

TREK DANS LE PARC DE SINGALILA, ENTRE DARJEELING ET SIKKIM

Ce trek nous emmène à la découverte de l'est de l'Himalaya indien. Nous marchons au cœur du parc national de Singalila, avec des vues splendides sur les plus hauts sommets du monde: Everest, Makalu, Kanchenjunga... Loin des itinéraires fréquentés, nous plongeons dans un Himalaya préservé aux saveurs très « british ». Darjeeling est la porte d'entrée du massif. Nous empruntons le « Toy Train », un train d'altitude qui serpente lentement entre champs de blé et plantations de thé. Nous randonnons ensuite sur les sentiers et approchons des plus hauts sommets du globe. Après trois jours de marche, ils s'offrent à nous. Le Kanchenjunga, l'Everest, le Makalu, le Lhotse ferment l'horizon de leurs 8 000 m de roche et de glace. Plus près de nous, conifères, magnolias, rhododendrons et bambous ornent le chemin. Nous finissons notre itinéraire au Sikkim dans une région baignée par la culture bouddhiste. Nous visitons l'institut de tibétologie de Gangtok et le monastère de Rumtek aux peintures cosmiques uniques.

 Région	Inde: Ladakh et Zanaskar
 Activité	Culture et randonnée Trek
 Durée	13 jours
 Groupe	4 à 15 personnes
 Code	ISIK
 Prix	A partir de 1 800 €
 Niveau	3/5
 Confort	3/5
 Langue(s)	français

PROGRAMME

📍 Jour 1 Vol pour Bagdogra, transfert jusqu'à Kurseong

Envol pour Bagdogra via Delhi, puis transfert à Kurseong une petite ville de montagne entourée de plantations de thé. Nous nous installons chez l'habitant dans une de ces plantations. Nos hôtes qui y travaillent nous font découvrir tous les secrets de la culture du thé de Darjeeling. Repas et soirée chez l'habitant.

Hébergement : Chez l'habitant

Repas et soirée chez l'habitant

Déjeuner libre

📍 Jour 2 Kurseong (1460 m) - Train pour Darjeeling (2135 m)

Le matin, nous visitons une fabrique de thé et y observons le processus de production. Avec un des membres de notre famille d'accueil, nous nous baladons dans les plantations à la rencontre de leurs amis cueilleurs. Déjeuner chez l'habitant puis départ à bord du mythique "toy train" à destination de la gare de Darjeeling. Le train de Darjeeling, affectueusement surnommé "toy train" (train miniature), est l'une des rares voies ferrées de montagne encore en service en Inde. Inauguré en 1881, il est classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Loin de tumulte du centre ville, nous dormons deux nuits chez l'habitant dans un village de montagne situé à quelques kilomètres de Darjeeling.

Transport : Train

Hébergement : Chez l'habitant

📍 Jour 3 Excursion à Tiger Hill (2590 m) - Visite de Darjeeling

Très tôt le matin, nous prenons la route pour Tiger Hill, le point de vue incontournable situé à 11 km de Darjeeling. Le lever du soleil est tout simplement spectaculaire avec une vue panoramique sur les plus hauts sommets du massif de l'Himalaya: l'Everest (8848 m), le Lhotse (8501 m), le Makalu (8475 m), le Kanchenjunga (8598 m)...Après ce beau spectacle nous prenons le chemin retour. Nous petit-déjeunons chez nos hôtes puis départ pour la visite de la mythique ville de Darjeeling, connue évidemment pour son excellent thé.

Hébergement : Chez l'habitant

📍 Jour 4 Darjeeling - Rimbhick (2000 m)

Nous quittons notre famille d'accueil et partons pour Rimbhick, le point de départ de notre trek, situé à 90 km à l'ouest de Darjeeling (5h de trajet), et à quelques kilomètres seulement de la frontière indo-népalaise.. Durant 6 jours nous marchons à travers le parc national de Singalila avec des vues fantastiques sur l'Himalaya, du Népal jusqu'au Sikkim et au Bhoutan. La végétation y est abondante avec notamment des forêts de rhododendrons, de magnolias géants, de chênes et de bambous. Arrivés à Rimbhick, nous partons nous balader autour du village. L'aventure commence!

Hébergement : Lodge.

📍 Jour 5 Rimbhick - Gorkhey (2300 m).

