

Horizons tibétains

Au fil du Yarlung Tsangpo

Circuit 18 jours



Hémérys est une gamme de **voyages culturels d'exception**.

Hémérys, c'est tout l'esprit du voyage culturel Intermèdes dans des **conditions exceptionnelles** :

- des hôtels très haut de gamme, de luxe ou de charme ;
- des groupes de 7 à 15 personnes.

Vaste empire au cœur de l'Asie, le Tibet n'a de cesse de rayonner et de fasciner au-delà de ses frontières naturelles. Si tous les grands fleuves d'Asie prennent leur source sur le plateau tibétain et tiennent une place particulière dans cet univers principalement minéral, le Yarlung Tsangpo représente l'axe central de la civilisation tibétaine et trace son sillon depuis le mont Kailash jusqu'au Kongpo, où il dessine une boucle dans des gorges infranchissables, avant de plonger en Inde vers le golfe du Bengale. Cet itinéraire exceptionnel vous emmènera, au fil du fleuve et de ses affluents, à la découverte des milieux naturels fascinants, ainsi que du patrimoine culturel et religieux qui jalonne ces paysages, territoire des hommes et sanctuaire des dieux.

Avec **Rémi Chaix**, diplômé d'histoire tibétaine à l'Inalco. Spécialiste des régions himalayennes.

L'ESPRIT HEMERYS :

- une hôtellerie de qualité optimale pour les potentialités du pays ;
- une excursion pour voir l'Everest ;
- le lever du soleil sur Samye, le plus ancien monastère tibétain ;
- les trajets en véhicules 4x4 du 8ème jour au jour 11ème jour (trois passagers par véhicule) ;
- la découverte de la vallée de Lunang ;
- le survol du Tibet oriental ;
- un petit groupe de 7 à 12 personnes.

Journée 1

Vol Paris / Chengdu

Départ de Paris sur vol régulier à destination de Chengdu. Repas et nuit en vol.

Journée 2

Chengdu, réserve des pandas

(Environ 60 km)

Arrivée à Chengdu.

Déjeuner.

Cette première étape à **Chengdu**, la cité du brocart de soie, nous permettra de découvrir le **centre de recherche** consacré aux **pandas géants**, emblème de la province du Sichuan, "des quatre rivières".

Dîner et nuit à Chengdu.

Journée 3

Drathang, tombeaux impériaux, Tsethang

(Environ 350 km)

Après avoir **survolé les chaînes du Tibet oriental** (Kham), nous atterrirons sur les rives du Yarlung Tsangpo (Brahmapoutre), véritable épine dorsale du Tibet et fil conducteur de notre cheminement sur le "toit du monde". Nous visiterons le **sanctuaire de Drathang**, dont les **peintures murales** magnifiquement conservées font partie des plus anciennes du Tibet central (XIe siècle), avant de rejoindre la ville de **Tsethang** (*3 400 mètres d'altitude*). Tsethang est, dans la mythologie tibétaine, le lieu de naissance des premiers hommes, issus de l'union d'un singe et d'une démonsse des rochers.

Installation à l'hôtel et déjeuner.

Nous découvrirons ensuite la **vallée du Yarlung**, cœur de l'Empire tibétain (VIIe au IXe siècles), dans laquelle se situent les forteresses et les tombeaux des empereurs et de leurs épouses, ainsi que **des tumulus** de plus de cent cinquante mètres de côté.

Dîner et nuit à Tsethang.

Journée 4

Samye, mont Hepori, Yumbu Lagang, Trandruk

(Environ 150 km)

Au petit matin, nous admirerons le lever de soleil sur **Samye**, le plus ancien monastère tibétain, fondé par le célèbre Padmasambhava (Guru Rinpoche) au VIIIe siècle, et lieu du premier concile bouddhique tibétain. La visite des différents sanctuaires sera l'occasion d'un premier contact avec la richesse du panthéon tibétain, et notamment ses divinités courroucées.

Déjeuner sous forme de pique-nique sur le mont Hepori qui surplombe le Brahmapoutre et le monastère, laissant apparaître sa fameuse structure en mandala.

Nous poursuivrons notre découverte du Tibet impérial par la visite du premier palais des souverains tibétains, le **Yumbu Lagang**, installé sur son promontoire au-dessus des premiers champs cultivés selon la tradition. Le **sanctuaire de Trandruk**, fondé par le premier empereur au VIIe siècle pour dompter, grâce au bouddhisme, la démonsse du plateau tibétain, renferme notamment une statue miraculeuse de la déesse Tara.

Dîner et nuit à Tsethang.

Journée 5

Lac Yamdrok, Nenyng, Yemar, Gyantse

(Environ 420 km)

Après avoir remonté le Brahmapoutre, nous franchirons le col Kampa-la (*4 800 mètres d'altitude*) qui offre une vue unique sur le **lac Yamdrok** et ses eaux turquoises, puis le col Karo-la (*5 000 mètres d'altitude*), dominé par d'imposants glaciers de part et d'autre de la route.

Déjeuner sous forme de pique-nique au pied des glaciers à 5 000 mètres d'altitude.

Nous visiterons ensuite le **monastère de Nenyng**, puis le petit sanctuaire de **Yemar** sur l'ancienne route vers le Bhoutan et dont les quelques statues conservées témoignent de l'influence de l'Asie Centrale sur l'art tibétain du XIe siècle. Nous arriverons enfin à **Gyantse**, troisième ville du Tibet et principal comptoir des échanges commerciaux entre le Népal et le Tibet.

Dîner et nuit à Gyantse.

