

VOYAGE 2019

COSTA RICA

Randonnée au paradis vert
15 jours - 14 nuits - 10 jours de marche



Tout petit pays au cœur de l'Amérique Centrale, le Costa Rica recèle d'infinies richesses. Plongez au cœur d'un écosystème incroyablement varié grâce à de superbes randonnées parmi les nombreux parcs nationaux du pays. Nos chemins croiseront 4 des principaux volcans, les côtes caraïbe et pacifique et un échantillon de la surprenante faune locale. Et les incursions en territoires Guaymi et Bri-Bri nous réservent de belles rencontres.

NOS POINTS FORTS :

- Itinéraire complet original et exclusif
- Les rencontres avec les populations locales
- La péninsule d'Osa
- L'observation de quetzal au lever du soleil
- Les baignades dans la mer des Caraïbes

DESTINATIONS QUEYRAS
8 ROUTE DE LA GARE – 05600 GUILLESTRE – FRANCE
Tel : (+33) 04 92 45 04 29

e-mail : contact@randoqueyras.com - web : www.randoqueyras.com

PROGRAMME

Jour 1

PARIS - SAN JOSÉ

Vol international depuis Paris. Accueil à l'aéroport international Juan Santamaria, près de San José, à 1150 mètres d'altitude au cœur de la Vallée centrale. Premier contact avec le Costa Rica et accueil par votre guide francophone. Transfert à l'hôtel. Repas libres.

Jour 2

SAN JOSÉ - PROVIDENCIA DE DOTA

Départ pour Providencia de Dota (1500 mètres d'altitude), le pays du quetzal. En chemin, nous pourrons faire étape à Cartago, la première ville et capitale coloniale du Costa Rica, fondée en 1563 par le conquistador espagnol Juan Vasquez de Coronado qui lui donna le nom de Carthage. Possibilité de visiter la Basilique Nuestra Señora de Los Angeles qui fait honneur à La Negrita, la sainte patronne du pays. Nuit et dîner chez l'habitant dans la communauté de Providencia.

Temps de transfert : 3h.

Jour 3

PROVIDENCIA DE DOTA

Nous partirons randonner sur les sentiers qui entourent la communauté de Providencia, et qui se trouvent au cœur de la réserve de los Santos, connue pour sa richesse faunistique et floristique. C'est peut-être au détour d'un virage que vous aurez la chance de pouvoir observer le mythique Quetzal qui peuple la région. Nuit et dîner chez l'habitant.

Temps de marche : de 1 à 3h.

Jour 4

PROVIDENCIA DE DOTA - LA PALMA

Départ pour la péninsule d'Osa en empruntant la Panaméricaine via les villes de San Isidro El General, Palmar Norte. Arrivée à La Palma (30 kms avant Puerto Jimenez) en fin de journée, au cœur de la péninsule d'Osa, face au Golfo Dulce. Installation à l'hôtel.

Temps de transfert : de 4 à 5h.

Jour 5

LA PALMA - STATION LOS PATOS (Parc de Corcovado) - LA PALMA

Tôt le matin départ à pied pour découvrir los Patos un des secteurs du Parc Corcovado. 4 km de marche nous attendent pour rejoindre l'entrée du Parc. Bienvenue dans le joyaux vert du Costa Rica. A chaque pas notre guide nous fera découvrir une nouvelle merveille de la nature, jusqu'à atteindre une cascade où les moins frileux pourront se baigner. Retour à l'hôtel en début d'après-midi.

Temps de marche : 4h.

Jour 6

LA PALMA (Randonnée et rencontre avec les Indiens Guyami) - DOMINICAL

Départ pour une demi-journée de marche au cœur du territoire Guyami. Au programme : sport, histoire et culture ! Nous partirons explorer la région à pied et arpenter les montagnes de la forêt tropicale primaire en traversant pas moins de 5 rivières. Nous atteindrons des points de vue d'où nous pourrons admirer de magnifiques panoramas, dont certains donnant sur le Golfo Dulce sont à couper le souffle ! Lorsque nous entrerons dans la réserve Guaymi, ces derniers nous dévoileront leur mode de vie, et nous expliqueront les histoires et croyances qui font partie de leur quotidien et qu'ils transmettent de génération en génération. Reprise de la marche pour retourner vers le Lodge. En route, nous pourrons nous reposer quelques temps en profitant des sources d'eau naturelles... Un moment de bonheur ! Après un trajet sur de la piste jusqu'à Chacarita, nous rejoindrons la côte pacifique, en passant par Uvita avant de rejoindre Dominical. Installation à l'hôtel.

Temps de marche : 5 à 6h. Temps transfert : 4 à 5h.

Jour 7

DOMINICAL - PARC NATIONAL MANUEL ANTONIO - TARCOLES

Tôt le matin, direction le Parc National Manuel Antonio qui allie de magnifiques plages avec un récif de corail et une faune et flore très variées : baignade dans les eaux cristallines, détente sur les plages de sable fin, promenade dans la végétation tropicale... Le site est idéal pour l'observation de nombreux animaux comme les paresseux et les singes écureuils.

Puis transfert pour Tarcoles. Si le temps le permet, possibilité d'observer les crocodiles sur le Rio Tarcoles. Nuit en hôtel.

Temps de transfert : 2h.

Jour 8

PARC NATIONAL CARACA - TARCOLES - BARRA HONDA

Entre forêt sèche et forêt humide, le Parc National Carara vous étonnera par la variété de ses habitats, et donc de sa faune. Bien qu'assez petit (52 km²), il offre l'une des plus grandes biodiversités du pays. La population d'oiseaux y est spectaculaire, en particulier celle des aras rouges qui migrent deux fois par jour entre la forêt et les mangroves côtières voisines.

D'énormes crocodiles ont élu domicile à proximité du parc, sur les rives du fleuve Tarcoles.

Route vers la péninsule de Nicoya en traversant le pont Tempisque. En milieu d'après midi installation juste à l'entrée du parc. Nuit et dîner chez l'habitant.

Temps de marche de : 1 à 2h. Temps de route : de 1h30 à 2h.

Jour 9

BARRA HONDA - VOLCAN ARENAL

Nous visiterons le Parc National de Barra Honda, rendu célèbre pour ses grottes calcaires de 250 mètres de profondeur, uniques au Costa-Rica. Nous profiterons de la randonnée pour découvrir l'abondante faune et flore environnante : fourmiliers, singes, plantes médicinales, oiseaux colorés... Départ à destination de la région de La Fortuna et du majestueux volcan Arenal (1 635 mètres). En chemin, nous profiterons des belles perspectives donnant sur le Lac Arenal, véritable petite mer d'eau douce. Nous traverserons successivement Cabaceras, Quebrada Grande et Tilarán avant de rejoindre la Fortuna. Installation à l'hôtel à proximité du volcan Arenal, de forme parfaitement conique. Nuit à l'hôtel

Temps de transfert : 4h.