Notre journée commence en douceur par une descente jusqu'à la rivière de Siri Khola, puis une montée régulière nous conduit à Raman. Durant la journée nous traversons de belles forêts peuplées de nombreuses espèces d'oiseaux. Sur notre chemin, nous découvrons également quelques petits hameaux isolés avec leurs cultures en terrasses et habités par des ethnies différentes: Rai, Limbu, Sherpa...

- 5h heures de marche

- Dénivelé plus : 775

- Dénivelé moins : 414

- Hébergement : Lodge.

📍 Jour 6 Gorkhey - Phalut (3600 m).

Notre journée commence par une montée raide puis progressive jusqu'à Phalut, un carrefour important entre le Népal, le Sikkim et le Bengale Occidental. Notre journée de marche est récompensée par une vue panoramique sur les plus hauts sommets de l'Himalaya : Everest, Makalu, Lhotse, Kanchenjunga, Chomolhari...

- 5 à 6 heures de marche
- Dénivelé plus : 1300
- Hébergement : Lodge

📍 Jour 7 **Phalut - Sabargram - Sandakphu (3636m)**

La journée de marche est assez longue mais il y a peu de dénivelés. De Phalut, nous suivons la crête vers le sud en direction de Sabargram, un des plus beaux points de vues de ce trek. Nous continuons notre marche le long de la crête jusqu'à Sandakphu, le point le plus haut de notre trek. Tout au long de la journée, nous profitons de la belle vue sur l'Himalaya.

- 6 à 7 heures de marche
- Dénivelé plus : 600
- Dénivelé moins : 450
- Hébergement : Lodge.

📍 Jour 8 **Sandakphu - Tumling (3000 m).**

Nous entamons une longue descente à travers les denses forêts de rhododendrons, de châtaigniers et de magnolias. Nous ferons plusieurs haltes dans les petites échoppes pour siroter du thé local.

- 6 à 7 heures de marche
- Dénivelé plus : 400
- Dénivelé moins : 1000
- Hébergement : Lodge.

📍 Jour 9 **Tumling - Maneybhanjyang - Takdah.**

Nous continuons la descente jusqu'à Maneybhanjyang, en profitant de quelques points de vues spectaculaires sur les collines aux alentours de Darjeeling. Plus haut se dresse majestueusement le sommet de Kanchenjunga. Sur le chemin, nous visitons le monastère des Nyingmapas venus du Tibet. Nous terminons notre trek à Manebhanjyang où nous prenons la route pour Takdah.

- 4 à 5 heures de marche
- Dénivelé moins : 900
- Hébergement : Hôtel

📍 Jour 10 **Takdah - Monastère de Pemayangtse - Pelling.**

Nous continuons la descente jusqu'à Maneybhanjyang, en profitant de quelques points de vues spectaculaires sur les collines aux alentours de Darjeeling. Plus haut se dresse majestueusement le sommet de Kanchenjunga. Sur le chemin, nous visitons le monastère des Nyingmapas venus du Tibet. Nous terminons notre trek à Manebhanjyang où nous prenons la route pour Pelling.

- Hébergement : Chez l'habitant.

📍 Jour 11 **Pelling - Visite de Gangtok et ses monastères.**

De Pelling nous avons une belle vue sur le massif de Kanchenjunga. Les plus courageux peuvent se lever à l'aube pour profiter du lever de soleil. Après le petit-déjeuner, nous prenons la route pour Gangtok, la capitale du Sikkim qui s'étage le long d'une crête et offre une vue splendide sur le Kanchenjunga. Cette ville est essentiellement habitée par les tibétains. Nous visitons le monastère de Enchey, probablement le plus beau de la région. Nous faisons également un détour par "Namgyal Institute of Tibetology" fondé en 1958 pour promouvoir les recherches sur le bouddhisme et la culture tibétaine.

- Hébergement : Hôtel.

♥ Jour 12 **Gangtok - Monastère de Rumtek - Kalimpong.**

Après le petit-déjeuner, nous prenons une belle route sinueuse pour Rumtek. Le vaste monastère fortifié comprend plusieurs bâtiments et écoles religieux. Après la visite de monastère, nous continuons la route jusqu'à Kalimpong, ville carrefour qui s'est développée grâce aux commerces avec le Tibet et le Bhoutan.

- Hébergement : Hôtel.

♥ Jour 13 **Kalimpong - Bagdogra - Delhi.**

Route pour Bagdogra, où nous prenons le vol domestique pour Delhi, puis vol international pour Paris. Arrivée le jour 14 à Paris.