Journée 6

Palkhor Chode de Gyantse, Kumbum, Shalu, Shigatse

(Environ 160 km)

Durant la matinée, nous découvrirons le **hall d'assemblée de l'université monastique** (Palkhor Chode) et le stupa aux 100 000 images, le **Kumbum**, qui renferme un ensemble unique, véritable inventaire du panthéon bouddhique tibétain, de **peintures et de sculptures en argile** du XVe siècle. La **forteresse de Gyantse**, lieu de la résistance face aux troupes britanniques en 1904, offre une vue d'ensemble sur la Vieille Ville et le monastère.

Déjeuner à Gyantse et route vers Shigatse.

Après avoir descendu la vallée la plus fertile du Tibet, nous visiterons le **temple de Shalu** (fondé en 1040) qui fut un lieu d'érudition majeur du bouddhisme tibétain et où les collections canoniques (Kanjur et Tenjur) furent rassemblées au XIVe siècle. Le temple principal, couronné par une toiture en tuiles vernissées, renferme un éventail des plus belles **peintures d'influences indienne, néwari et chinoise** (datant des XIe au XVe siècles) conservées au Tibet.

Dîner et nuit à Shigatse.

Journée 7

Phuntshog Ling, Shekar

(Environ 320 km)

En remontant le Brahmapoutre, nous visiterons le **monastère de Phuntsogling**, ancien siège de l'ordre Jonang, banni du Tibet central par l'administration du cinquième dalaï-lama au milieu du XVII^e siècle. Le **monastère** conserve encore une petite partie des peintures murales dans un style tibétain du XVI^e siècle, qui faisait sa réputation.

Déjeuner sous forme de pique-nique sur les rives du Brahmapoutre.

Sur la route pour Shekar nous admirerons la chaîne himalayenne depuis le col Gyatso *(5 250 mètres d'altitude)*.

Dîner et nuit à Shekar.

Journée 8

Rongphu, camp de base de l'Everest (Jomolangma), Sakya

(Environ 160 km)

Nous nous rendrons ce matin au **monastère de Rongphu** *(5 000 mètres d'altitude)*, fondé en 1902 par un religieux de l'ordre des Anciens (Nyingma), au pied de la face nord du Jomolangma (Sagarmatha en népali), pour admirer le lever de soleil sur cette pyramide majestueuse de roc et de glace *(8 848 mètres d'altitude)*.

Déjeuner au pied de l'Everest.

Durant l'après-midi, sur la route vers **Sakya**, nous marquerons plusieurs arrêts pour admirer une dernière fois le massif de l'Everest, où se dressent également le Lhotse *(8 516 mètres d'altitude)*, le Makalu *(8 463 mètres d'altitude)* et le Cho Oyu *(8 201 mètres d'altitude)*.

Dîner et nuit à Sakya.

Journée 9

Sakya, Tashilhunpo, Shigatse

(Environ 280 km)

Sakya (lit. "terre grise") fut non seulement le siège d'un ordre religieux du même nom, fondé en 1073 par un membre du clan Khön (une famille aristocratique depuis l'époque impériale), mais également la capitale du Tibet durant près d'un siècle sous la domination mongole (XIII^e-XIV^e siècles). Les bâtiments de l'ordre Sakya sont reconnaissables aux trois bandes verticales (blanche, rouge et bleue) qui décorent leurs murs extérieurs. Nous visiterons le **monastère**, à flanc de colline, puis l'immense forteresse en fond de vallée, cas unique au Tibet d'influence architecturale centrale asiatique et ancien siège de l'administration politique édifée par Phagpa (1235-1280), le précepteur impérial de Kubilai Khan.

Déjeuner à Sakya et route vers Shigatse.

En fin d'après-midi, nous découvrirons le **Tashilhunpo**, monastère-cité des panchen-lama. Fondé au XV^e siècle par le premier dalaï-lama, cette institution fut le siège de l'ordre Guélouk dans la région du Tsang. Université bouddhique renommée, ses temples et son hall d'assemblée fascinent aussi bien les pèlerins que les touristes par leur richesse et leur gigantisme. Nous ferons également la visite du marché.

Dîner et nuit à Shigatse.

Journée 10

Col Shugu-la, Yangpachen, Lhasa

(Environ 360 km)

Nous quitterons Shigatse ce matin pour rejoindre **Lhasa**. Après avoir longé le **Brahmapoutre**, nous prendrons, vers le Nord, la piste peu empruntée qui passe au pied du Jomo Gangtse *(7 000 mètres d'altitude)* par le **col Shugu** *(5 300 mètres d'altitude)*, l'un des plus hauts cols carrossables du monde. A cette période, les familles d'éleveurs de yacks seront en pleine préparation de l'hivernage et rassembleront les troupeaux. Ces pâturages de haute altitude constituent l'habitat privilégié des pikas (aussi appelés lièvres crieurs), des renards et des bharals (mouton bleu himalayen).

Déjeuner sous forme de pique-nique au pied du Jomo Gangtse.

Nous poursuivrons notre route vers le site de **Yangpachen**, célèbre pour ses sources chaudes et son monastère sur un nid d'aigle, appartenant à l'ordre Kagyu et fondé au XIV^e siècle. En fin de journée, nous arriverons à Lhasa *(3 600 mètres d'altitude)*, la "Terre des dieux" où les pèlerins des quatre coins du Tibet convergent sans discontinuer.

Dîner et nuit à Lhasa.

