

### Le bon réflexe : appelez !

Dès la survenue du problème, et avant d'engager quelque frais que ce soit, appelez Mutuaide Assistance au 01 45 16 43 19 (depuis l'étranger : +33 (0)1 45 16 43 19 - Fax : +33 (0)1 45 16 63 92), ou demandez à l'équipe locale de vous assister.

Le plateau d'assistance est disponible 24h/24 et 7 jours/7.

## Informations pratiques

Les infrastructures sanitaires sont, bien sûr, satisfaisantes partout, mais le coût des soins dans certaines structures

privées réclame que l'on vérifie toutes les clauses du contrat d'assurance-assistance souscrit avant le départ.

## LE PAYS

### **Us et coutumes**

Dans toutes les Canaries, vous trouverez de nombreuses coutumes et traditions, dont la plupart impliquent une fantastique atmosphère de fête, des couleurs vives et une bonne gastronomie. Pour les visiteurs, participer aux traditions de Ténérife ou les regarder, sera une expérience dynamique, vibrante et mémorable. Le Carnaval est la plus grande fête de l'année sur l'île et se déroule entre février et mars. Les dates changent chaque année.

A La Gomera, vous aurez l'occasion de découvrir les coutumes les plus originales de l'île, comme le "silbo" et le "salto del pastor" !

### **Climat**

Quasiment tout au long de l'année, le climat est doux et les températures ressenties au niveau de la mer sont stables (16-26 °C). Le ciel offre plus de 2 800 h d'ensoleillement par an !

Seules les zones culminant à plus de 1 900 m sont parfois exposées au gel et à la neige. Cela étant, les variations existent : la "calima", ce vent chaud chargé de sable en provenance du Sahara, peut faire grimper le thermomètre à 28 °C en février et, à contrario, la "tormenta" (pluies diluviennes), en avril, peut imposer momentanément un frisquet 16 °C.

### **Faune et flore**

Malgré sa superficie réduite de 2034 km<sup>2</sup>, l'île de Tenerife possède une surprenante diversité écologique découlant de conditions environnementales spéciales : l'orographie accidentée de l'île permet une grande variété de microclimats, d'où une flore riche et variée avec 1 400 espèces de plantes. Tenerife comprend notamment 400 espèces de poissons et plus d'une cinquantaine d'espèces d'oiseaux, quelques espèces de tortues marines et de cétacés.

A La Gomera, sur la côte, on trouve des euphorbes et des plantes grasses typiques du "maquis" canarien, mais c'est aussi là que se manifeste la laurisylve dans ce qu'elle a de plus spectaculaire, à admirer dans la cathédrale brumeuse qu'est le parc national de Garajonay !

### **Informations pratiques**

Les infrastructures sanitaires sont, bien sûr, satisfaisantes partout, mais le coût des soins dans certaines structures privées nécessite de vérifier toutes les clauses du contrat d'assurance-assistance souscrit avant le départ.

### **Télécommunications**

Dorénavant, il n'y a plus de frais de roaming en Europe.

Pour appeler depuis l'Espagne vers la France, composez le 00 33 (+ 33 depuis un téléphone portable) puis le numéro de votre correspondant à 9 chiffres (c'est-à-dire le numéro à 10 chiffres sans le 0).

### **Décalage horaire**

Il y a 1 heure de décalage entre l'archipel et le continent. Ainsi, lorsqu'il est 11h aux Canaries, il est 12h en France.

### **Electricité**

Les prises de courant standard en Espagne sont de 220 V. Vous n'avez pas besoin d'un adaptateur.

### **Bibliographie**

- Guide du routard Canaries 2018.
- Guide Evasion Canaries, édition Hachette.
- Carnet de voyage Tenerife, Petit Futé.
- Iles Canaries, Institut Géographique National.
- Cartes Iles Canaries Michelin.