Jour 10

VOLCAN ARENAL - PUERTO VIEJO DE SARAPIQUI

Le matin, départ pour une journée de randonnée vers le Cerro Chato à travers une forêt primaire dense et variée. En arrivant à la partie culminante, nous découvrirons la lagune du Cerro Chato. Temps libre pour profiter et explorer les environs. Poursuite de la marche, et observation des oiseaux, des mammifères, des insectes et d'énormes arbres tout en profitant d'une vue magnifique sur le volcan Arenal. Sur le chemin du retour, nous profiterons de la cascade du Rio la Fortuna où il est possible de se baigner. Départ à destination de la région de Puerto Viejo de Sarapiquí dont les forêts constituent le refuge des tapirs, paresseux, coatis et singes variés. Installation à l'hôtel à proximité des plantations agricoles (bananes, cacao, ananas...). Accès libre à la réserve de la Tirimbina, n'hésitez pas à en profiter !

Temps de marche : 4 à 5 h. Temps de transfert : 4h30.

Jour 11

PUERTO VIEJO DE SARAPIQUI - CAHUITA - YORKIN

Le matin, départ pour rejoindre la côte caraïbe costaricienne. En chemin, Nous pourrons faire étape à Limón, capitale de la province du même nom. Le port de Moin, très animé, accueille fréquemment les compagnies de croisières ; c'est également ici que sont emballées les bananes pour un voyage à destination de l'Europe. En milieu d'après-midi, arrivée dans la famille de Guillermo au coeur du village de Yorkin, village typique des Caraïbes.

Temps de transfert : 4h.

Jour 12

YORKIN Rencontre avec les Bribris

Après un petit déjeuner copieux, en route pour une aquarando de 2 heures. Nous passerons tout d'abord par des plantations de cacao avant d'arriver au Panama, après un « bref séjour » dans ce pays nous marcherons dans la rivière yorquin, profitant des eaux claires et rafraîchissantes et de la nature environnante. Enfin nous pourrons nous baigner dans une piscine naturelle avant de profiter d'un déjeuner traditionnel servi dans une feuille de bananier ou de calatea. Le retour se fera au rythme de notre canotier qui au moyen de rames en bois déplacera la cayuca. En fin d'après-midi nous serons initiés à l'art indien, nous apprendrons à graver des dessins symboliques sur unealebasse ou à tisser la palme suita servant à couvrir les toits des ranchos. En soirée, nous aurons peut-être l'occasion d'écouter des chants et légendes BriBri autour d'un bon feu de camp. Nuit sur place.

Temps de marche : 2 h.

Jour 13

YORKIN - REFUGE NATIONAL GANDOCA - SAN JOSE

Après un dernier petit déjeuner en compagnie des Bribris, retour en pirogue jusqu'à Bambú par la rivière Yorkin. Matinée de découverte du Refuge National Gandoca-Manzanillo. Nous parcourons les sentiers pour observer la faune et la flore locale. Le sentier côtier et les sentiers terrestres, souvent boueux, sont idéals pour observer les mammifères et l'incroyable variété d'oiseaux, d'amphibiens et de reptiles. Route de retour pour rejoindre la capitale. Nous traversons le luxuriant Parc Braulio Carrillo recouvert d'une épaisse forêt tropicale humide arrosée de pluies torrentielles avant d'atteindre San José. Nuit en hôtel.

Temps de marche : 2 à 3h. Temps transfert : 4h.

Jour 14

SAN JOSÉ - VOL RETOUR

Temps libre dans la capitale du Costa Rica en fonction des horaires de votre vol. Trois heures avant le départ, transfert à l'aéroport Juan Santamaria pour votre vol international retour. Repas libres.

Jour 15

Arrivée en France.

L'agence et l'accompagnateur se réservent le droit, pour des raisons météo, de logistique ou pour votre sécurité, de modifier votre itinéraire. D'avance nous vous remercions de la confiance que vous voudriez bien nous (ou lui) accorder.

FICHE PRATIQUE

FORMALITES

Passeport en cours de validité, valable au moins 3 mois après la date de retour et le billet de retour.

En quittant le Costa Rica par l'aéroport international, une taxe de 29\$ par personne est exigée. Vous pouvez la régler par carte bancaire, en dollars ou en colon.

Faire une photocopie de votre passeport avant votre départ, en cas de perte ou de vol cela vous évitera des longues démarches administratives à l'ambassade.

Attention pour tout vol via les Etats - Unis, il vous faudra avoir un passeport à lecture optique.

Pour les enfants mineurs : Chaque enfant mineur français doit posséder son propre passeport.

ATTENTION : l'autorisation de sortie du territoire est obligatoire pour tout mineur voyageant sans ses deux parents.

A compter du 15/01/17, tout mineur qui voyage à l'étranger sans être accompagné de ses parents devra être muni de sa pièce d'identité en cours de validité (carte d'identité ou passeport selon la destination), d'un formulaire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (autorisation de sortie du territoire), de la photocopie de la pièce d'identité du parent signataire. Pour plus d'informations nous vous invitons à vous rapprocher de votre mairie.

De manière générale, les informations transmises ne s'appliquent que pour les ressortissants français.

Nous vous invitons à les contrôler sur le site du Ministère des Affaires Etrangères :

www.diplomatie.gouv.fr, dans la rubrique conseils aux voyageurs.

VISA Pas de visa obligatoire pour les voyages de moins de 90 jours. Pour les étrangers, veuillez consulter le consulat du Costa Rica de votre pays.

NIVEAU

1 chaussure

Randonnée de 2 à 5 heures les jours de marche, sans difficulté technique.

Attention les dénivelés et les temps de marche sont faibles mais avec le climat et les sentiers un peu boueux la randonnée peut sembler un peu plus difficile.

HEBERGEMENT

8 nuits en hôtel et lodge **, 5 nuits chez l'habitant et 1 nuit dans l'avion.

Les nuits chez l'habitant se font dans des conditions parfois simples et rustiques. Nous avons choisi de privilégier lors de ces soirées, les rencontres avec les habitants et leur style de vie.

Ainsi nous faisons appel à votre adaptabilité et tolérance si les coutumes ne sont pas les mêmes que chez nous... Cela dit vous avez choisi ce voyage, pour le dépaysement !!!

