

## SRI LANKA

### Perle de l'océan Indien

**22 JOURS : Prix à partir de 2 330 €**

La petite île est une véritable palette de verts. Du vert émeraude des palmiers au vert tendre des rizières en passant par les verts plus clairs des plantations de thé et plus sombres de la jungle. C'est aussi un concentré de paysages, avec ses plages paradisiaques, ses forêts de pins et ses massifs rocheux. Aux beautés naturelles de l'île s'ajoute celles des chefs-d'œuvre bâtis par les hommes : les ruines d'Anuradhapura et Polonnaruwa, les fresques de Sigiriya. Un circuit riche en découvertes et en rencontres avec un peuple accueillant et souriant.



#### Vous aimerez

- + Une découverte complète du Sri Lanka, avec la visite des principaux sites de l'île
- + Les ruines d'Anuradhapura et Polonnaruwa, le site de Mihintale, les fresques de Sigiriya
- + Une nature exceptionnelle, avec des paysages de plantations de thé, rizières, montagnes escarpées, forêts et cascades
- + La fin du circuit en bord de mer avec des baignades possibles

#### VOTRE ITINERAIRE INDICATIF AU DEPART DE PARIS (Sur demande, départs possibles de province, Belgique, Suisse...)

##### J1 PARIS → COLOMBO

Vol régulier avec escale pour Colombo.

##### J2 COLOMBO - NEGOMBO

Arrivée à Colombo et transfert à Negombo. En fonction de l'horaire d'arrivée, fin de journée libre pour profiter du village traditionnel de pêcheurs et du bord de mer.

**Nuit** : à l'hôtel

##### J3 NEGOMBO - ANURADHAPURA

Départ en bus ou en train pour Anuradhapura, ville sacrée, classée au patrimoine mondial par l'Unesco et ancienne capitale située au Nord de l'île (via Colombo).

**Repas inclus**: Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

##### J4-5 ANURADHAPURA

Vous profiterez de deux jours pour visiter librement les ruines d'Anuradhapura, anciennement centre politique et religieux du pays : la très belle sculpture de bouddha Samadhi, les dagobas (Abhayagiri, Thuparama, Ruwanweli Saya), le temple d'Isurumuniya Vihara. Excursion à Mihintale, centre religieux bâti au sommet d'une colline, où fut construit le premier stupa du Sri Lanka, et qui offre une très belle vue sur la vallée. Excursion possible à Aukana pour découvrir une des plus grandes statues de Bouddha du pays.

**Repas inclus**: Petits-déjeuners / **Nuits** : à l'hôtel

##### J6 ANURADHAPURA - POLONNARUWA

En bus local, départ pour Polonnaruwa, capitale des rois cinghalais au 12<sup>e</sup> siècle, classée au patrimoine mondial par l'Unesco. Fin de journée libre avec découverte possible du musée archéologique et d'un atelier de travail du bois.

**Repas inclus**: Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J7 POLONNARUWA**

Découverte libre à pied ou à vélo de Polonnaruwa : le Vatadage, Gal Vihara, Rankot Vihara.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J8 POLONNARUWA - SIGIRIYA - DAMBULLA - NALANDA - MATALE - KANDY**

Départ pour Kandy. En chemin, vous découvrirez l'ancienne citadelle de Sigiriya (avec le rocher du Lion, les superbes fresques des Demoiselles et les jardins royaux qui entourent le rocher), Dambulla et ses temples rupestres classés au patrimoine mondial par l'Unesco, le temple de Nalanda Gedige datant du 8<sup>e</sup> siècle, et Matale avec un jardin d'épices. Vous aurez peut-être l'occasion de visiter une fabrique de batik.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J9 à 11 KANDY**

Trois jours complets à Kandy, capitale culturelle du centre de l'île et capitale du dernier royaume cinghalais. Vous découvrirez librement la ville, et notamment le temple de la Dent, le lac artificiel et le musée. Vous pourrez aussi assister à un spectacle de danses traditionnelles locales. Nombreuses excursions possibles dans les environs : le très beau jardin botanique de Peradeniya, la fondation ou l'orphelinat des éléphants de Pinnawela où sont recueillis, nourris et élevés les éléphanteaux abandonnés, ou encore à Gampola pour découvrir les temples de Gadaladeniya, Lankatilaka et Embekke.

