



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- A' Tibo Timon
  - o Association composée uniquement de bénévoles
  - o Nos séjours s'inscrivent dans la durée afin de permettre la réalisation des projets de développement.
- Le Tourisme Équitable et Solidaire
  - o En quoi, le tourisme Équitable et Solidaire se distingue du tourisme classique ?
    - C'est un tourisme de proximité avec la population locale
    - C'est un tourisme qui vous emmène là où les tours opérateurs ne vont pas
    - C'est un tourisme qui aide les populations visitées :
      - En rémunérant, au juste prix, les prestations d'accueil qui vous sont fournies
      - Un finançant ou cofinançant des projets d'intérêt général aux villages d'accueil. Une partie du prix du séjour est dédiée à ces projets
    - C'est un tourisme qui essaye de vous faire découvrir, la réalité du pays
    - C'est un tourisme qui respecte les locaux et leur environnement
    - C'est un tourisme de rencontre
- Cuba
  - o Situation politique – République socialiste, régime présidentiel, indépendance depuis 1902, le Président Raul Castro a été élu en 2008
  - o Situation économique – 68<sup>ème</sup> sur 182 selon l'indice du développement humain, salaire moyen mensuel : 455 Pesos cubanos (19€), Cuba est le pays de la débrouille. Ressources : le tourisme, les transferts de fonds, l'extraction du nickel, la production de pétrole et de gaz, les produits médicaux
  - o Situation sociale – 11 millions d'habitants, 65% de blancs, 25% de métis et 10% de noirs, espérance de vie : 78 ans, taux d'alphabétisation: 99,8%, mortalité infantile : 4,7 pour 1000. Pour son nombre de médecins par habitant (1/149), Cuba occupe la première place mondiale
  - o 85% de la population se disent catholiques et 2,5% autres
  - o Cuba est le porte-étendard des rythmes latino-américains (rumba, mambo, cha-cha-cha, salsa...).
- Situation environnementale – Des projets de reforestation ont vu le jour mais l'industrie lourde, les cimenteries et les vieilles voitures américaines qui crachent de la fumée noire polluent énormément. Faire coïncider les besoins immédiats de l'île et la préservation de l'environnement est un des défis les plus urgents à relever pour le pays
- Formalités d'entrée à Cuba
  - o Le passeport qui doit être en cours de validité à la date du retour
  - o Posséder la carte de touriste valable 30 jours qui s'obtient au consulat.
- Climat
  - o Climat tropical avec une saison sèche qui court de fin novembre à mai et une saison humide qui va de juin à début novembre
  - o La température de l'air varie peu selon la période l'année (moyenne de 27°C)



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- Celle de l'eau est un régal (de 24°C à 30°C).
- Le circuit
  - La Havane – Ville chargée d'histoire très agréable à découvrir. Les rues de La Habana Vieja possèdent un charme décrépi qui les rend inoubliables
  - L'ouest – Viñales, région des plantations de tabac et des mogotes. Pan de Azucar, notre premier village d'accueil où vous allez passer une journée parmi la population de campesinos. Puerto Esperanza, petit port de pêche situé sur le golfe du Mexique
  - Le centre – Cienfuegos, la raffinée. Trinidad, et ses magnifiques bâtiments coloniaux espagnols. Santa Clara, la ville du Ché. Yabu, notre deuxième village d'accueil.
- Le Transport aérien
  - Le tarif inclut le transport de Paris à La havane et de La Havane à Paris
  - Taxes aéroport incluses
  - Vols sur lignes aériennes régulières (Air France, Iberia, Air Caraïbes ou Cubana de Aviación).
- Associations locales partenaires
  - A Pan de Azucar – Association de villageois
  - A Yabu – Association partenaire à identifier
  - Chargées de co-définir, mettre en place et contrôler l'accueil des voyageurs
  - Chargées de co-définir les projets d'intérêt général aux villages d'accueil.
- Projets solidaires
  - A cuba, il n'est pas autorisé de mener un projet solidaire sans l'accord de l'administration. qui pour l'instant nous paraît être une grande nébuleuse.
  - De plus, le gouvernement cubain se targue de ne pas avoir besoin d'aide extérieure contrairement à ce que nous voyons sur place et ce que nous disent les habitants de nos deux villages d'accueil.
  - Vous participerez aux réunions sur place, de décision entre partenaires locaux, administration et membres de A' Tibo Timo et vous aurez la possibilité de voir sur place l'avancement des projets
  - Une lettre d'informations propre aux projets cubains suivra chaque visite et est envoyée à tous les membres de A' Tibo Timon.
- Rencontres
  - Certaines rencontres sont programmées :
    - Villageois de Pan de Azucar et de Yabu
    - Représentants des associations partenaires locales
  - D'autres rencontres avec des acteurs de l'économie locale et amis se feront selon les opportunités
- Hébergement
  - Vous serez logé dans des casas particulares considérées comme des hébergements proches de l'habitant. On peut les comparer au B&B anglais. Elles sont maintenant très nombreuses pour répondre à l'afflux de touristes. Elles sont très propres, généralement équipées de système d'air conditionné. On peut y petit-déjeuner et dîner. Les propriétaires possèdent des licences d'exploitation touristique