La grande majorité des hôtels sont engagés dans un tourisme responsable et durable. Cela se traduit par une politique écologique engagée et/ou l'obtention de labels tels que « RainForest Alliance Certificate », étant une garantie que les biens et services sont produits de manière durable en respectant des critères sociaux, économiques et environnementaux strictes ; le « drapeau bleu » écologique, quant à lui, est une récompense internationale écologique pour le respect et la sauvegarde de la mer et de la côte, et plus, généralement des ressources naturelles. Plus généralement, les hébergements engagés activement dans une politique écologique veillent à utiliser des produits d'entretiens et de lavage biodégradables, l'utilisation d'ampoules basse consommation et de panneaux solaires pour l'approvisionnement en électricité, l'interdiction de fumer dans les chambres ou les lieux publics, le tri de déchets non organiques pour le recyclage ou encore l'organisation de randonnées pour découvrir la richesse de la faune et flore du Costa Rica.

REPAS

Cuisine simple, bonne, peu épicée, cependant avec beaucoup de féculents comme dans toute l'Amérique centrale. Gayo Pinto (riz, haricots rouge), banane plantain, guisado (viande cuisinée), tortillas (galette de maïs).

Les fruits tropicaux sont nombreux et délicieux (ananas, banane, papaye, mangue, etc ...) ainsi que les jus de fruits frais.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous portez uniquement les affaires de la journée sauf vos affaires personnelles pour 3 jours les J9, J10 et J11.

Les bagages sont transportés par le véhicule suiveur.

GROUPE

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (pers.) 6

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (pers.) 15

ENCADREMENT

Guide local francophone et chauffeur (chauffeur-guide francophone si moins de 7 participants).

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

BAGAGES

- 1 sac de voyage ou un grand sac à dos (sac marin ou sac de sport, roulettes bienvenues mais valises proscrites) ne dépassant pas 20 kg.
- 1 petit sac à dos (30 à 40 l) pour les affaires de la journée (gourde, pique nique, coupe-vent, tee-shirt de rechange...).

VETEMENTS A adapter selon les saisons:

- 1 paire de bonnes chaussures de marche déjà rodées et tenant bien la cheville de préférence en goretex.
- 1 paire de chaussures pouvant aller dans l'eau
- 1 maillot de bain pour les éventuelles baignades + serviette + sandalettes en plastiques
- 2 pantalons dont un léger pour la marche
- 1 veste polaire
- 1 coupe-vent ou une veste type Gore-tex et/ou 1 cape de pluie (poncho)
- 2 chemises, dont une à manches longues (soleil)
- 1 ou 2 short(s)
- sous-vêtements et chaussettes de rechange
- 1 paire de chaussures de détente
- 1 chapeau
- 1 foulard pour protéger le cou

MATERIEL

- Lunettes de soleil de bonne qualité
- une paire de jumelles indispensable pour l'observation des oiseaux
- Une gourde d'un litre
- Un couteau pliable (à mettre en soute)
- Votre appareil photo et batterie de rechange (attention adaptateur nécessaire)

PHARMACIE

- Vos médicaments personnels habituels
- Vitamine C
- Médicament contre la douleur
- Anti-diarrhéique, antispasmodique, un antiseptique intestinal, un anti-vomitif
- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale)
- Collyre et crème antibiotique pour les yeux
- Bande adhésive élastique type Elastoplast
- Petits pansements adhésifs
- Compresses désinfectantes
- Double peau (ampoules)
- Traitement pour rhume et maux de gorge

- Un anti-moustique puissant
- Crème solaire et protection pour les lèvres
- Un tube de biafine
- Un anti-inflammatoire (pommade ou gélule)
- Des pastilles pour purifier l'eau
- Boules Quies (facultatifs), ...

Au Costa Rica, on trouve tous les médicaments génériques (vendus dans des supermarchés et bien sûr des pharmacies) à des prix bien inférieurs à ceux de la France. Les produits anti-moustiques (dont la marque Off américaine) sont bien plus efficaces que ce que l'on peut trouver en Europe).

Limitez le poids de votre bagage : votre sac de voyage doit pouvoir contenir l'ensemble de vos affaires.

N'oubliez pas que vous bénéficiez de produits détaxés à l'aéroport d'embarquement.

Avertissement : Lors de l'enregistrement à l'aéroport pensez à mettre en bagage soute votre couteau de poche et tout objet tranchant ou piquant, sinon il vous sera confisqué à l'embarquement.

DATES ET PRIX

Du	Au	Départ assuré à partir de	départ Paris
Du Sam 20/04/2019	au Sam 04/05/2019	6 pers.	3 295 €
Du Sam 11/05/2019	au Sam 25/05/2019	6 pers.	3 145 €
Du Sam 08/06/2019	au Sam 22/06/2019	6 pers.	3 145 €
Du Sam 19/10/2019	au Sam 02/11/2019	6 pers.	3 195 €
Du Sam 16/11/2019	au Sam 30/11/2019	6 pers.	3 145 €
Du Sam 11/01/2020	au Sam 25/01/2020	6 pers.	3 195 €
Du Sam 15/02/2020	au Sam 29/02/2020	6 pers.	3 295 €

Chambre individuelle : 235€

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les repas des J1, J9, 13 et J14,
- Les déjeuner du J7, J10, et du J11,
- Les boissons,
- La taxe de sortie du territoire (29 USD environ),
- La taxe de transit E.S.T.A (15€) si votre vol passe par les USA,
- Les pourboires d'usage,
- L'assurance multirisque.

POUR EN SAVOIR PLUS

TRANSPORT AÉRIEN

Vols réguliers avec Delta Airlines, American Airlines, Iberia ou une autre compagnie.

CLIMAT

Le Costa Rica est un pays tropical situé entre deux océans ayant des conditions climatiques variées. Températures 22°C toute l'année pouvant monter jusqu'à 40°C. Tempéré au centre. La saison des pluies va de mai à novembre, dite la saison verte, période d'éclosion de la flore où les régions rivalisent de beauté.

PERMIS DE CONDUIRE (POUR LES LOCATIONS DE VOITURE) Point positif, vous pouvez circuler durant votre séjour sur l'ensemble du territoire avec votre permis de conduire national, et ce pendant 90 jours.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES Vous devez apporter la preuve que vous possédez l'équivalent de 100\$ US par tranche de 30 jours de séjour. Vous pouvez, et c'est le plus simple, présenter la somme en liquide, mais c'est très déconseillé en raison des pick pockets qui hantent les aéroports. Vous pouvez également présenter un carte de crédit accompagnée d'une attestation de crédit éditée par votre banque. Vous pouvez encore présenter vos relevés bancaires des trois derniers mois, ou tout simplement utiliser des traveller's chèques.

