



Chine | Yunnan, rizières et mystères

16 jours / 13 nuits

Circuit découverte (facile)



Partez entre solos sur les mystérieuses terres du Yunnan, l'une des plus belles provinces de Chine !

Au cours de votre voyage, vous explorerez la forêt de pierre de Shilin, admirerez les rizières en terrasses de Yuan yang, et vous perdrez dans les ruelles de Dali, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Vous vous aventurerez dans la majestueuse gorge du Saut du Tigre, puis vous rejoindrez Shangri-La, aux portes du Tibet, pour rencontrer les minorités Naxi et Hani. Votre voyage se conclura à Lijiang par un cours de cuisine.

Une aventure inoubliable, entre découvertes, rencontres et panoramas à couper le souffle !



POINTS FORTS

- L'exploration du Yunnan, région multiculturelle
- La visite de villes classées à l'Unesco : Lijiang et Dali
- Une randonnée dans la gorge du Saut du Tigre
- La découverte de Shangri-La, porte d'entrée du Tibet

ITINERAIRE

JOURS 1 & 2 : VOL POUR KUNMING

À votre arrivée à l'aéroport, vous serez accueillis par votre guide, puis transférés à votre hôtel. Selon l'heure, vous ferez un premier tour guidé de Kunming, surnommée « la cité de l'éternel printemps » pour son climat doux et sa flore abondante. Vous vous promènerez dans le parc du lac d'Émeraude et visiterez le temple bouddhiste de Yuantong, un lieu spirituel incontournable du Yunnan.

Repas compris : Dîner

Transfert : 1h environ (en fonction du trafic)

Hébergement : Hôtel

JOUR 3 : LA FORET DE PIERRES DE SHILIN - YUANYANG

Après le petit-déjeuner, vous prendrez la direction de Shilin et sa forêt de pierre, classée au patrimoine mondial de l'Unesco. Ce site est célèbre pour ses formations karstiques étranges et singulières, vous découvrirez Naigu partie moins fréquentée que sa voisine ! À midi, vous aurez l'occasion de déguster le fameux canard laqué, avant de vous repartir pour le comté de Yuanyang. En fin de journée, vous atteindrez les montagnes et ses magnifiques rizières en terrasses cultivées par la minorité Hani. Dîner et nuit dans votre hébergement.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 6h environ (avec de multiples arrêts)

Hébergement : Guest house

JOUR 4 : LES RIZIERES DE YUANYANG

Réveil aux aurores pour admirer le lever de soleil sur les plantations depuis la place centrale du village. Vous découvrirez le village d'Azheke et ses maisons traditionnelles à trois étages avant de partir randonner au beau milieu des rizières locales, qui, selon le stade de la récolte, afficheront des paysages variés, entre terrasses inondées ou champs verdoyants en pleine floraison. Pour clore cette journée en beauté, vous vous rendrez dans les cultures de Bada pour le coucher de soleil. Magique !

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Marche : 2h30 environ (dénivelés + 300m -300m)

Hébergement : Guest house

JOUR 5 : JIANSHUI

Aujourd'hui, vous prendrez la route pour Jianshui, l'une des plus belles villes du Yunnan, célèbre pour son ancienne architecture préservée. Vous explorerez le vieux quartier, où les habitants fabriquent le tofu traditionnel, puis entrerez dans le temple de Confucius, fréquenté par les communautés locales. Vous traverserez la vieille ville jusqu'au jardin de la famille Zhu, un lieu de rencontre pour les artistes, et terminerez votre balade devant la porte orientée vers le soleil. Ce site retrace notamment la construction de la ligne de chemin de fer par les Français entre Hanoï et Kunming au début du 20ème siècle. Nuit à Jianshui.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 3h30