Fin de séjour

Notes sur le voyage :

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. Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre équipe d'encadrement se réserve le droit de modifier cet itinéraire de façon à assurer au mieux le déroulement du séjour et votre sécurité. Toujours pour des raisons de sécurité, l'encadrement et l'organisation se réservent le droit d'interrompre votre participation si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas cette interruption ne pourra donner lieu à un remboursement ou versement d'indemnités.

DATES & PRIX

Départs pour les groupes parlant français :

Pas de départ pour l'instant

Code voyage: ISIK

Le prix comprend

- Les vols Delhi / Bagdogra / Delhi
- Le train entre Kurgeong et Darjeeling
- L'hébergement en lodge, chez l'habitant
- L'hébergement en hôtel simple à Pelling et Kalimpong
- La pension complète sauf repas à Delhi
- L'encadrement par un guide anglophone Altaï durant tout le séjour pour 2 et 3 participants
- L'encadrement par un guide francophone Altaï durant tout le séjour à partir de 4 participants
- Le permis spécial pour le parc national de Singalila
- Les entrées des sites pour les visites prévues dans l'itinéraire

Le prix ne comprend pas

- Les entrées dans les sites à Delhi
- Visa Indien
- Vol international
- Le supplément en chambre individuel (145€)
- Le supplément "petit groupe" pour 2 et 3 personnes (nous consulter)
- Assurance rapatriement
- Les repas à Delhi (~ 5 à 15 €/ repas)
- Pourboires, toutes dépenses & équipements personnels, boissons, sac de couchage et tout ce qui n'est pas dans "LE PRIX COMPREND"

Remarques

Depuis de nombreuses années, nous mettons notre savoir-faire et notre expérience des destinations Himalayennes au service de voyageurs venant de différents horizons. Vous pourrez donc retrouver dans vos groupes des participants venant de nos différents partenaires.

Conditions de paiement et d'annulation

Inscription

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n'est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 35% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 35 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site. Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.

Facturation

Une fois votre réservation enregistrée, nous vous envoyons par mail votre facture. Le solde doit nous parvenir au moins 35 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Altaï Nepal se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.

Annulation

Conditions et frais d'annulation :

Vous devez nous faire connaître votre décision d'annulation par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé réception, et c'est la date de réception de ce courrier qui déterminera la date de votre annulation.

Si vous annulez votre voyage, pour quelque raison que ce soit, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

Si le désistement a lieu :

Jusqu'à 31 jours avant le départ: 30% du montant total du dossier (hors assurance).

De 30 à 21 jours : 40 % du montant total du dossier (hors assurance)

De 20 à 14 jours avant la date du départ : 50% du montant total du dossier (hors assurance).

De 13 à 7 jours avant la date du départ : 75% du montant total du dossier (hors assurance).

A moins de 7 jours avant la date du départ : 100% du montant total du dossier (hors assurance).

Cas particuliers:

Quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat, les frais suivants s'ajoutent au barème ci-dessus :

- Frais fixes aériens : si votre billet d'avion doit être émis longtemps à l'avance, souvent pour vous éviter des suppléments importants, 100% des frais non remboursables en cas d'annulation ou de modification de votre plan de vol vous seront facturés. Dans ce cas le barème ci-dessus ne s'applique que sur le prix du voyage sans le vol.
- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation.
- Frais d'assurance : que vous ayez souscrit une assurance multirisques ou une assurance annulation, le montant de l'assurance est dû et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement.

Voyage en groupe :

Si Altaï Népal se trouve dans l'obligation d'annuler un départ en groupe, en raison du nombre insuffisant de participants, la décision sera prise et les clients informés au plus tard 21 jours avant le départ. Altaï Népal peut également annuler un départ suite à des événements exceptionnels, relevant notamment des cas de force majeure (éruption volcanique, événements sociaux, grèves, intempéries) pouvant porter atteinte à la sécurité des participants. Dans ces cas, les participants seront remboursés intégralement des sommes qu'ils ont versées sans toutefois pouvoir prétendre à aucune indemnité.

Modification du contrat

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Altaï Nepal, ces frais seront à la charge du client. Dans tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit. Altaï Nepal pourrait modifier des éléments au contrat de voyage, si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient. Nos clients en seraient informés par écrit dans les plus brefs délais.