**Repas inclus:** Petits-déjeuners / **Nuits** : à l'hôtel

### **J12 KANDY - NUWARA ELIYA**

Départ en bus ou en train à travers des plantations de thé pour rejoindre Nuwara Eliya, qui conserve des airs de station climatique. Visite libre de la ville située à 1 890 m d'altitude et balade possible dans les plantations de thé des environs.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J13 NUWARA ELIYA - HORTON PLAINS - NUWARA ELIYA**

Vous partirez pour une belle excursion dans la réserve d'Horton Plains. Au programme, randonnée dans la réserve qui offre de superbe panoramas (9 km, 3 à 4h de marche environ) et visite d'une manufacture de thé.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J14-15 NUWARA ELIYA - ELLA**

Départ en bus ou en train vers Ella, un très beau site de montagne au Sud-Est de l'île. Découverte libre du village, nombreuses randonnées possibles. Excursions possibles dans les environs, notamment à Badulla, Badarawela et Haputale avec de magnifiques paysages de montagnes et de cascades.

**Repas inclus:** Petits-déjeuners / **Nuits** : à l'hôtel

### **J16 ELLA - SINHARAJA**

Route vers Sinharaja à travers de superbes paysages. En chemin, balade possible dans les rizières et visite du Parc National d'Uda Walawe l'endroit idéal pour observer de nombreux troupeaux d'éléphants.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J17 SINHARAJA**

Journée libre avec randonnée possible dans la forêt de Sinharaja, inscrite au patrimoine mondial par l'Unesco, qui possède une flore exceptionnelle. De nombreuses espèces d'oiseaux et de mammifères y ont trouvé refuge.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J18 SINHARAJA - UNAWATUNA**

Cap au sud pour rejoindre le bord de mer à Unawatuna. Repos et détente sur les superbes plages bordées par des eaux turquoise.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J19-20 UNAWATUNA**

Deux journées complètes pour profiter des plages et découvrir la côte Sud. Excursion possible dans la charmante ville de Galle classée au patrimoine mondial par l'Unesco pour découvrir ses bâtiments coloniaux et le fort avec ses ruelles pittoresques.

**Repas inclus:** Petits-déjeuners / **Nuits** : à l'hôtel

### **J21 UNAWATUNA - NEGOMBO**

Très belle route côtière vers Negombo. Après-midi libre dans la petite station balnéaire. Visite possible de la petite église sainte Mary et des villages de pêcheurs. Excursion possible à Colombo.

**Repas inclus:** Petit-déjeuner / **Nuit** : à l'hôtel

### **J22 NEGOMBO - COLOMBO → PARIS**

Transfert à l'aéroport. Vol régulier avec escale pour Paris. Arrivée possible le 23<sup>e</sup> jour.

DATES ET PRIX		Base 5 à 12 participants	
04/01	au 25/01/23	AS/SR01	2 370 €
21/01	au 11/02/23	AS/SR02	2 390 €
18/02	au 11/03/23	AS/SR03	2 390 €
15/04	au 06/05/23	AS/SR05	2 330 €
02/07	au 23/07/23	AS/SR07	2 530 € <b>RÉSERVER TÔT!</b>
22/07	au 12/08/23	AS/SR08	2 640 € <b>RÉSERVER TÔT!</b>
28/10	au 18/11/23	AS/SR11	2 380 €
29/11	au 20/12/23	AS/SR12	2 390 €
03/01	au 24/01/24	AS/SR01	2 390 €
20/01	au 10/02/24	AS/SR02	2 390 €
17/02	au 09/03/24	AS/SR03	2 390 €