Attention ! Bien que la législation ne prévoie que 100\$ US par mois de séjour, et que le séjour maximum sans visa soit de 3 mois (ce qui représente donc 300\$ US), **il n'est pas rare que les douaniers exigent un montant de 500\$ US minimum**, et ce quel que soit la durée du séjour prévu. C'est tout-à-fait illégal, mais c'est une pratique très courante et contre laquelle les recours sont presque inexistantes.

Sachez également que vous ne serez **autorisés à séjourner au Costa Rica qu'à la condition expresse de posséder un billet d'avion indiquant la date de votre retour** vers votre pays d'origine, ou un billet de continuité de voyage, indiquant la destination suivante ainsi que la date du départ, vous permettant un transit par le pays.

Pour tout vol transitant par les Etats-Unis, les **ressortissants français doivent obligatoirement solliciter, via Internet, une autorisation électronique de voyage avant leur départ, ESTA** (Electronic System for Travel Authorization). Depuis le 8 septembre 2010, ESTA est obligatoire ET payant : les voyageurs doivent s'acquitter d'un montant fixé à 14\$ par les autorités américaines pour 2016 (paiement en ligne par carte bancaire). L'autorisation de voyage ESTA peut être obtenue en répondant aux questions posées sur le site Internet <https://esta.cbp.dhs.gov/esta/> seul site habilité par les autorités américaines. Le formulaire est à renseigner en langue anglaise, mais les instructions sont disponibles en langue française. Le ministère américain de la sécurité intérieure (Department of Homeland Security) recommande d'effectuer cette formalité au moins 72 heures avant le départ.

SANTÉ

VACCINS OBLIGATOIRES Le **certificat international contre la fièvre jaune**. En effet, cette terrible maladie, absente du Costa Rica, est particulièrement redoutée par les autorités. Si vous avez effectué un voyage, ou même un simple arrêt, dans un autre pays d'Amérique, ou dans un pays d'Asie, ou dans un pays d'Afrique infecté, vous vous verrez systématiquement refuser l'accès si vous ne possédez pas le document requis. Pire, vous risquez le placement d'office en quarantaine, et le renvoi pour raisons sanitaires.

Vaccins conseillés : vaccins universels (DTCP, hépatite B), hépatite A, typhoïde.

Si vous êtes passé par un pays ou une région touché(e) par la fièvre jaune, certificat international de vaccination contre cette maladie.

Dans la province de Limón (ville de Matina), ainsi qu'en en zone rurale, en-dessous de 500 m d'altitude, traitement antipaludique.

AUTRES POINTS DE SANTÉ Par ailleurs, la dengue est endémique au Costa Rica. Il est recommandé de se prémunir contre les piqûres de moustiques (répulsifs, vêtements couvrant la peau, éviter la proximité de poches d'eau stagnante,...). La durée d'incubation est de sept à dix jours.

Enfin, les risques de pollution bactériologique et chimique de « l'eau potable » sont élevés. Il est préférable de consommer de l'eau en bouteilles. De plus, éviter de consommer des crustacés, coquillages et poissons dans les endroits n'offrant pas toutes les conditions d'hygiène et veillez à ce que les fruits et légumes soient bien lavés.

VIE COURANTE

DÉCALAGE HORAIRE Par rapport à la France : 7 heures en moins en hiver et 8 heures en moins en été.

CHANGE La monnaie nationale est le Colon Costaricain (CRC). 1 EUR = 674.4194 CRC au 03 Nov 2014.

Vous pourrez échanger vos euros dans les banques où les taux sont intéressants.

MOYENS DE PAIEMENT Plusieurs banques disposent de distributeurs automatiques. Les cartes MasterCard, Visa et American Express sont largement acceptées, attention toutefois aux commissions.

INDICATIF TÉLÉPHONIQUE De la France vers le Costa Rica : 00 506 + numéro de votre correspondant.

Du Costa Rica vers la France : 00 33 + numéro de votre correspondant.

COUVERTURE GSM La couverture réseau au Costa Rica est bonne et couvre tout le territoire national.

INTERNET Sur place, toutes les villes et même certains petits villages disposent de cybercafés aux tarifs très raisonnables.

ÉLECTRICITÉ Le voltage est de 110 volts et 60 cycles. La plupart des prises sont des prises à 2 trous. Il est donc nécessaire de se munir de fiches plates américaines.

SÉCURITÉ

Le Costa Rica est un pays assez sûr et les conditions de sécurité sont convenables.

Cependant, certaines règles de bon sens doivent être impérativement respectées.

Ne pas se promener seul la nuit dans les parcs publics de San José, ou sur les plages.

En raison des risques de vols à la tire, maintenir une certaine vigilance.

Ne laisser ni documents, ni effets personnels sans surveillance.

Afin d'adopter quelques règles de sécurité lors de vos déplacements en ville, nous vous recommandons de vous informer sur le site internet <http://www.diplomatie.gouv.fr>, « Conseils aux voyageurs », choisir le pays puis la rubrique « Sécurité ».

REPÈRES GÉOGRAPHIQUES

LE PAYS Le Costa Rica est une fine bande de terre séparant l'océan Pacifique à l'océan Atlantique et reliant l'Amérique du Nord à celle du Sud. Situé en Amérique centrale, bordé au nord par le Nicaragua, au sud par le Panamá, à l'est par la mer des Caraïbes, et à l'ouest par l'océan Pacifique.

Le littoral irrégulier du Pacifique comporte deux péninsules, Nicoya (au nord) et Osa (au sud). Le pays est formé de forêts et de montagnes qui font place à des plaines sur la façade atlantique.

Une chaîne de montagnes traverse le Costa Rica du nord-ouest au sud-est formant au centre du pays une fertile vallée centrale d'une superficie de 3.000 km² environ.

Cette chaîne est divisée en trois parties, du nord au sud elle prend le nom de Cordillera de Guanacaste puis Cordillera Volcanica Central et enfin elle devient la Cordillera de Talamanca. On trouve au Costa Rica de nombreux fleuves et rivières qui descendent des montagnes pour fertiliser davantage les plaines côtières.

Le Costa Rica est densément peuplé à San José, Alajuela, Cartago et Heredia, quelques-unes des plus grandes villes du pays. San José, la capitale, compte 2 millions d'habitants avec sa grande banlieue.

RÉGIONS VISITÉES Quelques lieux visités :

San José est la capitale et la plus grande ville du Costa Rica. Elle est également la capitale de la province de San José. Fondée en 1738, la ville devient capitale du Costa Rica en 1823 à la place de Cartago.

La ville est située au centre du pays à 1 200 mètres d'altitude, sur le plateau de la Vallée Centrale. Elle est distante de 130 kilomètres de Puerto Limón sur la côte caribéenne et de 115 kilomètres de Puntarenas sur la côte pacifique.

La vallée centrale : elle se présente comme un vaste plateau fertile entouré de hautes montagnes volcanique. Elle représente le cœur du pays, à la fois son centre géographique et économique.