Prix et révision des prix

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage. Les tarifs sont confirmés lors de l'inscription. Si le nombre de participants est inférieur au minimum requis, un "supplément petit groupe" peut être appliqué. Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses dans ce prix. Toute modification des taux de change, des prix des différents éléments composant un voyage et en particulier le prix des carburants peut entraîner un réajustement tarifaire.

Cession du contrat

En cas de cession du contrat par le client à un cessionnaire, les conditions de modification et d'annulation s'appliquent.

Assurance

Nous vous invitons à souscrire une assurance avant votre départ garantissant les activités pratiquées avec Altaï Népal. Le détail des assurances proposées est disponible sur cette page: <https://nepal.altaibasecamp.com/fr/assurance>

Dans le cas où vous ne souscrivez pas d'assurance avec nous, nous vous demandons de bien vouloir nous communiquer par mail les informations de votre contrat d'assurance (nom de la compagnie, nom du contrat, n° de police d'assurance, n° de téléphone) et d'emporter ces informations avec vous lors de votre séjour.

Encadrement

A votre arrivée à Delhi, vous serez accueillis par un représentant Altaï, qui vous donnera les premières informations sur le voyage et vous aidera à l'enregistrement de vos bagages pour le vol à destination de Bagdogra, où vous attendra votre guide francophone pour votre séjour en Inde Himalayenne. Ce voyage est encadré par un guide accompagnateur professionnel Népalais francophone faisant partie de l'équipe Altaï. Durant le trek, il est secondé par une équipe indienne pour assurer la logistique du séjour. A Delhi, tous les transferts et les éventuelles visites sont assurés par un guide local indien.

Alimentation

La cuisine indienne est riche et variée, épicée et savoureuse. Cette région étant en zone frontalière, vous aurez également l'occasion de goûter aux spécialités du Népal, du Tibet et du Bhoutan. Durant le trek, les repas seront simples mais copieux. Toutes les boissons sont à votre charge.

Hébergement

A Delhi et dans les villes en général, vous êtes hébergés en hôtel 3*. A Kurseong, Darjeeling et Gangtok, vous dormez chez l'habitant. Pour le reste du séjour, vous dormez en lodge ou chez l'habitant. Un "lodge" est une maison népalaise aménagée pour recevoir des randonneurs. D'un confort variable, ce ne sont certes pas des hôtels mais ils permettent d'effectuer un trekking dans des conditions appréciables, et ce même en altitude : lit, matelas, tables et chaises, toilettes, etc. Par ailleurs, l'utilisation de lodges permet de réduire considérablement le nombre des porteurs et donc d'alléger l'infrastructure du trekking.

Déplacement et portage

Déplacement en minibus et en avion, avec des compagnies locales. Entre Kurseong et Darjeeling, nous utilisons le mythique "toy train" de Darjeeling.

Budget et change

En Inde, la monnaie nationale est la roupie. 1 euro ~ 73 Roupies . Les monnaies les plus faciles à négocier sont l'euro et le dollar américain (espèces ou travellers chèques). Les cartes de crédit sont acceptées dans les boutiques des grands hôtels. Vous pouvez retirer ou changer des devises à Delhi et Leh.

Pourboires

Le pourboire est encore très présent en Asie, en général, et en Inde en particulier. Lié à la satisfaction du client, il fait partie intégrante de la culture du pays : indépendant du niveau de salaire, le pourboire est pris par les Indiens comme un signe d'appréciation. Son montant dépend donc de votre appréciation du service rendu et de votre générosité. Votre guide peut vous aider sur ce sujet en faisant une enveloppe collective. Comme pour l'argent, si vous avez des vêtements à donner, n'hésitez pas à passer par le guide qui fera une répartition équitable. Par ailleurs, nous vous demandons expressément de ne pas donner des bonbons et/ou des barres énergétiques/chocolatées aux enfants. Idem pour les médicaments : ils ne sont pas forcément adaptés aux Indiens qui ont, de plus, beaucoup de mal à suivre la bonne posologie.