Sur certaines dates :

**50€ si inscription à + de 4 mois du départ**

**Départs 2024** - Dates et tarifs susceptibles d'être modifiés

**Vols réguliers** : Qatar Airways, Oman Air, Emirates...

#### Le prix comprend :

- Le vol international au départ de Paris
- l'hébergement en hôtels
- les petits-déjeuners
- les transports intérieurs et les transferts (en bus de ligne, en véhicule privé, en train et en transports en commun) entre les lieux d'hébergement
- les excursions à Mihintale, Sigiriya, Dambulla, Nalanda, Matale et Horton Plains et Uda Walawe (transports pour se rendre sur place uniquement)
- un accompagnateur parlant français
- les taxes d'aéroport, de sécurité et de carburant au départ de France : **330 €** (sujet à modification)
- l'assurance assistance-rapatriement.

#### Le prix ne comprend pas :

- Les déjeuners et dîners, prévoir **3 à 7 €** par repas (hors boisson) dans les restaurants locaux
- les boissons et dépenses personnelles
- les visites et les excursions mentionnées comme « libres » ou « possibles » ainsi que les entrées dans les sites (prévoir **200 €** environ)
- l'assurance multirisques.

A ce jour, pas de taxe d'aéroport à régler sur place au départ du Sri Lanka pour les ressortissants français.

### FORMALITES

**Compte-tenu de la situation sanitaire actuelle due à la pandémie de COVID-19, des mesures exceptionnelles peuvent être prises par les Etats, dans un délai très court, modifiant les conditions de circulation et les mesures sanitaires aux frontières**

Des informations régulièrement actualisées sur l'évolution de la pandémie sont disponibles sur le site [www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) rubrique « Conseils aux Voyageurs ».

#### AMBASSADE DU SRI LANKA

16, rue Spontini

75016 PARIS

Tél : 01 55 73 31 31

Courriel : [sl.france@wanadoo.fr](mailto:sl.france@wanadoo.fr)

Site internet : <http://www.srilankaembassy.fr/>

Accueil téléphonique du lundi au vendredi de 9h à 17h00

Service consulaire ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h30 (dépôt) et de 15h à 17h (retrait)

*Ne pas être en règle avec les formalités de police et de douane du ou des pays le jour du départ entraîne la perte totale du voyage, cette cause d'annulation n'étant jamais couverte par les assurances.*

### SANTE

#### → Traitements et vaccins :

Aucun vaccin obligatoire. Vaccination obligatoire contre la fièvre jaune seulement si vous avez effectué un séjour préalable dans certains pays d'Afrique ou d'Amérique du Sud.

Vaccins conseillés : hépatite A et B, diphtérie, tétanos, poliomyélite, typhoïde, antirabique, encéphalite japonaise.

Traitement antipaludéen : consulter son médecin.

La dengue est en recrudescence et des cas de chikungunya ont été rapportés, il est indispensable aux voyageurs de se prémunir contre les piqûres de moustiques (vêtements longs, répulsifs, moustiquaire...).

#### → Pharmacie :

Médicament contre les troubles intestinaux,

Médicament contre les rhumes et angines,  
Désinfectant, compresses stériles,  
Collyre,  
Produit anti-moustiques,  
Stick à lèvres,  
Crème solaire.

*Il est conseillé aux personnes suivant un traitement médical d'emporter leurs médicaments ainsi que les ordonnances correspondantes dans les bagages à main. Prévoir aussi un document indiquant le groupe sanguin et les allergies éventuelles.*

**Les médicaments que vous souhaitez laisser sur place sont à remettre impérativement à des médecins, infirmiers, personnels des dispensaires qui sauront les distribuer à bon escient. Ne jamais donner de médicaments dans la rue à quelqu'un qui vous en réclame.**

→ **Pour se renseigner :**

S.O.S. VACCINATIONS - 85, boulevard de Port Royal - 75013 PARIS - Tél : 01 47 07 10 00