Hébergement : Hôtel

JOUR 6 : JIANSHUI - KUNMING

Ce matin, vous découvrirez le pont du Double Dragon, l'un des plus beaux de Chine, vieux de 300 ans. Ce lieu emblématique est un véritable point de rencontre pour les habitants, qui aiment y discuter et jouer aux cartes dans une ambiance conviviale. Vous prendrez ensuite la route vers Tuanshan, où subsistent de nombreuses maisons traditionnelles de la dynastie Qing, témoins de la prospérité passée grâce au commerce de l'étain. Après le déjeuner, vous retournerez à Kunming pour explorer le marché aux fleurs, lieu réputé pour son ambiance animée et la diversité de ses étals.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 3h30

Hébergement : Hôtel

JOUR 7 : KUNMING - WEISHAN

Après le petit-déjeuner, vous serez conduits jusqu'à la gare de Kunming pour prendre votre train à destination de Weishan. À votre arrivée, vous emprunterez la route menant à la montagne sacrée de Weibaoshan, l'un des treize monts taoïstes les plus vénérés de Chine. Ce lieu spirituel abrite pas moins de 25 sanctuaires bouddhistes et taoïstes, un véritable carrefour de croyances et de traditions. De retour à Weishan, vous découvrirez la vieille ville où les bâtiments anciens témoignent de la richesse des cultures ayant façonné cette région au fil des siècles.

Repas compris : Petit-déjeuner - Dîner

Transfert : 4h15 (2h45 en train + 1h30 en voiture)

Hébergement : petit hôtel (type Guest house)

JOUR 8 : DALI

Après un transfert vers la vieille ville de Dali, située dans le nord de la région, vous flânerez dans ses ruelles pittoresques. Ancienne capitale de deux dynasties influentes du Yunnan, la ville conserve des traces de son passé à travers son architecture et sa culture vibrante. En explorant ce cœur historique, vous découvrirez une étonnante église catholique, édifiée par des missionnaires français et suisses, un symbole fascinant du croisement des cultures. Dans l'après-midi, vous visiterez un jardin de thé. Vous participerez à la cueillette et découvrirez les secrets du processus traditionnel de fabrication du thé vert et pourrez même déguster une tasse de thé fraîchement préparée ! Nuit à Dali.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 2h

Hébergement : Hôtel

JOUR 9 : DALI - SHAXI

Le matin, cap sur le mont Shibaoshan, réputé pour ses impressionnantes sculptures rupestres d'influence bouddhiste. Vous emprunterez de petits sentiers sinueux à travers les vallées avant d'atteindre Shaxi, un village historique autrefois emprunté par la célèbre route du thé et des chevaux. L'après-midi sera consacré à la découverte de ce village authentique, entouré de rizières et de montagnes, où chaque ruelle et chaque bâtiment raconte l'histoire d'un patrimoine architectural riche et préservé. Une véritable immersion dans la Chine traditionnelle vous attend !

Remarque : Il est également possible d'opter pour un transfert en voiture vers Shaxi (+40 min).

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 2h

Marche : 2h environ (dénivelés : +300m -300m, avec de nombreux escaliers)

Hébergement : Hôtel

JOUR 10 : LA GORGE DU SAUT DU TIGRE

Cap sur la spectaculaire gorge du Saut du Tigre, l'une des plus profondes et impressionnantes au monde ! Façonnée au fil des millénaires par l'érosion des glaciers et les puissants courants du fleuve



Yangtsé, elle offre des panoramas à couper le souffle ! Vous vous arrêterez devant la pierre du Saut du Tigre, d'où, selon la légende, la gorge tire son nom. Après le déjeuner, vous cheminerez vers un point de vue panoramique sur les majestueuses montagnes du Dragon de Jade, parmi les plus hautes de la province ! Vous passerez la soirée dans le village de Walnut Grove situé au bord du fleuve.

Remarques : pour accéder à la pierre du Saut du Tigre, vous devrez soit monter (puis descendre) les 1300 marches, soit prendre l'escalator, disponible pour 75 RMB par personne (10€, à régler sur place).