### **Cartographie**

- Carte IGN 86203 ILES CANARIES 1/150.000, janvier 2014
- Carte Michelin Zoom Espagne n°125, ILES CANARIES 1/150.000, janvier 2017

# **TOURISME RESPONSABLE**

## **Nomade Aventure s'engage dans un tourisme durable**

Depuis 2019, nous nous efforçons d'appliquer les exigences des recommandations de la norme internationale NF ISO 20611 sur les bonnes pratiques en matière de durabilité dans le tourisme d'aventure. Ainsi, nous défendons et mettons en pratique, une vision du voyage durable et engagée, dans 5 domaines essentiels :

### **1/ Réduire notre empreinte carbone**

Depuis 2018, 100% des émissions de CO2 de vos voyages sont absorbées. Et depuis 2020, les deux tiers de nos voyageurs en Europe continentale sont incités à partir en train plutôt qu'en avion ! En savoir plus...

### **2/ Améliorer la gestion des déchets**

Sur nos voyages, bouteilles en plastique et couverts jetables sont bannis. Au sein de l'entreprise, tri des déchets, produits d'entretien écologiques, etc. En savoir plus...

### **3/ Protéger la faune**

Depuis 2019, nous appliquons notre « Charte sur le respect de la vie animale » : ne pas perturber leur habitat, respecter une certaine distance, prendre soin des animaux de bât, etc. En savoir plus...

### **4/ Soutenir les populations locales**

Nous appliquons depuis 2019 notre « Charte de l'accueil communautaire ». Nous soutenons financièrement des projets locaux de protection de l'enfance et d'aide au développement économique. En savoir plus...

### **5/ Favoriser l'accessibilité**

Un tour opérateur d'aventure qui propose des voyages adaptés aux Personnes à Mobilité Réduite (hébergements, véhicules, étapes...) ? Mais oui, l'aventure ce n'est pas que le trek ! En savoir plus...

### **Et vous que pouvez-vous faire ?**

Pour commencer, prendre connaissance et appliquer les 15 commandements du voyageur responsable avant, pendant et après le voyage.

## **Les 15 commandements du voyageur responsable**

Chacun de nous peut contribuer à être un voyageur responsable, attentif au monde et à ses habitants, en suivant quelques conseils avant, pendant et après le voyage.

- Avant le voyage

- 1- Choisissez des professionnels engagés dans le tourisme responsable
- 2- Vous informer, apprendre quelques mots dans la langue du pays...
- 3- N'emportez que l'essentiel et ramenez des souvenirs fabriqués localement
- 4- Gardez l'esprit critique

- Pendant le voyage

- 5- Adoptez les us et coutumes locaux
- 6- Avant de photographier une personne, prenez le temps de lui demander
- 7- Comme chez vous, trie les déchets et économisez les ressources
- 8- Préservez les sites visités
- 9- Préférez le don aux associations plutôt que la mendicité
- 10- Dénoncez l'exploitation sexuelle des enfants

- Après le voyage

- 11- Honorez vos engagements
- 12- Signalez les situations graves et intolérables remarquées
- 13- Compensez les émissions liées à votre voyage
- 14- Soutenez des initiatives locales
- 15- Partagez votre expérience

# Bon voyage !



#nomadeaventure



**NOMADE**  
AVENTURE

#### PARIS

40, rue de la Montagne  
Sainte-Geneviève 75005 Paris  
**01 46 33 71 71**

#### TOULOUSE

43, rue Peyrolières  
31100 Toulouse  
**05 62 30 10 77**

#### LYON

10, quai Tilsitt  
69002 Lyon  
**04 72 44 13 50**

#### NANTES

14, rue Racine  
44100 Nantes  
**02 85 52 28 20**

---

**NOMADE AVENTURE** [www.nomade-aventure.com](http://www.nomade-aventure.com) • SAS, capital : 37 666€, siège social : 40, rue de la Montagne-Sainte-Geneviève 75005 Paris • Tél. : 01 46 33 71 71 • RCS Paris 384 748 315 • ATOUT FRANCE n° IM075100013 • Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : MMA contrat n° 127 11 3949 - N° ORIAS 18008296 - [www.orias.fr](http://www.orias.fr) • Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit & Caution (RCS Paris 380 810 283).

---