Journée 11

Drepung, Nechung, Ramoche, Jokhang

(Environ 100 km)

Le **monastère de Drepung**, fondé en 1416 par un disciple de Tsongkhapa, le fondateur de l'ordre Guélouk, était une véritable cité monastique, qui a compté jusqu'à dix mille moines répartis dans les sept collèges d'études philosophiques et tantriques. Les principaux bâtiments, le hall d'assemblée à 182 piliers, les cuisines, le palais des dalaï-lamas (le Ganden Phodrang) et le collège de Loseling, ont survécu et laissent imaginer la vie au sein de cette institution gigantesque du temps de son apogée, lorsque les moines tibétains, et aussi mongols et chinois, venaient y parfaire leur formation religieuse.

En contrebas, nous découvrirons le **temple de l'oracle d'état de Nechung**, avec **ses peintures sur fond noir** représentant les protecteurs du Tibet.

Déjeuner à proximité du Barkhor.

Nous visiterons ensuite le **temple du Ramoche** édifié pour abriter la statue du seigneur Akshobya, apportée par l'épouse chinoise du premier grand empereur tibétain au VII^e siècle, Songtsen Gampo (613-650). La statue principale du sanctuaire fut sauvée de la destruction à Pékin par le dixième panchen-lama et réinstallée en 1985 après que le temple ait servi de grenier et de salle de réunion durant la Révolution culturelle.

La suite de l'après-midi sera consacrée à la **visite du Jokhang**, lieu le plus sacré et écrin de l'image du Jowo Sakyamuni paré dans la cella principale. Ce temple, fondé autour de 640 par Songtsen Gampo pour la statue de son épouse népalaise, marque pour les Tibétains le centre d'où rayonne la doctrine du bouddha. Comme nous le constaterons au milieu des pèlerins, le Jokhang constitue encore aujourd'hui le cœur et le poumon de la civilisation tibétaine, où tous, vêtus de leur plus beaux costumes, rendent hommage au bouddha et reçoivent ses bénédictions. Nous déambulerons ensuite avec le flot continu des pèlerins autour du sanctuaire, sur le **Barkhor**, "circuit de circumambulation médian", où les étals des marchands exposent tout ce qui est nécessaire aux pèlerins (Khata, encens, chevaux de vent...) et aux touristes (antiquités et babioles venues de Chine et du Népal).

Dîner et nuit à Lhasa.

Journée 12

Potala, musée de Lhasa, Tshurpu

(Environ 270 km)

Nous commencerons par gravir les marches du **palais du Potala** pour entrer progressivement dans l'univers des dalaï-lamas. Édifié sur la colline rouge à partir de 1645 par le cinquième dalaï-lama (1617-1682) pour abriter ses appartements et son administration, cet édifice est un véritable dédale de temples et de sanctuaires dédiés aux divinités du panthéon bouddhique et aux bibliothèques. Des peintures murales y retracent l'histoire du Tibet, la vie au temps des dalaï-lamas, et les étapes de l'édification du Potala. Les appartements des dalaï-lamas situés au sommet du **palais blanc**, offrent une vue magnifique sur la vallée de Lhasa, auparavant dominée par les marécages et aujourd'hui centre urbain de plus de huit cent mille habitants, capitale de la Région autonome du Tibet. Le **palais Rouge** (partie centrale) renferme les mausolées de huit dalaï-lamas, dont le stupa funéraire du Grand Cinquième, "l'unique ornement du monde", qui fut prospère avec 3 700 kilogrammes d'or et des milliers de pierres précieuses.

La visite du **musée du Tibet** sera l'occasion d'admirer les plus belles pièces archéologiques de l'art tibétain, témoignant de près de deux millénaires de maîtrises technique et artistique.

_Déjeuner à Lhasa.

Nous prendrons la route vers Tshurpu. Siège d'un des ordres les plus influents de l'histoire, Karma Kagyu, le **monastère de Tshurpu** est situé au fond d'une étroite vallée à l'Ouest de Lhasa et surplombé par de nombreux ermitages. Les seize incarnations successives du Karmapa ont sans cesse enrichi le patrimoine artistique de cette institution qui fut fondée en 1187 et ont entretenu des relations privilégiées avec de nombreux empereurs chinois.

Dîner et nuit à Lhasa.

Journée 13

Lac Namtso

(Environ 500 km)

Au petit matin, nous prendrons la route du **lac Namtso**, le "lac Céleste" qui culmine à 4 720 mètres d'altitude, le plus haut lac salé du monde, et couvre une superficie de 1 900 kilomètres carrés. Le site sacré, parsemé d'ermitages rupestres, est également un sanctuaire ornithologique unique. Ce sera l'occasion d'une promenade sur la presqu'île du **monastère de Tashidor**, nous permettra d'admirer les eaux turquoises du lac et la vue exceptionnelle sur la chaîne du Nyenchen Thangla.

Sur la route du retour, nous nous arrêterons dans les grands pâturages où les nomades de Nagchu rassembleront leurs troupeaux avant l'hivernage.

Dîner et nuit à Lhasa.

Journée 14

Ganden, la Vieille Ville de Lhasa

(Environ 150 km)

Niché au-dessus de la vallée du Kyichu, à 4 300 mètres d'altitude, le **monastère-ermitage de Ganden** fut fondé par le grand réformateur Tsongkhapa (1357-1419) en 1409. Siège de l'ordre Guélouk, cette institution, complètement rasée lors de la Révolution culturelle, fait l'objet d'une restauration de ses principaux bâtiments, depuis les années 1990.

Déjeuner sous forme de pique-nique sur place.