Volcan Arenal : Le volcan le plus actif du Costa Rica se situe à la Fortuna de San Carlos, dans le nord du pays. L'Arenal représente le volcan dans toute sa perfection conique et menaçante. C'est qu'il est encore jeune et ses éruptions n'ont pas encore tronqué son sommet.

Après ses 3000 années d'inactivité, on a longtemps vécu près de cette montagne émergeant des collines luxuriantes sans penser une seconde qu'elle pouvait représenter un danger. Mais en 1968, un violent tremblement de terre suivi d'une importante éruption a complètement détruit un village sur le versant ouest.

Actuellement c'est la nuit que l'on voit le mieux les coulées de lave en fusion et les projections de roches incandescentes sur le flanc Nord.

Irazu : Parc national de 2300 ha. Le volcan Irazú, toujours en activité, haut de 3432 m est le plus haut volcan du pays. Au sommet de l'Irazu, quatre cratères : le principal présente un paysage lunaire sur 1051 m de diamètre, le second abrite un lac sulfureux et deux autres de moindre importance Situé de chaque côté du cratère principal.

Santa Rosa : Parc National Un exemple parfait de la forêt tropicale sèche (247 espèces inventoriées dont le Guanacaste, le chêne sabana, l'indio desnudo, le guazuma, le cocobolo (bois précieux du Costa Rica). Un sentier dit « l'indien nu » nom d'un arbre à écorce rouge part en boucle et permet en près d'une heure la découverte des espèces végétales les plus présentes dans le parc.

Rincon de la Vieja : Parc national de 14 000 ha. On y trouve la plus forte densité d'orchidées *Cattleya Skinneri* (Guaria morada). La fleur nationale du Costa Rica, qui ne pousse qu'en pleine nature. Le volcan Rincon de la vieja, vieux de plus d'un million d'année, il est le 3^{ème} volcan actif du Costa Rica avec 9 cratères éruptifs reliés entre eux, dont un à l'activité permanente.

Monte Verde : Reserva Biológica Bosque Nuboso Monteverde Constituant le principal attrait touristique de la région, la Reserva Biológica Bosque Nuboso Monteverde attire, à juste titre, de nombreux visiteurs venus, pour la grande majorité, découvrir les fabuleux trésors et les particularités de la forêt tropicale humide. La réserve de Monteverde est en fait une réserve écologique privée appartenant au Centro Científico Tropical de San José.

Cet organisme sans but lucratif, qui s'occupe de recherche scientifique et d'éducation environnementale, gère également la réserve de façon à ce qu'un grand nombre de visiteurs puissent être sensibilisés à la nécessité de préserver ces forêts tropicales humides qui compte parmi les plus grandes richesses du pays.

Or, la forêt tropicale humide, en plus de protéger une faune et une flore aussi abondantes (dans la réserve) que rares (dans le pays), alimente également en eau les multiples vallées qui s'étendent dans toutes les directions. Le parc est situé de part et d'autre de la ligne continentale de partage des eaux. Ainsi, du côté ouest de la ligne, l'eau coule vers le Pacifique, alors que, du côté est, elle dévale vers la mer des Caraïbes.

On y rencontre donc des conditions climatiques et géographiques très diversifiées et facilement observables, car le visiteur a l'occasion de parcourir différents secteurs de la réserve sans avoir à effectuer de longs déplacements, la ligne de partage des eaux passant à environ 2 km à l'est du centre d'accueil et d'information.

CLIMAT Le climat du Costa Rica est marqué par une saison sèche (décembre à avril) et une saison des pluies (avril à novembre). Le Costa Rica est situé dans la zone intertropicale (entre 8 et 11° de latitude nord). Toutefois, d'un endroit à un autre, les précipitations diffèrent considérablement : les précipitations à San José sont de 1 867 mm par an, alors qu'à Puerto Limón sur la côte caraïbe, il tombe 3 518 mm de pluie par an.

Santa Rosa jan/fév mars/avr mai/juin juil/aout sept/oct nov/déc

T° moy. C 25,1 26,3 26,1 25,6 26,1 25,6

Préc.moy.mm 9,5 12,5 67 140,5 106 62,5

San José jan/fév mars/avr mai/juin juil/aout sept/oct nov/déc

T° moy. C 23,8 18,8 12,9 11,4 14,7 20,7

Préc.moy.mm 67 118 98 79,5 100,5 101,5

PROBLÈMES ENVIRONNEMENTAUX Les réserves marines du Costa Rica sont le théâtre de braconnages de requins. Des négociants taïwanais les achètent illégalement, pillant ainsi un des derniers sanctuaires de requins. Les importants investissements taïwanais au Costa Rica laissent supposer que le gouvernement ne fait pas de la lutte contre cette activité illégale une priorité de l'agenda de préservation de la faune et de la flore.

Ce pays a presque réussi à stopper la déforestation (75 % du territoire était recouvert de forêt en 1950, 25 % de nos jours) bien qu'il existe encore parfois des actions de déforestation illégales sévissant de manière épisodique au cours de l'année, qui ont lieu au sein même de réserves naturelles protégées.

REPÈRES ÉCONOMIQUES

SALAIRES COMPARATIFS Le niveau des salaires moyen est situé aux alentours de ceux du Panama, à plus de 400 euros par mois, et le salaire minimum est de 200 euros par mois.

PRINCIPALES ACTIVITÉS DU PAYS Le Costa Rica tire l'essentiel de ses revenus de l'agriculture.

Le café est la base de l'économie et génère une grande partie des devises du pays, ainsi que la banane, le sucre et la viande d'élevage.

Le tourisme avec plus d'un million de visiteurs chaque année est un secteur en fort développement au Costa Rica.

REPÈRES CULTURELS

POINTS D'HISTOIRE 11000 av. J.-C : Les premiers humains peuplent le Costa Rica et prospèrent rapidement grâce à la fertilité des sols et aux ressources marines le long des deux côtes.

1502 : "Découverte" du Costa Rica par Christophe Colomb, charmé de l'accueil amical des Indiens et intéressé par leurs ornements d'or, d'où le nom du pays : "Côte riche".

1506 : Tentative de colonisation par Diego de Nicuesa, nommé gouverneur de la région par le roi Ferdinand. Moins bien accueillie que celle de Colomb et décimée par les maladies tropicales et la guérilla indienne, son expédition échoue.

1522 : Nouveau débarquement, dans le golfe de Nicoya, conduit par Gil González Dávila. Bien que se vantant d'avoir converti des dizaines de milliers d'Indiens au catholicisme et revenant les cales pleines d'or et d'autres trésors, Dávila ne peut installer une colonie permanente et nombre des hommes de troupe meurent de faim ou de maladie.