Équipement indispensable

Les vêtements, des pieds à la tête:

- Chaussures de trekking. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes, à crampons et relativement rigides, elles doivent bien accrocher au terrain. Les semelles de type "Vibram" ont une longue renommée, donnez leur votre préférence si vous avez le choix.
- Chaussures légères (tennis) ou sandales à enfiler lors des étapes dans des villes, villages ou le soir après la journée de marche
- Des paires de chaussettes de marche et de montagne
- 2 pantalons de trek

- Des sous-vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la. Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement
- 1 ou 2 carlines et T-shirts respirant
- 1 fourrure polaire. Cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère, sèche rapidement, avec un contact doux. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté
- 1 veste de montagne. Les vestes les plus performantes contre le vent et la pluie sont en Goretex, ou Micropore, matière "respirante" qui permet l'évacuation rapide de la transpiration
- 1 veste en duvet est conseillée (vous en trouvez à Kathmandou pour 40 à 50 €)
- 1 cape de pluie
- Gants ou moufles et bonnet
- Chapeau contre le soleil
- Bonnes lunettes de soleil
- Duvet chaud
- Pastilles purifiantes pour l'eau (micropur, aguatabs...)

Le Sikkim se situe dans l'hémisphère Nord. Les températures augmentent de janvier à mai et diminuent de septembre à décembre. A partir d'avril et jusqu'à fin octobre, prévoir des vêtements plus légers.

Matériel

- Un sac de couchage (indispensable pour tous les voyages trekking). Chaud, confortable, adapté à votre taille, de forme sarcophage (plus près du corps et doté d'une capuche fermante), avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance. Pour dormir en toutes saisons, il faut que votre sac soit performant jusqu'à des températures de -5°C à -15°C (en fonction des circuits, de l'altitude et des dates, les mois les plus froids étant de décembre à février). N'hésitez pas à prendre un duvet confortable, en effet, "Qui peut le plus, peut le moins !"
- Une trousse de toilette et serviette de bain
- Crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe frontale, avec piles et ampoules de rechange
- Gourde de 2 litre minimum, légère et isotherme
- Couteau de poche, multi-usages de préférence
- Papier hygiénique + briquet

Equipement utile

- Bâtons de marche
- Sacs étanches pour protéger vos affaires
- Bloc-notes ou carnet de voyage

Bagages

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80 L environ et de 15 Kg maximum. Pas de valise, ni de sac à roulettes car c'est intransportable par les porteurs. Attention, sur les vols domestiques le poids de votre bagage de soute est strictement limité à 15 kg.
- Un petit sac à dos (contenance environ 40 l) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique nique du midi, lunettes, petit matériel...

Pour alléger votre sac de trek, il est possible de laisser une partie de vos affaires à Darjeeling. Vous retrouverez ce sac à Manebhanjyang à la fin de votre trek. Pour cela pensez à prévoir un troisième petit sac léger.

Passeport

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités Indiennes. Il est donc prudent de les vérifier auprès des ambassades et consulats dans votre pays le mois précédent votre départ.

Passeport : Valable 6 mois après la date de retour et contenant au moins 3 pages vierges. Les enfants doivent posséder un

passport individuel. Ils ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents. La carte d'identité n'est pas reconnue

Visa

Il s'agit d'un visa individuel. L'obtention de votre visa est sous votre responsabilité. Suivant votre nationalité, il peut s'obtenir de 2 façons différentes et les tarifs sont les suivants:

- Visa électronique (e-tourist visa) : 48 USD (à payer par carte bancaire sur le site on-line)

Il s'agit d'un visa "simple entrée" valable 1 mois à compter de la date d'entrée dans le pays. Il s'obtient via le site <https://indianvisaonline.gov.in/visa/> et à votre arrivée en Inde, vous devez présenter aux autorités la confirmation de l'obtention de visa reçu par mail ainsi que votre billet d'avion retour. Ce visa doit être fait entre 4 et 30 jours avant votre date d'entrée sur le territoire indien.

- Visa classique : 60€ dans les centres agréés et 85€ par voie postale

Vous devez faire un pré-enregistrement sur le site <https://indianvisaonline.gov.in/visa/> et vous déplacer ensuite avec votre passeport et tous les documents demandés dans un des nombreux centres habilités à vous délivrer le visa. Vous pouvez également le faire par voie postale. Le délai d'obtention du visa varie de 3 à 10 jours.

Vaccins obligatoires

Même si aucun vaccin n'est obligatoire, assurez-vous cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés.

Santé / recommandations sanitaires

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels (en nombre suffisant) : aspirine, élastoplast, alcool iodé, antiseptique intestinal, petits ciseaux, tricotétil, crème de protection solaire visage et lèvres... Pensez également à rendre visite à votre dentiste, si vous avez quelques caries non traitées, elles ont la fâcheuse habitude de se réveiller avec l'altitude.