Nous retournerons ensuite dans les **vieux quartiers de Lhasa** pour y découvrir la mosquée édifiée au XVIII^e siècle, ainsi qu'**Ani Tsamkhung**, un monastère de moniales.

Dîner et nuit à Lhasa.

Journée 15

Gyamda, Draksum Tso, Bayi

(Environ 500 km)

En route vers Bayi, nous cheminerons le **long du Kyichu** avant de passer le **col Mila (4 930 mètres d'altitude)** pour entrer dans la **région du Kongpo**. Nous traverserons des zones pastorales, avant de descendre le long de la **rivière Nyangchu** et d'entrer progressivement dans un milieu écologique marqué par un climat plus chaud et plus humide.

Déjeuner à Gyamda.

A l'écart de la route principale, posé sur un îlot au milieu du **lac Draksum Tso**, le **petit monastère de Tsodzong**, appartenant à l'ordre Nyingma, fut le lieu de méditation privilégié de plusieurs grands maîtres depuis le XIV^e siècle. Nous poursuivrons ensuite notre route jusqu'à **Bayi**, siège de la préfecture de Nyingtri, à 2 900 mètres d'altitude, qui fut longtemps le principal lieu de production des cultures maraîchères du Tibet central.

Dîner et nuit à Bayi.

Journée 16

Vallée de Lunang, pèlerins du mont Bönri, Lama Ling

(Environ 180 km)

Cette journée sera consacrée à la découverte de cette région méconnue du Tibet et à la rencontre avec ses habitants. Nous nous rendrons dans la **vallée de Lunang**, souvent qualifiée d'Alpes suisses du Tibet, en raison de ses forêts de conifères et de l'architecture des maisons en bois avec toiture à double pente. Les paysages verdoyants, où la faune (ours, tigres, singes...) et la flore (cyprès géants, noyers...) sont d'une diversité unique, offriront un contraste saisissant après le séjour dans l'univers minéral du Tibet central.

Promenade et repas sous forme de pique-nique dans la vallée.

Les populations tibétaines de cette région, les Mönpa, ont conservé certaines pratiques de la religion pré-bouddhique, le Bön. Nous rencontrerons des pèlerins sur le circuit autour du **mont Bönri**, principal lieu de pèlerinage des adeptes de cette religion. Puis nous visiterons le **monastère de Lama Ling**, monastère important de la tradition Nyingma, avec son temple caractéristique qui représente la "montagne de cuivre", résidence mythique de Padmasambhava. Nous descendrons ensuite jusqu'au niveau de la confluence du Nyangchu et du Brahmapoutre pour admirer le **Namchak Barwa (7 756 mètres d'altitude)**, qui impose au fleuve une boucle avant de traverser enfin la chaîne himalayenne.

Dîner et nuit à Linzhi.

Journée 17

Vol Linzhi / Chengdu

(Environ 100 km)

Nous décollerons de l'aéroport de Linzhi en survolant le **Namchak Barwa** et les **gorges du Brahmapoutre**, puis nous passerons à nouveau au-dessus du Kham avant d'atterrir dans la plaine de Chengdu (*500 mètres d'altitude*).

Déjeuner.

Envol pour Paris et dîner à bord.

Journée 18

Retour à Paris

Arrivée à Paris dans la matinée.

Le programme proposé est susceptible de connaître de légères modifications en fonction des changements de jours et heures d'ouverture des sites ou de modification des horaires des vols domestiques. Si tel était le cas, tout serait mis en œuvre pour limiter cela à des modifications dans l'ordre des visites, ou, éventuellement, vous proposer des prestations de remplacement de qualité équivalente.

Départ du 11 octobre 2021 au 28 octobre 2021 (18 jours, 16 nuits)

Les tarifs de ce voyage sont en cours de préparation.

Ce prix est indépendant des éventuelles fluctuations de change Euro / Yuan.

Ce programme comprend :

- les vols internationaux et les vols intérieurs ;
- les taxes d'aéroport ;
- l'hébergement ;
- la pension complète, hors boissons ;
- l'accompagnement culturel d'un conférencier Intermèdes et de guides locaux ;
- les trajets en bus privé ;
- les trajets en véhicules 4x4 du 8ème jour au jour 11ème jour (trois passagers par véhicule) ;
- les entrées dans les sites mentionnés dans le programme ;
- le port des bagages ;
- l'assistance rapatriement ;
- les frais de visas obtenus par nos soins.

Ce programme ne comprend pas :

- les boissons ;
- les pourboires aux guides locaux et aux chauffeurs ;
- les droits pour photographe à l'intérieur des temples ;
- les dépenses personnelles ;
- l'assurance optionnelle annulation, bagages et interruption de séjour.

OFFRE EXCLUSIVE Chambre à partager

Si vous vous inscrivez seul tout en souhaitant partager votre chambre d'hôtel et si aucun autre voyageur ne peut partager avec vous, Intermèdes a le plaisir de vous offrir **le montant du supplément chambre individuelle**.

Départ de Province

Si vous souhaitez un départ de province, notre service transport effectuera la recherche la plus adaptée. Selon les destinations, les départs de province s'effectuent soit sous forme de pré et post acheminement vers Paris, soit, pour l'Europe notamment, sous forme de vol direct de votre ville vers le lieu de destination. Consultez notre Service Clients pour une étude spécifique.