1562 : Après plusieurs expéditions infructueuses, qui ont provoqué l'affaiblissement de la résistance indienne, la mort de nombre d'indigènes - par les armes ou les maladies - ou leur fuite vers des terres plus hospitalières, Juan Vásquez de Coronado arrive en tant que gouverneur et décide d'installer une colonie sur les hauts plateaux centraux.

1563 : Coronado fonde Cartago. La douceur du climat et la fertilité du sol volcanique assurent le succès de cette colonie. La pénurie de main-d'œuvre indienne et l'insalubrité des côtes empêchent toutefois son développement et la maintiennent isolée de l'influence espagnole. À l'écart des grandes routes commerciales, les colons ne deviendront pas de riches propriétaires de latifundia et le pays ne connaîtra pas les déséquilibres terriens insensés qui affectent tant de contrées d'Amérique latine. Au contraire, ils survivront grâce à un travail acharné et une entraide constante. C'est sans aucun doute ce qui a façonné le caractère des Ticos, renommés pour leur générosité et leur gentillesse.

1821 : L'Amérique centrale devient indépendante le 15 septembre, mais le Costa Rica ne l'apprend qu'un mois plus tard ! Il rejoint quelque temps l'Empire mexicain avant de devenir un État des Provinces unies d'Amérique centrale.

1824-1833 : Juan Mora Fernández est le premier chef de gouvernement élu. Début de l'exportation du café et émergence d'une classe fortunée.

1849 : Un riche planteur, Juan Rafael Mora, devient président pendant 10 ans. Son mandat est marqué par une croissance culturelle et économique et par un étrange incident militaire.

En juin 1855, un flibustier nord-américain, William Walker, débarque au Nicaragua, bien décidé à conquérir l'Amérique centrale et à en faire un État esclavagiste. Après avoir conquis le Nicaragua, il attaque le Costa Rica. Faute d'une armée, Mora organise une milice civile de 9 000 hommes qui parvient à battre Walker et le repousse au Nicaragua. Ce dernier, après plusieurs tentatives de reconquête, sera finalement abattu au Honduras en 1860. Malgré ce succès, Mora sera déposé en 1859 et, après une tentative de coup d'État, exécuté en 1860, comme Walker !

1859-1889 : Luttres de pouvoir au sein de l'élite du café. En 1869, un système d'éducation primaire, obligatoire et gratuit, est mis en place. Les premières élections démocratiques ont lieu en 1889.

1917-1919 : Lors d'une des rares parenthèses dictatoriales, le ministre de la Défense, Federico Tinoco, renverse le président élu et prend le pouvoir ; il finira sa vie en exil.

1940 : Rafael Angel Calderón Guardia devient président. Réformes soutenues par les classes modestes mais critiquées par les plus fortunées : droits des travailleurs, salaire minimum et système de sécurité sociale.

1944 : Le chrétien-socialiste Teodoro Picado succède à Calderón et continue sa politique.

1948 : Calderón se représente contre Otilio Ulate. Ulate remporte les élections mais Calderón conteste le résultat. Picado refuse de reconnaître la victoire d'Ulate et cet affrontement se termine par une guerre civile qui fera plus de 2 000 morts.

1949 : Don Pepe Ferrer rend la présidence à Otilio Ulate. La Constitution du Costa Rica est rédigée cette même année et n'a pas changé depuis lors. Les femmes et les Noirs obtiennent le droit de vote, les présidents n'ont pas le droit de se représenter à la suite d'un premier mandat et un tribunal indépendant garantit la régularité des élections. La dissolution de l'armée figure également dans le texte de cette Constitution.

1950-1998 : Bien que le Costa Rica compte plus d'une douzaine de partis, le Partido de Liberación Nacional (PLN), fondé par Don Pepe Figueres, et le Partido Unidad Social Cristiana (PUSC) dominant la vie politique. Figueres est élu en 1953 et 1970. Autre président célèbre de la même mouvance, Oscar Arias gouverne le pays de 1986 à 1990. Son action constante en faveur de la paix lui a valu le prix nobel de la Paix en 1987. Plébiscité par les couches laborieuses et pauvres de la population, le PUSC a vu son candidat, Rafael Angel Calderón Fournier, succéder à Oscar Arias. Après la victoire de José Maria Figueres (PLN) en 1994, largement critiqué pour sa mauvaise gestion économique et ses mesures impopulaires (hausse des prix et des taxes), c'est à nouveau le PUSC qui est aux affaires depuis le 1er février 1998 avec la présidence de Miguel Angel Rodríguez.

2000 : Sous la pression d'une mobilisation sans précédent de la population en faveur du service public, le projet de privatisation de l'Institut costaricien d'électricité, recommandé par le Fonds monétaire international, est bloqué. Le président Miguel Angel Rodriguez doit même renoncer à une grande part de son programme de privatisation de l'économie costaricienne.

2002 : Abel Pacheco remporte l'élection présidentielle au deuxième tour, avec plus de 58% des suffrages.

2006 : Oscar Arias Sanchez est réélu à la présidence, le 5 février. Il bat d'une courte tête (40,9% contre 39,8%) son rival Otton Solis, du Parti d'Action citoyenne.

2007 : En octobre 2007, le camp présidentiel remporte le référendum de ratification de l'accord de libre-échange avec les États-Unis (Cafta ; appelé aussi TLC dans le pays) mais il rencontre des difficultés à faire adopter les lois découlant de cette ratification ; pourtant, la nécessité de procéder à des réformes se fait sentir d'autant que la délinquance et le crime organisé, lié au narcotrafic, commencent à affecter durablement ce pays pourtant réputé tranquille.

Fév 2010 : Laura Chinchilla Miranda a été élue à la présidence de la République du Costa Rica.

PEUPLES, ETHNIES ET LANGUES Le Costa Rica compte plus de 4.5 millions d'habitants : 72% de Métis, 14% de Blancs, 10% de Noirs, 2% d'Amérindiens et 0.1% d'Asiatiques. La population noire, principalement issue de la Jamaïque est fixée sur la côte atlantique. Les communautés indigènes sont nombreuses : Guatusos, Bribris, Cabécares, Térrabas, Borucas et Guaymies. Les Indiens vivent pour la plupart dans l'une des 24 « réserves indigènes », 320 886 hectares : Malekus (Guatusos), Chorotegas (Matambú), Huetares (Quitirrisí et Zapatón), Cabécares (Nairí-Awari, Chirripó, Alto de Chirripó, Tayni, Telire, Talamanca Cabécar et Ujarrás), Bribris (Cocles, Talamanca Bribri, Salitre y Cabagra), Teribes (Térraba), Borucas (Boruca y Curré) et Guaymies (Coto Brus, Abrojo Montezuma, Osa, Conte Burica). Ces indiens descendent principalement des mayas et des indigènes d'Amazonie. Leur isolement dans la jungle costaricienne a permis qu'ils soient peu métissés et qu'ils préservent leur authenticité.