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 2h45 environ

Marche : 1h30 (faibles dénivelés)

Hébergement : Guest house familiale au confort simple

JOUR 11 : BAISHUITAI - SHANGRI-LA

Après le petit-déjeuner, départ en direction de Shangri-La, la ville tibétaine, avec un arrêt au Baishuitai. Ce site spirituel Naxi est célèbre pour ses surprenantes terrasses d'eau blanche, formées par des sources jaillissant des montagnes environnantes. Vous visiterez également un village avec son ancien monastère tibétain, entouré par des drapeaux de prière colorés. Une fois arrivés à Shangri-La, vous déambulerez dans la vieille ville et atteindrez le temple Guishan, abritant le plus grand moulin à prières du monde ! En soirée, rendez-vous au centre-ville, où les habitants vêtus de leurs costumes traditionnels se réunissent habituellement pour danser. Nuit à Shangri-La.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 3h45 environ

Hébergement : Hôtel

JOUR 12 : LAC NAPA - BENZILAN - SHANGRI-LA

La journée débutera par une balade sur les abords du majestueux lac Napa, un sanctuaire pour de nombreuses espèces d'oiseaux migrateurs perché à 3200 mètres d'altitude ! Vous ferez une halte au bourg de Benzilan et son monastère tibétain Dongzhulin, où les chants des moines en robes pourpres ajoutent à l'atmosphère sacrée du site, pour immersion totale dans la culture bouddhiste tibétaine. De retour à Shangri-La, vous passerez par le fameux virage du fleuve Yangtsé en forme d'oméga, avec ses différents points de vue impressionnants. Fin de journée libre.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 3h environ

Hébergement : Hôtel

JOUR 13 : SHANGRI-LA - LIJIANG

Aujourd'hui, vous flânerez dans le marché local et visiterez le monastère tibétain de Songzanlin. Etabli sous le règne du 5ème Dalaï Lama, ce lieu héberge encore plus de 600 moines ! Pour le déjeuner, vous serez invités chez une famille tibétaine autour d'un repas traditionnel. L'après-midi, vous prendrez la route en direction de la ville de Lijiang. Vous vous promènerez dans le parc de l'étang du Dragon Noir, un magnifique jardin où les habitants pratiquent notamment le tai-chi. Les reflets du coucher de soleil sur l'eau, avec les montagnes enneigées en toile de fond, vous émerveilleront à coup sûr !

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 3h30

Hébergement : Hôtel

JOUR 14 : LIJIANG

Cette matinée sera dédiée à la découverte de l'histoire de l'ethnie Naxi à travers sa gastronomie ! Lors du cours de cuisine, vous ferez un saut au marché local puis enfilerez vos tabliers pour confectionner votre déjeuner, que vous ne manquerez pas de déguster ensuite. Bon appétit ! L'après-midi, vous profiterez d'une balade digestive dans la Vieille Ville de Lijiang, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, pour son architecture traditionnelle Naxi et son ingénieux système d'irrigation. Fin de



journée libre (possibilité de visiter en supplément la Résidence des Mu, ou la petite « Cité Interdite » de Lijiang, ticket à 40 RMB par personne, environ 5€, à régler directement sur place.)

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Hébergement : Hôtel

JOUR 15 : LIJIANG - KUNMING - VOL DE RETOUR

Vous disposerez d'un peu de temps libre avant de vous rendre à la gare de Lijiang et embarquer à bord de votre train à destination de Kunming. Transfert à l'aéroport pour prendre votre vol retour en France.

Repas compris : Petit-déjeuner

Transfert : 3h en train et 30min de route environ (en fonction du trafic)

JOUR 16 : ARRIVEE EN FRANCE

IMPORTANT :

Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.

Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout évènement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.