Hôtellerie (classification en normes locales)

- Chengdu - **Sheraton** 5★
http://www.starwoodhotels.com/sheraton/property/overview/index.html?propertyID=1296&language=fr_FR
- Gyantsé - **Gyantsé** 3★
- Lhassa - **Kyichu Hôtel (hôtel de style tibétain)** 3★
- Linzhi - **Xiang ba la a Lingzhi**
- Sakya - **Marasaruowa** 2★
- Shekhar - **Qumolangma** 3★
- Shigatse - **Shigatse** 3★
- Tsetang - **Tsetang** 4★

Si les hôtels mentionnés devaient être modifiés, ils seraient remplacés par des établissements de catégorie similaire. Toutefois les services proposés peuvent varier.

Bon à savoir : à l'exception des hôtels à Chengdu et à Lhassa les hôtels ne sont ni de luxe ni de charme.

Assurances

Pour votre confort et votre sécurité, l'assurance assistance/rapatriement est incluse dans le prix de voyage si vous résidez en Europe.

Pour plus de garanties, nous vous recommandons de souscrire le jour de votre inscription une des assurances complémentaires annulation/interruption de voyage/bagage suivantes :

Garantie multirisque extension épidémies * : 4,74 % du prix du voyage

Annulation

Lorsque vous devez annuler votre voyage, Assurinco vous rembourse les frais prévus dans nos conditions de vente pour tout motif listé dans les conditions générales de l'assurance (sans franchise en cas de maladie, accident, décès, et avec une franchise pour tous les autres motifs garantis).

L'extension épidémies inclut une téléconsultation avant départ, l'annulation pour maladie type COVID déclarée dans le mois qui précède le départ ainsi que l'annulation pour refus d'embarquement suite à prise de température.

Remboursement maximum : 10 000 € par personne et 40 000 € par événement.

Bagages

- En cas de perte, vol ou détérioration de vos bagages, Assurinco vous rembourse à concurrence de 2 000 € par personne.

- En cas de retard d'acheminement, Assurinco vous rembourse les effets de première nécessité à hauteur de 300 € par personne (sur présentation des justificatifs à votre retour de voyage).

Interruption de voyage

Si vous êtes rapatrié, ou devez interrompre votre voyage en cas de :

- maladie grave, hospitalisation ou décès d'un proche;
- inondation, incendie ou cambriolage de votre domicile, résidence secondaire, locaux professionnels;
- une convocation à caractère impératif.

Assurinco vous rembourse la partie de votre voyage non effectuée (avec une franchise d'une nuit) à concurrence de 10 000 € par personne et 40 000 € par événement.

Cette garantie ne peut intervenir qu'après intervention de Mutuaide au titre des garanties d'assistance.

Garantie multirisque * : 3,95 % du prix du voyage

Annulation

Lorsque vous devez annuler votre voyage, Assurinco vous rembourse les frais prévus dans nos conditions de vente pour tout motif listé dans les conditions générales de l'assurance (sans franchise en cas de maladie, accident, décès, et avec une franchise pour tous les autres motifs garantis).

Remboursement maximum : 10 000 € par personne et 40 000 € par événement.

Bagages

- En cas de perte, vol ou détérioration de vos bagages, Assurinco vous rembourse à concurrence de 2 000 € par personne.

- En cas de retard d'acheminement, Assurinco vous rembourse les effets de première nécessité à hauteur de 300 € par personne (sur présentation des justificatifs à votre retour de voyage).

Interruption de voyage

Si vous êtes rapatrié, ou devez interrompre votre voyage en cas de :

- maladie grave, hospitalisation ou décès d'un proche;
- inondation, incendie ou cambriolage de votre domicile, résidence secondaire, locaux professionnels;
- une convocation à caractère impératif.

Assurinco vous rembourse la partie de votre voyage non effectuée (avec une franchise d'une nuit) à concurrence de 10 000 € par personne et 40 000 € par événement.

Cette garantie ne peut intervenir qu'après intervention de Mutuaide au titre des garanties d'assistance.

Garantie Multirisque complémentaire carte bancaire * : 2 % du prix du voyage.

Garanties identiques à l'assurance Multirisque, **à condition que vous ayez réglé votre voyage au moyen d'une carte bancaire haut de gamme, comportant une garantie annulation.**

* Les garanties d'assurance sont soumises aux conditions générales de vente décrites dans les notices d'assurance. Le détail des garanties est disponible sur notre site internet www.intermedes.com, ou peut vous être envoyé sur simple demande.

Vous disposez d'une faculté de renonciation définie par les articles L112-2-1 et L112-10 du Code des assurances à la suite de la souscription d'un contrat d'assurance. Conformément aux dispositions de l'article L112-10 du Code des assurances, l'Assuré qui souscrit à des fins non professionnelles un contrat d'assurance constituant un complément d'un bien ou d'un service vendu par un intermédiaire, **s'il justifie d'une garantie antérieure** pour l'un des risques couverts par le présent contrat, peut renoncer à ce dernier, sans frais ni pénalités tant qu'il n'a pas été intégralement exécuté ou que l'Assuré n'a fait intervenir aucune garantie.

Cette renonciation doit intervenir dans un délai de **quatorze (14) jours calendaires** à compter de la conclusion du contrat. La demande écrite doit être remise en main propre ou envoyée par courrier recommandé.

Informations pratiques

Chine

Formalités pour les ressortissants français : un passeport valable au moins six mois après la date du retour et comportant 3 pages vierges dont 2 face à face est nécessaire.

Attention : de nouvelles formalités pour l'obtention des visas ont été mises en place depuis le 15/07/19 par le gouvernement chinois. Désormais, pour obtenir un visa, **toute personne de 14 à 70 ans inclus** doit se **déplacer** individuellement dans l'un des 4 centres chinois en France (Paris, Lyon, Strasbourg et Marseille) pour une **prise d'empreintes obligatoire**.