L'espagnol est la langue officielle, l'anglais est généralement compris dans les régions touristiques. La plupart des Noirs caribéens parlent le créole anglais. Les langues indiennes sont pratiquées dans des régions reculées, principalement le bribri, parlé par quelque près de 10 000 personnes. La plupart des Costaricains (90%) ont l'espagnol comme langue maternelle. Les autres parlent soit un créole à base d'anglais, soit l'une des langues amérindiennes. Ces

dernières ne sont plus nombreuses et toutes en voie d'extinction : le maléku (ou guatuso), le cabécar (ou chirripó), le bribri et le brunca.

RELIGIONS La religion officielle du pays est le catholicisme, pratiqué par 76,3 % de la population.

Le reste de la population est composée de chrétiens évangéliques (13,7 %), témoins de Jéhovah (1,3 %), divers protestants (0,7 %) ainsi que d'autres cultes parmi lesquels des réminiscences indigènes (8 %).

Bien que la religion catholique soit majoritaire, seulement 46% des Costaricains sont catholiques pratiquants, un chiffre similaire à celui des pays développés. C'est l'un des pourcentages les plus faibles d'Amérique Latine.

Par ailleurs, il existe une petite communauté de chrétiens orthodoxes qui représente 0,6% de la population, principalement composée d'émigrants grecs, russes, roumains, etc.

Le Costa Rica ne compte qu'une église orthodoxe située dans les alentours de Coronado, avec un unique prêtre orthodoxe qui exerce pour toutes les dénominations orthodoxes du pays.

L'immigration d'origine asiatique (Chine, Taiwan, Corée, Japon, etc) a engendré des communautés bouddhistes, taoïstes, etc.

Ainsi le Costa Rica compte la plus grande communauté bouddhiste d'Amérique Centrale, représentant 2% de la population.

Il y a une petite communauté juive de la majorité ashkénaze qui représente 0.10% de la population.

Les émigrants originaires du Moyen-Orient, libanais, palestiniens, irakiens, marocains, iraniens, etc., qui forment une des plus grandes communautés musulmanes d'Amérique Centrale et des Caraïbes, représentent 0,5% de la population costaricaine.

ART Le théâtre est l'une des distractions culturelles favorites des Ticos. San José en est le centre. Le Teatro Nacional, construit dans la capitale entre 1890 et 1897, est le plus important du pays. Outre les pièces de théâtre, il accueille des spectacles d'opéra, des concerts donnés par l'orchestre symphonique national, ou des ballets.

Influencée par le Mexique, les Etats-Unis et l'Europe, la jeune génération essaie aujourd'hui de dynamiser la scène culturelle.

Les arts de la rue se retrouvent un peu partout.

L'Orchestre symphonique national s'est taillé une belle réputation. Quant au cinéma costaricien, il commence à frémir (Gestación d'Esteban Ramírez).

Le Costa Rica possède une grande richesse et diversité musicale car elle est à la croisée des cultures afro-caribéennes et latines.

La danse fait partie intégrante du Costa Rica.

Les musiques les plus populaires du Costa Rica sont les musiques traditionnelles telles que le Merengue, la Salsa, la Cumbia... toutes accompagnées de danses.

Le Costa Rica possède également de la musique moderne représentée par le Taboga Band qui mêle salsa et jazz, ou encore le groupe de salsa Los Brillanticos.

CUISINE / NOURRITURE Les habitants du Costa Rica n'ont pas de spécialité gastronomique particulière ou un style de cuisine particulier ou de plats qui leur sont propres.

Ce qui s'approcherait le plus d'un plat national est "arroz con pollo" ("poulet au riz"), du poulet découpé dans du riz avec des pois chiches et de la coriandre.

"Olla de carne" est une soupe avec beaucoup de différents légumes et viandes.

"Gallo pinto" ("coq peint"), est un mélange de haricots noirs, de riz blanc (tous deux souvent d'un repas de la veille), de coriandre, d'oignons, d'ail, de sel et d'une sauce spéciale. Ce plat est traditionnellement accompagné avec des œufs, de la viande, et/ou du natilla (une sorte de crème sure du Costa Rica), ainsi qu'avec du plantain très frit et des tortillas de maïs ou du pain, souvent pris au petit déjeuner.

Le déjeuner est considéré comme le repas principal de la journée. Il est souvent constitué d'une assiette appelée "casado", parce que les ingrédients principaux, des haricots noirs et du riz, sont côte à côte comme s'ils étaient mariés.

Les plats habituellement servis avec le "casado" varient, du poulet ou du bœuf en sauce, des galettes de pomme de terre au poisson.

Les jus de fruits ("refrescos," "frescos," "naturales," ou "batidos") sont souvent présents avec les repas. Mélangés avec de l'eau ou du lait, il en existe une très grande variété : canteloupe, fraise, tamarindo, mangue, papaye, citron, mûre, guanabana, punch de fruit, horchata, cas ...
Le café costaricien est évidemment incontournable. Il est délicieux et on en trouve de toutes sortes.

UN COMPORTEMENT RESPONSABLE

US ET COUTUMES L'apparence est importante dans ce pays : il convient d'être correctement vêtu et de se comporter avec courtoisie.

Ne vous laissez pas aller à des démonstrations d'affection ostentatoires en public et sachez que le nudisme ou les seins nus ne sont pas tolérés sur les plages.

La vie familiale revêt une grande importance et le quinzième anniversaire des jeunes filles donne lieu à des festivités aussi folles qu'un mariage !

Jours fériés : 1er janvier : Nouvel an / 11 avril : jour de Juan Santamaría (héros national) / Jeudi et vendredi saints en avril : Pâques / 1er mai : Fête du Travail / 25 juillet : Annexion de Nicoya / 2 août : jour de Notre Dame des Anges / 15 août : Assomption et fête des mères / 15 septembre : Fête de l'Indépendance / 12 octobre : Journée de la Diversité Culturelle / 25 décembre : Noël.

SAVOIR VIVRE (DONT PRISE PHOTOS) Photographier (ou filmer), oui mais ... Avec leur consentement lorsqu'il s'agit de personnes. Lorsque vous photographiez les gens, faites-le avec parcimonie et respect ; essayez de vous mettre leur place : de quelle manière accepteriez-vous que l'on vous photographie, comment n'aimeriez-vous pas qu'on le fasse ? Vous pouvez photographier les paysages sans limites !