LE PRIX

Le prix comprend

- Les vols internationaux
- Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- L'hébergement comme indiqué dans l'itinéraire (en base chambre double partagée)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Le ou les guides francophones et/ou Français durant tout le circuit
- Tous les trajets en véhicule privé et en train mentionnés dans le programme
- Les entrées pour les visites de sites indiquées comme comprises dans le programme

Le prix ne comprend pas

- Toutes prestations non mentionnées au programme
- Les repas non indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Le supplément single éventuel (590€/personne)
- La visite supplémentaire suggérée de la résidence des Mu à Lijiang (40RMB / personne)
- L'option escalator pour se rendre à la pierre du Saut du Tigre (75RMB / personne)
- Les frais de visa éventuels
- Les boissons
- Les pourboires
- Les dépenses personnelles
- Les assurances rapatriement et multirisques
- Les frais de dossier



Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilité et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.

LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single

VOTRE VOYAGE

Le groupe

De 4 à 12 participants.

Sur certaines dates, il sera possible de confirmer le départ dès deux participants.

Niveau

Circuit découverte de niveau facile. Ce voyage est sans difficulté particulière, hormis les randonnées qui justifient préalablement d'une activité physique régulière. Les sentiers, bien que définis, peuvent comporter de petits passages vertigineux mais également à forte montée. Ils peuvent s'avérer rocaillieux ou terreux sur certains tronçons. Afin d'accéder aux lieux sacrés, il est possible de devoir monter plusieurs marches. La chaleur estivale peut amplifier la difficulté.

Encadrement

L'encadrement est assuré par un ou plusieurs guides locaux et/ou Français, selon les disponibilités.

Transport

Train (TGV ou local), véhicule privé (berline, van, monospace ou minibus selon la taille du groupe.)

Portage des bagages

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...). Vos autres bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre en véhicule.

Repas/Boissons

- Les petits-déjeuners seront pris à l'hébergement.
- Les déjeuners seront pris sous forme de pique-nique ou dans de petits restaurants locaux.
- Les dîners seront pris soit à l'hébergement, soit à l'extérieur.
- Certains repas sont libres.
- Les boissons ne sont pas incluses.

Hébergement

En chambre double partagée avec deux lits séparés (ou en single, avec supplément) dans des hôtels sympathiques et confortables. En hôtel, les chambres s'avèrent plutôt spacieuses et confortables, hormis les petits hôtels de charme, sélectionnés plutôt pour leur architecture et leur emplacement, souvent à proximité des attractions locales. Certaines nuits se feront en Guest house de type auberge familiale. En Guest house, le confort est simple mais permet de contribuer au développement de l'économie locale. La connexion Wi-Fi peut être instable dans certains hôtels.



A titre indicatif, nous proposons les hébergements suivants :

Kunming : Grand Park Hotel 4* (ou similaire) / 2 nuits au total

Yuanyang : Yuanyang Aishang Road Inn (ou similaire) / 2 nuits séparées dans le voyage

Jianshui : Hanlinyuan Boutique Hotel 4* (ou similaire) / 1 nuit

Weishan : Weishan Laoguan Guesthouse (ou similaire) / 1 nuit

Dali : Dali Zhuangyuan Hotel 3* (ou similaire) / 1 nuit

Shaxi : Shaxi Aoding Courtyard Hotel 3* (ou similaire) / 1 nuit

Gorge du Saut de Tigre : Summer's Guesthouse (ou similaire) / 1 nuit

Shangrila : Arro Khimtsang Hotel 4* (ou similaire) / 2 nuits

Lijiang : The Bivou Lijiang Boutique Hotel 4* dans le village de Shuhe (ou similaire) / 2 nuits

Les hébergements sont donnés à titre indicatif sous réserve de disponibilité au moment de la réservation/confirmation du circuit. Ces hôtels 4 et 3 sont catégorisés selon les normes et classifications locales, différentes de celles en vigueur en France. Enfin, il faut prendre en considération que l'isolation des chambres est moindre comparée à la France ; de ce fait, des bruits peuvent se faire entendre. Pour les dormeurs légers, des boules Quiès sont recommandées.*

EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS : vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (notamment en cas d'inscription tardive).

