



# 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 Miguel Diaz-Canel a été élu en 2018
  - 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 à Paris ou par internet sur le site de Sol Latino Voyages.
- 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



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- La température de l'air varie peu selon la période l'année (moyenne de 27°C)
- 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. Remedios et Palenque 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).
- Associations locales partenaires
  - A Pan de Azucar - Association de villageois
  - A Ciego de Avila - le groupement de charbonniers
  - A Ciego de Avila – l'église catholique
- 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.
  - Cependant avec nous réussissons à aider :
    - Un club de sport à Playa Giron
    - Une troupe de théâtre à Trinidad
    - Une école de cyclisme à Ciego de Avila
    - Un soutien scolaire à Ciego e Avila
  - 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
- Rencontres
  - Certaines rencontres sont programmées :
    - Villageois de Pan de Azúcar
    - Villageois de Palenque
    - La troupe de théâtre de Trinidad
    - Les charbonniers de Ciego de Avila
  - D'autres rencontres avec des acteurs de l'économie locale et amis sont programmées et d'autres encore se feront selon les opportunités



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- Dons individuels
  - Le tourisme solidaire n'est pas faire des dons à des individus et encore moins à ceux qui demandent. Ce serait favoriser la mendicité.
  - N'oubliez pas que d'autres voyageurs viendront après vous et l'habitude de recevoir se prend vite
  - Par contre, faire un petit cadeau, à une personne que vous quittez et pour laquelle vous avez eu un coup de cœur, nous n'y sommes pas opposés.
- 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
  - Il est interdit de loger en dehors des casas particulares. Pan de Azucar et Palenque n'en sont pas équipées. Vous ne pourrez pas y dormir et vous passerez donc uniquement la journée dans ces deux villages.
- Pourboire
  - Nous n'aimons pas le principe du pourboire, nous lui préférons un salaire correct.
  - Il crée des habitudes et donc des amertumes si la personne ne reçoit rien
  - Cependant comme les salaires ne permettent pas de vivre correctement, nombre de cubains y ont recours et comptent dessus.
  - Les employeurs profitent de leur existence.
  - Il doit être modeste. 1€ est déjà une belle somme.
- 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
  - Ne gaspiller ni l'eau ni l'électricité doit être un réflexe
  - Limiter les déchets
  - Respecter l'environnement, la faune et la flore
  - l'utilisation de produits d'hygiène respectueux de l'environnement
  - l'achat responsable (locaux, biosourcés, artisanaux, etc.).
- Vêtements et accessoires à emporter
  - Veiller à emporter des tenues qui ne soient pas de nature à choquer les locaux.



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- Il fait chaud toute l'année. Prévoir des vêtements en conséquence
- Se munir de chemises à manches longues, de pantalon long et de répulsif pour repousser les éventuels moustiques
- 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'emportez pas de bijoux.
- Précautions santé
  - Être à jour de la vaccination anti-Covid. Pass sanitaire obligatoire et test PCR de moins de 72 heures négatif
  - Aucune autre 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, mal achalandées. Il est donc bon d'avoir sur soi :
    - Traitement contre la « turista »
    - Petits pansements
    - Répulsif moustique
    - La petite trousse à pharmacie classique
  - Pas besoin d'emporter de moustiquaire. Les habitations en sont équipées
  - Gel antibactérien pour se laver les mains sans eau.
- Retrait d'argent
  - 1 monnaie circule officiellement à Cuba, le peso cubano. Mais en réalité beaucoup d'achat de première nécessité se font en euros ou en dollars US. Or les cubains sont rémunérés en pesos et leur transmettre des euros est très compliqué. Vous n'en aurez besoin que très occasionnellement de pesos et vous pourrez les obtenir en changeant des euros.
  - 25 pesos valent 1 dollar US (taux fixe). Soit environ 27 pesos pour un euro (taux variable en fonction du dollar).
  - Les principales villes (La Havane, Viñales, Cienfuegos, Trinidad et Santa Clara), sont équipées de DAB. Toutes acceptent les cartes Visas mais vous recevrez des pesos.
  - Prévoir cependant, de l'argent liquide en € pour vos dépenses (boissons, souvenirs,...)
  - Pas de possibilité d'obtenir des pesos, en France
- Contacts / Téléphone / Internet
  - Votre accompagnateur cubain francophone dispose d'un téléphone. Il sera à votre disposition pour appeler ou être appelé (Daniel : + 53 54 23 46 75, Greisy : +53 58 26 44 85, Nora: +53 52 54 08 44), Adriana : +53 58377638.



# A' Tibo Timon - Voyages et Solidarité

## Préparation au voyage à Cuba

- Alfredo, accompagnateur complémentaire pour La Havane possède un téléphone fixe (78 32 36 77) 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.
- L'accès à internet est facile et très développé. Que ce soit dans la plupart des casas ou dans certains lieux publiques. L'achat d'une carte ETECSA de 2 CUC donne 2 heures d'accès à internet
- 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)
  - « Complément Covid » facultatif également
  - « 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 (y compris l'eau), les souvenirs et les visites non prévues au programme.
- 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
  - 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 ».