INSTITUT PASTEUR - Tél : 01 45 68 80 88- <http://www.pasteur.fr/fr/sante/vaccinations-internationales-et-conseils-aux-voyageurs>

CENTRE DE VACCINATIONS INTERNATIONALES AIR FRANCE - 38 quai de Jemmapes - 75010 Paris - Tél : 01 43 17 22 00

## ESPRIT DU VOYAGE

→ **Type de circuit :**

Ce voyage est un circuit découverte (visites libres à chaque étape avec l'assistance de l'accompagnateur) dans un pays où le tourisme est développé. L'itinéraire est défini avant le départ et est modifiable sur place en cas de force majeure.

→ **Encadrement :**

Accompagnateur (trice) parlant français. Votre accompagnateur (trice) n'est pas un guide : il (elle) s'occupe de l'intendance (transports, transferts, hébergements), fait la liaison avec le ou les contacts locaux, vous propose et organise les visites et excursions sur place. Il (elle) veille également au bon déroulement du circuit, à une bonne cohésion au sein du groupe et vous fait partager sa passion des voyages.

→ **Transports :**

Utilisation des transports locaux (bus de ligne, train). Utilisation possible de minibus privés avec chauffeur pour certains trajets et excursions. Réseau routier en assez bon état. Quelques trajets sur des routes parfois encombrées de piétons et d'animaux. Conduite inversée par rapport à la France. En période de mousson, certaines routes peuvent être coupées, ce qui nous obligerait à modifier le programme. Altitude maximum : 2 250 m.

→ **Visites, excursions et entrées dans les sites :**

Pour les excursions prévues au programme et mentionnées dans « Le prix comprend », seul le transport est inclus. Les entrées dans les sites sont à régler directement sur place.

Les frais de transports ainsi que les entrées dans les sites, dans les parcs et dans les musées non mentionnés ou mentionnés comme visites « libres » ou « possibles » sont à la charge de chaque participant. Ces visites complémentaires seront organisées directement par l'accompagnateur (trice) selon le souhait du groupe et réglées sur place par chaque participant au tarif local.

→ **Hébergements :**

Hébergements de catégorie modeste en hôtels en chambres doubles ou triples avec ou sans salle de bains privée.

→ **Repas :**

Les petits-déjeuners seront pris sur les lieux d'hébergement. Les déjeuners seront libres mais pris avec l'accompagnateur dans des restaurants locaux dans les villes et les villages ou, exceptionnellement, sous forme de pique-nique dans la nature. Les dîners seront libres mais pris, le plus souvent, sur les lieux d'hébergement. La nourriture est assez riche et savoureuse. Les restaurants locaux ne proposent souvent que du rice and curry. Certains hôtels offrent de très bons buffets à prix raisonnable. Mais la cuisine sri lankaise ne se limite pas à ce seul plat. Le buryani est le plat de riz traditionnel des restaurants musulmans avec du poulet ou du mouton. Vous goûterez sûrement au kottu, mélange épicé de légumes servi avec une crêpe épaisse coupée en morceaux.

On peut aussi goûter au kiribath, recette de riz cuit dans du lait de coco. Le sambol est toujours présent sur une table sri lankaise : ce sont des condiments destinés à accompagner les autres mets et dans lequel le piment n'est jamais oublié. Le plus répandu est le pol sambol ou sambol à la noix de coco mélangée à des piments rouges, des oignons, des citrons et, parfois, du poisson séché. Les chutneys sont un condiment qui ressemble à de la confiture de piments. On servira aussi des papadams, galettes frites légères et croquantes et du hopper (ou appa) qui, accompagné de curry et de piment, fait partie du petit-déjeuner des Sri Lankais : il s'agit d'une fine crêpe cuite dans une casserole concave qu'on agrémenté avec un œuf. Le string hopper, est, lui, tressé comme des fines nouilles. Le poisson plus répandu est le seerfish qui ressemble à notre colin. Les desserts sont rares mais on trouve du curd, un yaourt au lait de bufflonne, servi parfois avec du sirop de palme (honey) et du watalappam, sorte de pudding garni de morceaux de cacahuètes. Les fruits tropicaux sont nombreux et succulents. Le thé est la boisson nationale, servi bien sucré avec du lait. Les jus de