Aérien

Les vols entre Paris et l'aéroport de Kunming s'effectuent sur des compagnies régulières.

Vous recevrez votre convocation aéroport avec vos horaires d'avion définitifs quelques jours avant le départ. Pour vos réservations de pré et post acheminements, nous vous conseillons d'acheter des prestations (avion, train, hôtels, etc.) modifiables ou remboursables afin d'éviter tous risques de perte financière en cas de modification ou annulation de votre voyage.

Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants (liste non exhaustive) :

- Instruments tranchants comme les couteaux, rasoirs, limes à ongles, ou les ciseaux dont la lame dépasse 6cm
- Liquides, aérosols, gels et pâtes dans des contenants de plus de 100 ml (boissons, eau minérale, soupes, parfums, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, dentifrice, savons liquides, déodorants, etc...)
 - Les contenants de plus de 100ML ne sont également pas acceptés dans les **gares ferroviaires chinoises**. Tous les contenants ne doivent pas dépasser 600ML et ne doivent pas porter de mention ou pictogramme « inflammable » ou « explosif ».
- Piles
- A ce jour, il est **déconseillé** d'emporter vos batteries externes. En effet, la Chine n'accepte que les batteries certifiées selon la norme chinoise 3C et non CE. Il plutôt conseillé d'en acheter une sur place selon vos besoins (attention, en Europe la même restriction peut être en vigueur).

Si vous avez des médicaments type inhalateur (asthme), traitements insuline, ou autres, munissez-vous d'une prescription de votre médecin ou de votre pharmacien.

Pour plus de précisions, consultez :

<http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagage-de-cabine/>



AVANT LE DEPART

Formalités d'entrée

Nous vous recommandons de vérifier les informations ci-dessous avant votre départ auprès des autorités concernées (ambassades, consulats), puisque des modifications peuvent avoir lieu.

- Pour tous les ressortissants français, le passeport, dont la validité est au moins égale à 6 mois à compter de la date de retour en France est impérative. Ce dernier doit être en bon état (pas de pages cornées ou déchirées) ainsi qu'avoir deux pages vierges face à face.
- Depuis le 30 novembre 2024, les ressortissants français titulaires d'un passeport ordinaire sont dispensés de visa pour se rendre en Chine, à condition que le séjour n'excède pas 30 jours et qu'il soit effectué pour des raisons de tourisme, de visite familiale ou de transit. Toute autre raison de déplacement non couverte par cette exemption peut entraîner un refus d'entrée sur le territoire chinois. À noter que les détenteurs de passeports d'urgence (valables un an) ne sont pas éligibles à ce dispositif.
- Les voyageurs souhaitant partir en Chine pour tout autre motif ou pour plus de 30 jours doivent au préalable solliciter un visa avant leur voyage en Chine.
- A compter du 20 novembre 2025, les voyageurs entrant en Chine devront remplir une « Arrival Card » électronique, censée remplacer le formulaire TM6 traditionnel distribué à l'arrivée dans l'un des aéroports du pays. L'attribution de la carte d'arrivée ne constitue pas une entrée sur le territoire. Vous devrez en plus disposer d'un visa ou d'une exemption de visa. Etant actuellement en cours de mise en place et en cas d'échec de la procédure, vous pourrez remplir le formulaire à votre arrivée à l'aéroport. Le lien : <https://s.nia.gov.cn/ArrivalCardFillingPC/entry-registration-home>
- Pour rappel, avant tout déplacement en Chine il est impératif de disposer d'un contrat d'assistance ou d'assurance (y compris pour Hong Kong et Macao) permettant de couvrir tous les frais médicaux (opération chirurgicale, hospitalisation ou rapatriement) auxquels les voyageurs pourraient être confrontés. Faute de pouvoir justifier d'une couverture sociale, le voyageur s'expose au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.
- Les ressortissants étrangers entrant sur le territoire chinois peuvent faire l'objet d'une prise d'empreintes digitales lors de leur arrivée.