- Recommandations : même si aucun vaccin n'est obligatoire pour l'Inde, vous vous assurerez cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccin hépatite A et B également recommandés. Le risque de paludisme est lui infime, car nous nous déplaçons en général à plus de 1500/1800 m, au dessus de l'altitude de vie des moustiques. Les autres régions traversées ne sont quasiment pas infestées.

- Hygiène : l'eau n'est pas potable en Inde. Sur les zones touristiques, il est toujours possible d'acheter de l'eau en bouteille. Néanmoins, par souci de limiter la pollution et de préserver les espaces naturels, nous vous recommandons vivement de boire de l'eau purifiée. Pour cela, pensez à apporter une gourde de minimum 1,5 litres et des pastilles purifiantes d'eau (micropur, agua tabs...). Quelques règles d'hygiène : se laver fréquemment les mains, et avant chaque repas (il existe en pharmacie des solutions antimicrobiennes à utiliser sans rinçage, utiles en cas d'excursions) ; veiller au maintien d'une hygiène corporelle parfaite et au soin attentif (désinfecter) des plaies cutanées ; ne pas consommer l'eau du robinet, non potable, ne boire que de l'eau bouillie 30 minutes puis filtrée, ou de préférence de l'eau en bouteille capsulée (éviter de boire des boissons naturelles type jus de fruits pressés) ; ne pas consommer de crèmes glacées ou de « lassi » (boisson à base de lait) achetés dans la rue ; viandes et poissons/crustacés doivent être bien cuits avant consommation.

Climat

L'automne et le printemps sont les meilleures périodes théoriques pour visiter cette partie de l'Inde Himalayenne

- En automne (de début octobre à mi-décembre) => Très beau temps avec un ciel clair, mais les températures sont plus fraîches, surtout la nuit. En journée entre 1500 m et 2500 m, les journées peuvent aller jusqu'à 20°C. A partir de 2500 m d'altitude, les températures en journées sont agréables, à l'abri du vent (15 °C) mais le temps peut très vite évoluer et la température peut descendre jusqu'à -10°C, surtout la nuit.

- Au printemps (de mars à fin mai) => Les montagnes de Darjeeling et de Sikkim sont en pleine floraison de magnifiques rhododendrons Il fait beau et il commence à faire chaud avec quelques orages nocturnes. Les températures varient entre 10°C et 25°C, mais peuvent s'élever jusqu'à plus de 30°C surtout en basse vallée. Entre 2000 et 3000 m, les températures descendent rarement en dessous de 0°C, mais le temps peut évoluer rapidement et les nuits peuvent être bien fraîches.

Electricité

Les normes en vigueur sont basées sur du 230 - 240 V. ; 50 Hz.

Tourisme responsable

Dans un souci de respect de l'environnement, Altaï s'engage pour un impact minimum sur l'environnement. Altaï oeuvre depuis toujours pour un tourisme plus responsable et s'inscrit dans une démarche d'organisation de voyages respectant des principes équitables et durables. L'harmonisation des pratiques assure une juste répartition des retombées économiques et l'amélioration des conditions de travail des équipes locales et leur sensibilisation à la protection de l'environnement; adoptez, vous aussi, des gestes simples lors de vos voyages et agissez ainsi en faveur d'un tourisme responsable.

- Évitez de laisser des déchets derrière vous : déposez les dans des poubelles ou ramenez les avec vous
- Utilisez l'eau potable avec parcimonie (préférez les douches aux bains et signalez les fuites) et évitez de la gaspiller (préférez les savons biodégradables pour vous laver etc.)
- Évitez de dégrader des sites culturels : ne touchez pas les statues, ne déplacez pas pierres et objets etc.
- Préférez les échanges aux dons (des cadeaux trop importants au vu du niveau de vie du pays peuvent déstabiliser l'équilibre économique local)
- En balade, notamment dans certains écosystèmes fragiles, observez la faune à distance, ne sortez pas des sentiers, limitez le piétinement et ne rapportez pas de « souvenirs » : renoncez à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles etc.
- Dans certains hôtels, vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé pour éviter la surconsommation énergétique et les émissions de gaz à effet de serre de la couper systématiquement lorsque vous n'êtes pas présent dans la chambre.