POURBOIRES La plupart des restaurants ajoutent 15% de taxe et 10% de service à leur note. Dans les hôtels, le bagagiste et la femme de chambre s'attendent à un pourboire de 0,50 euros environ.

1 Usd = 500 Colones environ 1 Euro = 670 Colones environ

Dans le cas d'un voyage avec un chauffeur ou un guide, pour les pourboires, il y a au Costa Rica une pratique à l'Américaine et il est bien vu de laisser en fin de séjour un pourboire d'environ : 3 USD / jour et par personne à un chauffeur hispanophone 4 à 6 USD / jour et par personne à un guide francophone.

C'est à titre indicatif et cela dépend bien entendu de votre satisfaction pour les services proposés.

SOUVENIRS Privilégiez l'achat d'artisanat fabriqué localement afin de soutenir le savoir faire local. Le travail du bois, depuis des charrettes bariolées aux bijoux en bois précieux représente le principal artisanat du Costa Rica.

De la joaillerie faite à base de produits végétaux (coco, graines) s'est également développé récemment.

De belles illustrations de la nature avec les plumes de perroquets peintes, des cadres présentant des papillons, de remarquables designs orientés sur la biodiversité, sur poster, T-shirt ou paréo.

De la céramique indigène, fabriquée principalement dans le Guanacaste chez les Chorotega; des masques Boruca peints sur du bois Balsa, des chapeaux Huetar aux teintes pasteltes naturelles.

Il existe également un artisanat culinaire. Produits à base de noix de macadamia, café comme liqueur de café, grains de café enrobés de chocolats..., confitures ou fruits secs à base de fruits tropicaux et n'oublions pas le célèbre Café!

DÉCHETS D'après une étude menée par des chercheurs des universités américaines de Yale et de Columbia, le Costa Rica serait le troisième le 3ème pays le plus propres du monde. (la France occupant la 7ème position).

Le ramassage des déchets est opérationnel dans la majorité des villes. Dans certaines villes, plusieurs initiatives visent à promouvoir le développement du tri des déchets. Les costariciens sont très sensibilisés à la protection de l'environnement et participent fortement aux journées nationales (ramassage des déchets, plantation d'arbres,...).

Tout de même, bien que le système de collecte de déchets est opérationnel, il souffre du manque de structures et de moyens du système public de traitement.

De ce fait, quelques recommandations en matière de traitement des déchets sont faites aux voyageurs telles que : conserver vos déchets accumulés lors des excursions et les ramener dans des endroits appropriés et rapatrier en France les déchets non recyclables (piles), privilégier l'achat de produits frais achetés localement ainsi que des produits recyclés, recyclables, biodégradables et/ou réutilisables.

CHARITÉ ET MAIN TENDUE À vous de juger sur place de l'attitude que vous souhaitez adopter par rapport « aux mains tendues » ; gardez simplement à l'esprit que l'un des effets pervers en cédant à cette demande, c'est parfois de pérenniser cette pratique. Si vous donnez, donnez parcimonieusement.

TOURISME SEXUEL Le tourisme sexuel est un crime grave, quelque soit le lieu de destination. De nouvelles lois permettent désormais de poursuivre et juger dans leurs pays d'origine ceux qui se rendent coupables d'abus sexuels même si ceux-ci ont eu lieu à l'étranger. Dans notre démarche de tourisme responsable, nous vous demandons de dénoncer tout comportement douteux auprès de votre guide ou des autorités compétentes.

CHARTRE ETHIQUE DU VOYAGEUR Vous trouverez dans votre ESPACE CLIENT, un document appelé « Charte éthique du voyageur » qui vous donnera de nombreuses pistes pour ne laisser (et encore !) que l'empreinte de vos pas, et avoir une attitude « responsable et solidaire ». Nous vous engageons à le consulter attentivement.

PROJETS DE DÉVELOPPEMENT Un des projet vise l'intégration des énergies renouvelables variables dans le réseau d'électricité au Costa Rica, conformément à la politique de neutralité carbone mis en place par le pays. Le nouveau président veut développer les infrastructures routières et électriques.

LEXIQUE

- Bonjour : Buenos días
- Bonsoir : Buenas tardes
- À bientôt : Hasta luego
- Comment allez-vous ? : ¿ Cómo estás ?
- Très bien, merci : Muy bien, gracias
- Je ne comprends pas : No entiendo
- Il fait chaud/froid : Hace calor/frío
- J'ai faim/soif : Tengo hambre/sed
- S'il vous plaît / merci beaucoup / de rien : Por favor / muchas gracias / de nada
- Oui / non / peut-être / sûrement : Sí / no / se puede / seguro

EN SAVOIR PLUS...

BIBLIOGRAPHIE

- Le guide Lonely planet : toujours très bien fait, complet et sérieux
- Le Guide Petit Futé 2014 : ce guide est pratique et simple à lire
- Aquileo J. Echevarría (Romances, 1903)
- Ricardo Fernández Guardia "El Lugareño" (El moto, 1903)
- Manuel González Zeledón "Magón" (La propia, 1910)
- Luis Dobles Segreda (Caña brava, 1.926)

SUR LE WEB

ADRESSES UTILES Ambassade du Costa Rica en France : 4, square Rapp - 75007 Paris

Tél. : 01 45 78 50 93 - Fax : 01 45 78 99 66

Site internet : www.ambassade-costarica.org

Email : consulat.cr@gmail.com

SOURCES Wikipédia, Lonelyplanet, le guide du Routard.

**DÉPOSEZ VOS AVIS SUR VOTRE SÉJOUR,
PARTAGEZ VOS PHOTOS ET VIDÉOS DE VOYAGE
SUR NOTRE SITE INTERNET,
SUR FACEBOOK, TWITTER OU SUR INSTAGRAM !!**



#destinationsqueyras

**CONTACT@RANDOQUEYRAS.COM
WWW.RANDOQUEYRAS.COM**

INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES

ASSURANCES

Notre assurance comprend : l'annulation, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 30 jours du départ (voir la page "Conditions générales"). Elle comprend également l'assistance rapatriement. Le prix de l'assurance correspond à 3,90% du prix du séjour.

REGLEMENT

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

À l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

CONTACT

Destinations Queyras
8 route de la gare
05600 GUILLESTRE
Tel. (33) 04.92.45.04.29
Fax. (33) 04.92.45.00.49
contact@randoqueyras.com
www.randoqueyras.com

Agence de voyage N° IM005100004
SARL Randoqueyras au capital de 10 000 €
RCS Gap 484 591 235
RCP MMA 113.326.666
Garant : APS 15 avenue Carnot 75017 PARIS
Agrément Jeunesse et Sports 00598ET0048 -
SIREN 484 591 235 APE 633Z