Pour faciliter les démarches, Intermèdes se charge de préparer votre dossier et de prendre rendez-vous avec le centre de visa de votre choix aux dates souhaitées.

Pour les personnes de moins de 14 ans et de plus de 71 ans et un jour, ou celles qui ont déjà enregistré leurs empreintes sur le même passeport, il sera toujours possible de faire un visa sans prise d'empreintes. Nous nous chargerons d'obtenir le visa, selon la procédure classique.

Il est préférable d'éviter la présence d'un tampon turc ou pakistanais sur votre passeport.

Les non-ressortissants français ou bi-nationaux sont invités à consulter les autorités consulaires afin de vérifier les formalités exigées : ambassade de Chine - 11 avenue George V 75008 Paris - Tel : 01 49 52 19 50 - Site web : <http://www.amb-chine.fr/fra/>

Pour tout mineur ne voyageant pas avec ses parents ou voyageant avec un seul de ses parents, une nouvelle réglementation astreint à des formalités particulières publiées sur le site <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1922>. Dans tous les cas de figure, nous vous recommandons d'emporter une **copie du livret de famille et lorsque l'enfant ne voyage pas avec ses deux parents une autorisation du deuxième parent**.

Pour plus de précisions consultez notre Service Clients.

Trains et gares (pour les programmes concernés) : la gestion technique des réservations des trains se complexifie, aussi nous ne pouvons garantir des places dans le même compartiment pour la totalité du groupe. Selon la date de votre inscription, il est possible que la classe de réservation initialement prévue ne soit plus disponible, auquel cas vous voyageriez dans une autre catégorie. Dans les trains vos bagages resteront avec vous. Dans la quasi-totalité des gares, il n'y a pas de porteurs et peu d'escalators. Vous devrez porter votre valise jusqu'au wagon, et à l'arrivée jusqu'à l'autocar. Ne chargez donc pas trop vos valises et ne les choisissez pas trop encombrantes. Les couteaux de type canif ou opinel etc... sont interdits à bord des trains. Les trains chinois sont climatisés, modernes et confortables.

Trajets en train de nuit : les cabines 1ère classe T4 (4 personnes) ont une surface d'environ 5 m² en moyenne. Il n'y a pas de salle d'eau à bord, néanmoins chaque wagon dispose de toilettes communes. Il n'existe pas de cabines individuelles ou pour 2 personnes.

Vols intérieurs (pour les programmes concernés) : ils sont opérés à bord de l'une des compagnies suivantes : China Southern, Hainan Airlines, Air China, Shanghai Airlines ou Sichuan Airlines... Le poids des bagages en soute est généralement limité à 20 kg.

Important : depuis le 16 août 2015, les piles, batteries, chargeurs portables sont interdits dans les bagages en soute, ils doivent être impérativement placés dans les bagages à mains (2 batteries par personne autorisées, 100 volts maxi par batterie. La puissance des batteries/chargeurs portables doit être mentionnée sur l'appareil, à défaut il faut se munir de l'emballage où cette mention figure. Dans le cas contraire les appareils risquent d'être confisqués).

En cas de non-respect de cette consigne, les bagages enregistrés seront ouverts et le matériel confisqué. D'autre part les briquets et les allumettes sont strictement interdits durant le vol (bagages en soute et bagages à main).

Heure locale : le décalage horaire est de 6 heures en plus par rapport à la France en été, 7 heures en hiver. Il n'y a pas de fuseau horaire à l'intérieur même de la Chine.

Climat : en Chine, c'est la vallée du Yangtze qui délimite géographiquement les deux types de climats principaux. En effet au Sud le climat est de type subtropical c'est à dire chargé d'humidité, avec des différences de température entre l'hiver et l'été peu marquées. Cependant au Nord, le climat est de type continental c'est-à-dire sec et rigoureux l'hiver et très chaud en été. La province du Xinjiang au Nord-Ouest est quasi désertique. Les températures sont extrêmes en hiver et en été, plus agréables au printemps et à l'automne, qui sont d'ailleurs les meilleures périodes pour découvrir cette région. Hong Kong jouit d'un climat subtropical avec un fort taux d'humidité, mais en hiver, cette humidité se ressent moins. Les températures avoisinent 17°C, mais peuvent descendre au-dessous de 10°C. Il convient de prévoir un coupe-vent et des lainages. Macao étant proche de Hong Kong, le climat est sensiblement le même et la meilleure saison reste l'hiver.

Santé : aucun vaccin n'est obligatoire ni particulièrement recommandé. Toutefois il est conseillé d'emporter une petite trousse à pharmacie.

Change : l'unité monétaire en Chine est le Yuan (Renminbi Yuan chinois = CNY). 1 EUR = 7,67 CNY (janv. 2020). Les cartes bancaires internationales (Visa, American Express, Master Card) sont acceptées dans leur grande majorité dans les grands magasins ainsi que dans la plupart des boutiques au sein des hôtels. On trouve des distributeurs un peu partout, vérifiez au préalable que votre carte bancaire offre bien la possibilité de retraits internationaux.

Douane : en théorie, pour vos achats de souvenirs, la limite est fixée à 180 euros de valeur marchande. A noter : le passage à la frontière de caméscopes professionnels est interdit.

Électricité : le courant électrique est de 220 volts. Les prises à fiches plates sont les plus répandues, un adaptateur international pour prises américaines peut vous être utile.

Photo : vous trouverez des cartes photo numériques partout, à tous les prix. Il faut marchander. Les batteries pour appareil photo numérique sont bon marché, mais attention à la contrefaçon. Les caméscopes professionnels sont interdits.