fruits naturels sont excellents (oranges citrons verts, fruits de la passion, etc.). Il existe des bières locales. Autre boisson alcoolisée, le tody, fait de sève naturelle du palmier, à un léger goût de cidre. Le whisky local (arack) est aussi apprécié.

→ **Savoir-vivre :**

Ayez toujours en tête que vous êtes un hôte. Il est important de respecter les coutumes, les traditions locales et la dignité des gens qui y vivent et y travaillent. Prévoir aussi des pourboires pour les guides et les chauffeurs. Ils sont facultatifs et doivent être accordés en fonction de votre satisfaction. Sachez toutefois que leurs usages sont répandus et appréciés par les équipes locales dans des pays où le niveau de vie est bas.

## EQUIPEMENT

→ **Bagages :**

Sac de voyage ou sac à dos (maximum 15 kg) et un petit sac à dos (pour les affaires de la journée). Prévoir des protège sacs contre la pluie et la poussière. Attention, voyagez léger, car vous êtes seul responsable du port de vos bagages.

→ **Habillement :**

Vêtements légers, de préférence en coton,  
Pull léger pour les étapes en bord de mer,  
Pull ou polaire et autres vêtements plus chauds pour les étapes en altitude (Nuwara Eliya),  
Coupe-vent, cape de pluie et parapluie,  
Chapeau ou casquette,  
Maillot de bain,  
Chaussures confortables pour la marche avec semelles dures,  
Paire de tongs (pour la plage et la douche).  
Possibilité de laver ou faire laver son linge sur place. Inutile donc de prendre trop de vêtements.

→ **Mais aussi :**

Lunettes de soleil,  
Drap sac (facultatif),  
Serviette et affaires de toilette,  
Papier hygiénique,  
Lampe de poche ou frontale et piles de rechange,  
Réveil de voyage,  
Gel antiseptique hydroalcoolique (pour remplacer les lingettes peu écologiques),  
Couteau multi usage (à placer dans le bagage de soute),  
Spirales anti-moustiques.

→ **Se munir :**

La photocopie de la double page de votre passeport où figure votre photo (en cas de perte ou vol sur place)  
De photos d'identité récentes en cas de besoin  
Des formulaires d'assurance assistance rapatriement et d'assurance multirisques ADEO (si vous y avez souscrit), remis lors de votre inscription  
Des numéros de téléphone de différents organismes de recours (banques pour les cartes de crédit...).

**A l'enregistrement, il est indispensable de laisser les objets coupants (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc.) et liquides (gel douche, shampoing, dentifrice, bouteille, etc.) dans le bagage qui voyagera en soute car les autorités des aéroports les interdisent en cabine.**

## SITES DU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO

- Cité historique de Polonnaruwa (1982),  
- Ville ancienne de Sigiriya (1982),  
- Ville sainte d'Anuradhapura (1982),  
- Vieille ville de Galle et ses fortifications (1988),

- Ville sacrée de Kandy (1988),  
- Réserve forestière de Sinharaja (1988),  
- Temple d'Or de Dambulla (1991),  
- Hauts plateaux du centre (2010)

## OFFICE DE TOURISME

Pas de représentation en France. - Se renseigner auprès de l'ambassade (se reporter à la rubrique « Formalités »)  
Site officiel du tourisme au Sri Lanka : [www.srilanka.travel](http://www.srilanka.travel)

Mise à jour le 06/03/2023

**Assurez-vous avant de partir que cette version est la dernière mise à jour.  
Des modifications peuvent intervenir en cours d'année.**