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- Il est interdit de loger en dehors des casas particulares. Pan de Azucar et Yabu n'en sont pas équipées. Vous ne pourrez pas y dormir et vous passerez donc uniquement la journée dans ces deux villages.
- Repas
  - Repas chez l'habitant – manger la production locale à base de :
    - farine de maïs, de manioc, de tarot
    - de fruits de saison
    - de poulet, œuf et poissonpermet le développement de l'économie du village
  - Repas dans des petits restaurants rapides à la cubaine – permet de faire travailler des prestataires qui ne bénéficient pas habituellement des retombées du tourisme.
- Transports
  - Transports en taxi collectif, bus locaux ou bus de ligne uniquement
  - Moyen de rencontrer des locaux
- Respect de l'environnement
  - L'eau est un bien précieux surtout dans les villages. Ne pas gaspiller doit être un réflexe
  - Limiter les déchets
  - Respecter l'environnement, la faune et la flore.
- Vêtements et accessoires à emporter
  - Veiller à emporter des tenues qui ne soient pas de nature à choquer les locaux.
  - Il fait chaud toute l'année. Prévoir des vêtements en conséquence
  - Se munir de chemises à manches longues et de pantalon long pour ne pas tenter les moustiques, le soir
  - Un parapluie pliant est préférable à un vêtement, type coupe-vent, en cas de pluie
  - Un maillot de bain
  - Pas besoin de chaussures de marche. Des nu-pieds sont idéals
  - Lunettes de soleil, crème antisolaire et couvre-chef
  - Nécessaire de toilette. Papier hygiénique
  - Appareil photos et caméra
  - Pochette ventrale ou ceinture pour cacher vos documents et argent
  - N'empportez pas de bijoux.
- Précautions santé
  - Aucune vaccination n'est obligatoire
  - Un traitement préventif contre le paludisme est conseillé. Consultez votre médecin pour connaître le traitement qui vous convient
  - On trouve des pharmacies dans de nombreuses villes sur le parcours mais, pas très bien achalandées. Il est donc bon d'avoir sur soi :
    - Traitement contre la « turista »
    - Petits pansements
    - Répulsif moustique
    - La petite trousse à pharmacie classique



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- Pas besoin d'emporter de moustiquaire. Les habitations en sont équipées
- Gel antibactérien pour se laver les mains sans eau.
- Retrait d'argent
  - 2 monnaies circulent à Cuba. Une, le peso cubano ou CUP qui n'est pratiquement utilisable que par les locaux. Vous n'en aurez besoin que très très occasionnellement
  - L'autre, le peso convertible ou CUC qui est considéré comme la monnaie des touristes
  - 1 CUC vaut 25 CUP (taux fixe) et environ 1,1 € (taux variable)
  - Les principales villes (La Havane, Viñales, Cienfuegos, Trinidad et Santa Clara), sont équipées de DAB. Toutes acceptent les cartes Visas
  - Prévoir cependant, de l'argent liquide en € car les commissions des banques sont élevées. Minimum 5€
  - Pas de possibilité d'obtenir des pesos, en France
- Contacts / Téléphone
  - Votre accompagnateur francophone dispose d'un téléphone équipé d'une sim cubaine. Il sera à votre disposition pour appeler ou être appelé (00 53 58 18 44 87)
  - Alfredo, votre guide possède un téléphone fixe (728 23 677) et un téléphone portable (52 78 99 98)
  - Ambassade de France à La Havane : Calle 14, N° 312, entre 3a y 5a avenida, MIRAMAR, Tel : 720 13 131.
- Assurances
  - « Annulation / bagages / interruption » facultative, auprès de Assurinco. Plateau d'assistance ouvert du lundi au jeudi de 14h à 18h et le vendredi de 14h à 17h. Tél : 05 34 45 31 51. Contrat numéro : 78 868 497. Courriel : [sinistre@assurinco.com](mailto:sinistre@assurinco.com)
  - « Responsabilité civile défense, dommage aux biens » par la RC Professionnelle de A' Tibo Timon souscrite auprès de la MAIF. Plateau d'assistance ouvert 7j/7 – 24h/24. Contrat numéro : 3262472 N. Tél : 05 49 73 86 14
  - « Indemnisation des dommages corporels ». Assurance sous-traitée par la MAIF auprès de IMA (Inter Mutuelle Assistance). Contacter la MAIF.
- Électricité
  - Courant en 110 volts et 220 volts. Prises de courant à fiches plates
  - Se munir d'un adaptateur entre prises à fiches rondes (model français) et fiches plates.
- « Prix tout compris »
  - Reste à votre charge, la boisson, les souvenirs et les visites non prévues au programme. Contrat
- Charte de A' Tibo Timon
  - Engagement de notre association à respecter les règles du tourisme équitable et solidaire. Elle est accessible sur notre site internet, en page « Qui sommes-nous ? ».
- Charte du voyageur
  - Engagement du membre de notre association à retourner signée, avant le départ
  - Elle est accessible sur notre site internet, en page « Préparation au voyage ».
- Enquête de satisfaction des voyageurs



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- Elle nous permet d'améliorer notre séjour. Elle est transmise aux associations partenaires et aux guides
- Elle est disponible sur notre site internet, page « Enquête satisfaction ».