Téléphone / Internet : pour les appels de la Chine vers la France la facturation commence à partir de la première sonnerie d'attente. Il est plus avantageux de téléphoner avec une carte téléphonique, que vous pouvez vous procurer dans la plupart des hôtels. L'accès à Internet reste très aléatoire selon les régions et il est parfois difficile d'accéder aux comptes de messagerie Internet et aux moteurs de recherche.

Tenue vestimentaire : les Chinois ne sont guère formalistes. Emportez des vêtements confortables. Il est conseillé de se munir en toutes saisons d'un vêtement de pluie, ainsi que de chaussures confortables et pratiques (en été, des chaussures légères et en hiver des chaussures chaudes). Les systèmes de climatisation que l'on trouve en Chine sont particulièrement efficaces dans les restaurants, dans les bus ainsi que dans les hôtels, aussi est-il conseillé de se couvrir pour prévenir tout type de désagréments.

Hébergement : les asiatiques affectionnent particulièrement les lits aux matelas fermes à durs. Il est par conséquent assez fréquent de trouver ce type de matelas dans de nombreux hôtels. Par ailleurs, les hôtels possédant des piscines (intérieures ou extérieures) exigent maillot de bain et bonnet de bain pour s'y baigner.

Achats : les prix sont fixes dans les magasins d'état, mais il est conseillé de marchander sur les marchés libres. On peut trouver en Chine une quantité impressionnante d'objets en jade ou laque. Les guides locaux ont parfois tendance à inciter les participants à se rendre dans des boutiques pour faire des achats. La consigne d'Intermèdes, qui est donnée à nos prestataires locaux, spécifie que l'arrêt dans un magasin ne doit en aucun cas se faire au détriment des visites culturelles et qu'une seule visite de magasin par ville est autorisée.

Visites optionnelles : certaines activités annexes non citées au programme peuvent vous être proposées sur place par votre guide local. Celles-ci n'étant pas incontournables, nous avons jugé inutile de les inclure pour l'ensemble du groupe. Il vous revient de choisir si vous souhaitez y participer, tout en sachant que cela ne doit jamais se faire au détriment du programme des visites déjà prévues.

Pourboires : les pourboires sont pratique courante en Chine et bien que laissés à votre appréciation, ils n'en demeurent pas moins très attendus par vos guides locaux et vos chauffeurs à chaque étape du voyage. Prévoyez un budget d'au moins 5 euros par jour et par personne.

Tibet

Altitude : en raison de l'altitude, ce voyage **nécessite une bonne condition physique, et il est impératif de demander l'avis de votre médecin**. Vous devez emporter un **traitement adéquat contre le mal d'altitude** et éviter la consommation d'alcool et de cigarettes.

Climat : le climat, rude et variable selon l'altitude et l'époque de l'année, est plus chaud de mai à septembre. En septembre/octobre à Lhassa, il fait environ 15°C mais les nuits restent froides. Au-dessus de 4 000 mètres, il fait froid en permanence. Les zones centrales du Tibet sont plus tempérées.

Tenue vestimentaire : il convient d'emporter des vêtements de mi-saison pour Chengdu et des vêtements chauds pour les étapes en altitude. Prévoyez des chaussures confortables pour des chemins de moyenne montagne (des chaussures de trek ne sont pas nécessaires). Prévoir également un chapeau, de bonnes lunettes de soleil, une crème de protection solaire et un stick de baume pour les lèvres.

Prévisions météorologiques

Nous vous conseillons de consulter les prévisions météorologiques la veille de votre départ sur le site de **la chaîne météo** ou de **météo France**.

Informations voyageurs : sécurité et situation sanitaire

Pour chaque pays, le **ministère des Affaires Étrangères** (<http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs>) publie des fiches conseils aux voyageurs sur son site internet. Vous y trouverez les dernières recommandations notamment en matière de sécurité, formalités et santé.

Nous vous recommandons fortement de consulter ces sources d'information régulièrement, jusqu'à la veille de votre départ. Nous tenons également ces fiches à votre disposition sur simple demande au 01 45 61 90 90.

Bibliographie

Chine

Histoire

- *La Chine ancienne*, Jacques Gernet, Que sais-je ? PUF
- *La Chine impériale*, Denys Lombard, Que sais-je ? PUF
- *La Chine ancienne*, Emmanuelle Lesbire et Marie Leureillard, Hazan
- *La Chine classique*, Ivan P. Kamenarovic, Belles Lettres
- *La Chine du XXème siècle*, Alain Roux, Armand Colin

Art

- *L'art chinois*, Christine Shimizu, Tout l'art, Flammarion
- *L'Art de la Chine*, William Watson et Marie-Catherine Rey, Citadelles & Mazenod
- *Trois mille ans de peinture chinoise* Collectif, éditions Philippe Picquier
- *Vide et plein, le langage pictural chinois* - François Cheng - Le Seuil
- *L'Art en Chine – La Résonance Intérieure* - Yolande Escande, Hermann
- *L'Art de la Chine traditionnelle. Le cœur et la main*, Yolaine Escande, Hermann

Civilisation - Société

- *Chine, Peuples et civilisation* - Gentelle Pierre - la découverte et Syros
- *Chine, culture et traditions* - Jacques Pimpaneau - Philippe Picquier
- *Les Chinois* - Claude Larre - Auzou
- *Le Monde chinois* - Gernet Jacques - Armand Colin (Rééd. Mise à jour).
- *Chinoises* - Xinran - Philippe Picquier
- *Enfants des Rues en Chine* - Stoecklin Daniel - Karthala