Pour plus d'informations, un site utile : [Chine - Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères \(diplomatie.gouv.fr\)](http://Chine - Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères (diplomatie.gouv.fr))

IMPORTANT : Veuillez noter que lors de votre inscription, vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement. Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Santé

- Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour rentrer en Chine, il est important d'être à jour dans vos vaccinations. Les vaccins diphtérie-tétanos-poliomyélite, fièvre typhoïde, hépatites virales A et B, et méningite à méningocoque A + C sont recommandés.

- Les vaccinations contre la rage et l'encéphalite japonaise sont recommandées, en particulier pour les déplacements prévus dans les zones rurales isolées, du printemps à l'automne.
- Aucun cas de paludisme n'a été recensé en Chine, cependant il convient d'emporter un répulsif contre les moustiques.
- Sur place, nous vous conseillons de ne pas boire l'eau du robinet. Préférez les eaux en bouteilles capsulées, ou pensez à purifier l'eau avec des capsules d'hydroclonazone. Évitez l'ingestion trop importante de glaçons, de jus de fruits frais, de légumes crus, de fruits non pelés et d'aliments (poisson, viande, volaille, lait) insuffisamment cuits. Pensez à vous laver régulièrement les mains avant chaque repas.

Demandez l'avis de votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.

Pour de plus amples renseignements, consultez les sites Internet suivants : [Partir en Chine : informations et vaccins voyage - Institut Pasteur](#)

Equipement

Bagage :

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 15kg avec un seul bagage par personne. Pensez à vous munir d'un cadenas.

Pensez à prendre un plus petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 30/40L).

Vêtements :

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- Les chaussures de randonnée à tiges hautes sont préconisées pour une meilleure tenue du pied et de la cheville. (Évitez les chaussures neuves, ou essayer les bien avant. Il est très important qu'elles soient imperméables et confortables)
- Sandales ou tennis pour le soir
- Un sac imperméable pour votre appareil photo (pendant la descente en rafting)
- Paires de chaussettes (de randonnée et pour le soir)
- 1 pantalon de trekking
- 1 collant
- 1 short ou bermuda (évitez le « court » pour pouvoir entrer dans les temples)
- 1 maillot de bain
- 1 serviette en microfibre
- Chemises ou T-shirts à matière respirante
- 1 polaire chaude (il peut encore faire froid à Lijiang en avril par exemple)
- 1 coupe-vent en Goretex ou Micropore
- Cape ou veste de pluie
- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Trousse de toilette (pas de contenant de +100ML, le tout ne doit pas excéder 600ML également)
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Gants
- Bonnet ou bandeau
- Des boules Quies
- Protection solaire
- Gourde 1,5L minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale
- Recharges ou piles pour appareils (sauf batterie externe)



Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : Doliprane, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, pastilles d'hydroclonazone pour purifier l'eau, et répulsifs anti moustiques.

Liens utiles

Ambassade de France en Chine :
Faguo Zhuhua Dashiguan
60, Tianze Lu - 100600 Pékin (Beijing)
Tel : (+86 10) 85 31 20 00
Courriel : presse@ambafrance-cn.org
Site web : <https://cn.ambafrance.org>

Ambassade de Chine en France :
20 rue Monsieur - 75007 Paris
Tél - 01 49 52 19 50
Courriel : chinaemb_fr@mfa.gov.cn
Site Web : <http://www.amb-chine.fr/fra/>

Section consulaire de Chine :
11 avenue George V – 75008 Paris
Tel : 01.53.75.88.05
Site Web : <http://fr.china-embassy.gov.cn/fra/>

INFORMATIONS PAYS

Géographie & Climat

La Chine présente une grande diversité de paysages en raison de sa taille. À l'est, de vastes plaines peuplées ; au nord, le climat semi-désertique de la Mongolie-Intérieure et le désert de Gobi ; au sud, des collines et chaînes de montagnes sous un climat tropical. L'ouest est dominé par le désert du Takla-Makan et le plateau tibétain, le plus haut du monde.