Philosophie - Religion

- *Introduction à la pensée chinoise* - Nicolas Zufferey - Hachette Marabout
- *Histoire de la pensée chinoise* - Anne Cheng - Le Seuil
- *Les voies de la sagesse, Bouddhisme et religions d'Asie* - Christine Kontler - Philippe Picquier
- *Confucius. Des mots en action*, Danielle Elisseeff, Découvertes Gallimard
- *Nouveau traité sur l'homme* - Feng Youlan - traduit par Michel Masson - Collection Patrimoines Chine - Cerf

Littérature chinoise

Générale

- *Histoire de la Littérature chinoise* - Pimpaneau Jacques - Philippe Picquier

Ancienne

- *Le Pèlerinage vers l'Ouest* - trad. André Lévy - coll. La Pléiade - Gallimard
- *Le Rêve dans le Pavillon rouge, Cao Xueqin, Honglou Meng* - traduction de Li Tche-Hou - coll. La Pléiade - Gallimard

- *Fleur en fiolle d'or* - Jin Ping Mei - trad. André Lévy - coll. La Pléiade - Gallimard
- *Au bord de l'eau* - Shi Nai-An et Louo Kouan Tchong - trad. Jacques Dars - coll. La Pléiade - Gallimard. Existe également en version poche dans la collection Folio.
- *Les Trois Royaumes* - (3 volumes) - Louo Kouan Tchong - Flammarion

Moderne

- *Un fils tombé du ciel / L'enfant du nouvel an / Gens de Pékin* etc. de Lao She
- *Vie et passion d'un gastronome chinois* - Lu Wenfu - Philippe Picquier
- *La montagne de l'âme* - Gao Xingjian - Editions de l'aube
- *Mort d'une héroïne rouge / Visa pour Shanghai / De soie et de sang* etc., romans policiers de Qiu Xiaolong - Le Seuil
- *Le passeur de Chadong*, Shen Congwen

Échanges culturels entre l'Europe et la Chine

- *Chine et Christianisme, Action et Réaction* - Granet Marcel - Gallimard
- *France-Chine, quand deux mondes se rencontrent* - Muriel Détrie - coll. Découvertes - Gallimard

Guide de voyages

- *Guide Voir Chine*, Hachette
- *Guide bleu Chine : De Pékin à Hong Kong*
- *Guide Bleu : Chine du Sud-Ouest*
- *Guide Bleu Évasion : Chine*

Dossiers d'Archéologie

- *Les fabuleuses découvertes du XXe siècle* - n°259 (décembre 2000) : le mausolée du 1er empereur de Chine
- *Aux origines de la civilisation chinoise* - n°91 (février 1985)

Librairie spécialisée : Librairie Le Phenix 72 boulevard de Sébastopol 75003 Paris - www.librairielephenix.fr

Tibet

- Guide du bouddhisme tibétain, Philippe Cornu.
- Tibet terre du ciel, Kevin Kling Chêne. Livre photo, texte d'introduction instructif.
- Tibet secret, Fosco Maraini Arthaud. Date un peu mais très complet sur l'histoire et permet une mise en perspective.
- Sur le toit du monde, Peter Hopkirk Picquier. Exaltant à lire sur ces aventuriers du Tibet.
- Souvenirs d'un voyage dans le Thibet, Régis Evariste Huc livre de poche 1844-1846.
- Le bouddhisme tantrique du Tibet, John Blofeld, Points sagesses Seuil.
- Circumambulation tibétaine, Jean Leviol, Youfeng.
- Le monde du Dalaï Lama, Gill Farrer-Halls, le Pré aux clercs.
- Voyage au Tibet sur les pas d'A. David-Néel, Agniel et Gotin, Garde-temps.
- Moines danseurs du Tibet, M. Ricard, Albin Michel.
- Le Tibet, une civilisation blessée, Françoise Pommaret, découvertes Gallimard.
- L'an prochain à Lhassa, Claude B. Levenson, Picquier Poche.
- Le chemin de Lhassa, un voyage au Tibet. Claude B. Levenson.
- Le bouddhisme du bouddha, A. David-Néel, Rocher.
- Un rêve tibétain, Patrick Carré, poche n°13920.
- J'ai connu le Tibet libre. Thoutpen Phuntshog, Grasset.
- La mendiante de Shigatze, Ma jian, Babel.
- La fleur vaincue par le gel, Thöndrupgyäl, Bleu de Chine.
- Le message des tibétains, Arnaud Desjardins, la table ronde.
- Le poète tibétain Milarépa. J.Bacot, Bossard.
- Le feu sous la neige. P Gyatso, Actes sud.
- Les enseignements du Bouddha contes et paraboles textes choisis par Pierre Crépon, Sully.
- L'Odyssée des Karmapas, la grande histoire des lamas à la coiffe noire, L. Kunsang et M. Aubèle, Albin Michel
- Tibet Handbook with Bouthan, Footprint. Excellent en anglais.

Pour se spécialiser vous pouvez lire avec profit Jacques Bacot, Gilles Béguin, les travaux d'Anne-Marie Blondeau, Anne Chayet, Pierre-Antoine Donnet et le Dalaï Lama lui-même.

Intermédés et les **Editions Faton**, l'éditeur d'*Archéologia*, des *Dossiers d'Archéologie*, et des *Dossiers de l'Art* notamment, sont partenaires. Pour vous procurer les numéros qui vous intéressent, consultez le site des Editions Faton www.faton.fr ou contactez le 03 80 40 41 00.