Les variations climatiques vont des canicules estivales aux hivers rigoureux, avec des régions tempérées en majorité. Le plateau du Yunnan se distingue par un climat doux et agréable tout au long de l'année, ainsi qu'une biodiversité exceptionnelle, abritant une grande variété d'espèces animales et végétales. Bien que les températures soient modérées, des chutes de neige peuvent y survenir en hiver en raison de l'altitude (environ 2 000 mètres).

Pour plus d'informations, n'oubliez pas de consulter les conditions météorologiques avant votre départ.

Budget & change

En Chine, l'unité monétaire est le yuan (nom officiel : Renminbi).

Septembre 2025 : 1 € = environ 8 RMB. *Attention, les taux de change fluctuent régulièrement. Renseignez-vous sur le taux fixé avant votre départ ou directement sur place.*

Pour changer votre argent, nous vous conseillons de changer vos devises dans les villes et non à l'aéroport. N'hésitez pas à en discuter avec votre guide dès votre arrivée en Chine. Les bureaux de change sont plutôt rares en Chine. Privilégiez l'utilisation d'une carte de paiement international pour tout retrait d'argent en banque ou dans les distributeurs (on en trouve un peu partout).

Pensez au budget pour vos dépenses personnelles.

Pourboires

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire. Nous vous recommandons 5€ par jour et par personne pour le guide et 3€ par jour pour le chauffeur.



Décalage horaire

En Chine, il y a + 7 heures de décalage en hiver, et + 6 heures en été.

Plus concrètement, s'il est 12h à Paris, il est 19h en Chine en hiver et 18h en été.

Electricité

Le courant est de 220 volts avec une fréquence de 50hz. Il existe différents types de prises, types A, G et I en fonction de la région visitée. Cela dit, la plupart sont configurées pour accepter les prises rondes à deux ports utilisés en Europe. Il est recommandé d'emporter un adaptateur international par précaution.

Photos & Vidéos

Pensez à vous munir de batteries ou recharges pour vos appareils. Pour tout portrait photo ou vidéo des gens que vous allez rencontrer, pensez à leur demander leur autorisation.

Us et coutumes

En Chine, la politesse et le respect sont essentiels. Évitez de vous énerver ou d'élever la voix, car cela peut être mal perçu. Un léger hochement de tête ou un sourire suffit souvent pour saluer, bien qu'une poignée de main soit acceptable dans un contexte professionnel. Les gestes affectueux, comme les câlins, sont réservés à la vie privée, et les retards peuvent être interprétés comme un manque de respect. La population est généralement très accueillante et curieuse envers les Occidentaux. Pour l'habillement, privilégiez des vêtements modestes, en évitant les shorts trop courts. Lors de la visite de temples, déchaussez-vous et couvrez vos jambes et épaules. Inclinez légèrement la tête devant les statues de Bouddha, sans pointer vos pieds vers elles, et évitez de toucher la tête des personnes, car cela peut être considéré comme irrespectueux.

Quelques mots du quotidien

Oui / Non : Shi / Fou

Bonjour : Zǎoshang hǎo

Au revoir : Zàijiàn

S'il vous plaît : Láojià

Pardon : Shèmiǎn

Merci : Xièxiè

Je ne comprends pas : Wǒ bù míngbái

TOURISME RESPONSABLE

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

Le Respect des Patrimoines

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :

- *Le respect des sites culturels : ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant ! ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*



- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

Le respect des hommes se traduit par :

- *Une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie : respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *La prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *Des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide : nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

Le Développement d'un Tourisme Équitable

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :

- *Une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du*



voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)

- *Des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *Une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à maximiser les retombées économiques locales.*

La Qualité des Services et des Relations Humaines

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quel que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !

