








# DOUCEUR DE VIVRE AU COSTA RICA

Avec ce séjour, vous partez à la découverte du Costa Rica en alliant aventure et confort. A bord de votre véhicule, vous parcourez le pays et séjournez dans des sites privilégiés au coeur de la jungle ou offrant des panoramas à couper le souffle, avec la possibilité de pratiquer une multitude d'activités. Immergez vous dans la région de Turrialba et dans la jungle de Tortuguero, prélasssez-vous dans les sources d'eau chaudes de l'Arenal et partez vous ressourcer sur la péninsule de Osa au milieu de la surprenante faune locale.

 <b>Región</b>	Arenal y la zona norte La Côte Caraïbes La Côte Pacifique
 <b>Actividad</b>	En Individuel
 <b>Duración</b>	10 días
 <b>Código</b>	UCOCHAR2FIT
 <b>Precio</b>	A partir de 1.983 €
 <b>Nivel</b>	2/5
 <b>Confort</b>	4/5

## PROGRAMA

### 📍 Día 1 **Accueil et présentation du séjour**

Accueil à votre hôtel où un représentant francophone vous attend pour vous remettre votre carnet de voyage et vous donner quelques informations supplémentaires, utiles. En fonction de votre heure d'arrivée, vous pouvez visiter la capitale.

*Hébergement: Hotel Grano de Oro*

*Repas libres*

### 📍 Día 2 **San Jose - Tortuguero**

Tôt le matin, vous rejoignez l'incontournable région de Tortuguero, sur la côte caraïbes. C'est à La Pavona (Caño Blanco en fonction du climat) que vous embarquez à bord d'un bateau à moteur pour naviguer parmi la flore et la faune tropicale jusqu'au village où se trouve votre Lodge. Vous avez un petit moment de liberté pour découvrir le tout petit village de Tortuguero, langue de terre entre mer et rivière.

*Transport : 3 à 4 heures de route et 1 à 2 heures de bateau.*

*Hébergement : Tortuga lodge (ou similaire)*

### 📍 Día 3 **Tortuguero**

Le matin, vous explorez les canaux de Tortuguero en barque. Ce grand parc national aquatique est entièrement constitué de canaux et de lagunes au milieu d'une jungle impressionnante. C'est à travers cet unique et extraordinaire réseau de rivières et de marais, que vous partez avec votre guide local à la découverte des crocodiles, des toucans, et autres tortues, singes hurleurs, perroquets, paresseux, iguanes, oiseaux multicolores... L'après-midi, vous pouvez profiter de la découverte des sentiers du parc librement.

Note: en saison (d'environ fin juillet à début novembre) possibilité d'assister à la ponte des tortues la nuit (option à payer sur place : 25 USD).

*Hébergement : Tortuga lodge (ou similaire)*

*Temps de marche: 1 à 2 heures*

### 📍 Día 4 **Tortuguero - Arenal**

Vous retrouvez votre véhicule de location. Vous prenez ensuite la route pour la région de l'Arenal. Arrivé au village de La Fortuna dans l'après-midi. Vous occupez le reste de la journée à votre guise et pouvez profiter des nombreuses installations thermales de la région.

Note : entrée des parcs et des sites en option à payer sur place.

*Transport : 1 à 2 heures de bateau et 4 à 5 heures de route*

*Hébergement : Arenal Spring Resort & Spa (ou similaire)*

*Déjeuner libre*

### 📍 Día 5 **Arenal**

Vous consacrez cette journée à la découverte des environs de la Fortuna. Vous pouvez au choix explorer les sentiers du Parc National Arenal, découvrir les ponts suspendus et les tyrolienne à travers la canopée, effectuez de multiples balades à pied, à cheval ou à VTT, découvrir le lac Arenal en canoë ou en Kayak et profiter de la fin de journée pour vous prélasser dans les sources d'eau chaude. Le soir, vous profitez d'une soirée de détente et du dîner aux thermes de l'Arenal Spring Resort & Spa.

Note : activités en option à payer sur place.

*Hébergement : Arenal Spring Resort & Spa (ou similaire)*

*Repas libres*

### 📍 Día 6 **bq**

bhfw

📍 días 7 hasta 8 gfs

gfs

📍 Día 9 **Santa Teresa**

Vous profitez d'une journée de découverte de la région de Santa Teresa. Au choix, vous pouvez partir à la découverte des superbes plages de la région ou vers le Parc National Las Baulas (en saison observation des gigantesques tortues Luth), Rincon de la Vieja, Palo Verde (Mangrove en bateau). Possibilité également de partir en excursion en bateau avec plongée possible. Excursion en mer, balade à cheval en forêt ou sur la plage, kayak, initiation au surf, tyrolienne...

Note : activités en option à payer sur place.

*Hébergement: Latitude 10 Bechfront Resort (ou similaire)*

*Repas libres*

📍 Día 10 **Santa Teresa - Carara**

Vous profitez d'une matinée au bord de l'Océan Pacifique puis quittez la péninsule de Nicoya et rejoignez la région de Carara. Arrivée à votre hébergement en fin d'après-midi.

*Transport : 5 à 6 heures de route*

*Hébergement: Macow Lodge (ou similaire)*

## PERÍODO & PRESUPUESTO

### Cuándo viaja?

La mejor época para viajar es en los siguientes meses:

ene.

feb.

mar.

abr.

may.

jun.

jul.

ago.

sept.

oct.

nov.

dic.

### Precio

A partir de 1940€ par personne (sur la base de 2 participants)

*Este budgete esta para viajero, sigun disponibilidad. El agente local va a enviarle el presupuesto personalizado con el precio exacto. De hecho, el precio cambio en funcion de algunos elemento (disponibilidad, prestacion de servicios, temporada, cuanto estan, plazo extendido reservada, y muchas otra cosas)*

### El precio incluye

- 9 nuits en hôtel, lodge et cabinas avec petit déjeuner
- Les dîners des J2, 6, 8 et 12 et les repas (déjeuners et dîners) des jours 3, 4, 5, 10, 11 et 13
- La location d'un véhicule SUV (Hyundai Tucson ou similaire) pour 9 jours, assurances de base incluses et kilométrage illimité.
- Notre assistance francophone 24h/24h
- Le carnet de voyage et le roadbook.

### El precio no incluye

- Vol international
- Le supplément en chambre individuel : Nous consulter
- Les repas non mentionnés dans "Le prix comprend"
- Assurance rapatriement
- Pourboires, toutes dépenses & équipements personnels, boissons et tout ce qui n'est pas dans "LE PRIX COMPREND"
- Les frais de sortie du territoire (29 USD)

### Condiciones de pago y cancelacion

#### Inscription

La inscripción para una de nuestras actividades o viajes implica la aceptación de las condiciones de venta. Cada cliente debe llenar un formulario de inscripción. No se acepta la inscripción con el pago de un depósito que representan el 35% del recorrido total y el número de plazas disponibles. Si el registro se realiza dentro de los 30 días de la salida, el precio total del viaje debe ser pagado a la inscripción. Puede hacer su pago por transferencia bancaria (SWIFT / IBAN) o con tarjeta de crédito directamente en el sitio. Una confirmación de inscripción será enviada por correo tan pronto como sea posible.

#### Facturation

Al realizar su reserva, le enviamos por correo su factura. El saldo debe ser recibido por lo menos 30 días antes de la fecha de su llegada. Si el saldo del viaje no ha llegado dentro de este período, Altai Costa Rica se reserva el derecho de cancelar la reserva sin compensaciones.

#### Annulation

Si por alguna razón tiene que cancelar su viaje, el monto pagado será reembolsado sujeto a las siguientes deducciones:

- Cancelación con más de 30 días antes de la salida: Sin ningún cargo por cancelación. En el caso de que unos gastos se hayan incurridos con su consentimiento por escrito para garantizar servicios personalizados (hoteles, vuelos domésticos, actividades ...), entonces estos gastos se deben de pagar por completo.
- Cancelación de 30 días a 21 días antes de la salida: 30% del precio del viaje se conservarán mas toda la tarifa no reembolsable y reservado con su consentimiento (sitio, entradas, actividades domésticas ...).
- Cancelación dentro de los 20 días de la salida: 70% del precio del viaje será retenido mas la totalidad de la tarifa no reembolsable y reservado con su consentimiento (entradas interno, sitio, actividades ...).

Se debe indicar su decisión de cancelación por escrito (correo electrónico, carta o fax). Es la fecha de recepción de su solicitud que

determinará la fecha de cancelación. Estas condiciones específicas serán indicados en la confirmación de su inscripción. Si Altai Costa Rica se encuentra obligado a cancelar una salida en grupo, debido al número insuficiente de participantes, la decisión será tomada y los clientes serán informados a más tardar 21 días antes de la salida. Altai Costa Rica también puede cancelar una salida debido a acontecimientos excepcionales como en caso de fuerza mayor (erupción volcánica, eventos sociales, huelgas, mal tiempo...) y que podría afectar la seguridad de los participantes. En estos casos a los participantes se les devolverá el dinero que habrían pagado sin poder reclamar ninguna compensación.

### **Modification du contrat**

En caso de modificación de un viaje por el cliente que genere gastos para Altai Costa Rica, estos gastos serán asumidos por el cliente. En cualquier caso, se escribirán los cambios. Altai Costa Rica podrá cambiar elementos en el contrato de viaje, si sucesos exteriores fuera de nuestro control se impusieran. Nuestros clientes serán informados por escrito tan pronto como sea posible.

### **Prix et révision des prix**

Para los viajes en grupo, los precios que aparecen en el sitio web han sido calculados y son válidos para la cantidad indicada de participantes para cada viaje. Las tarifas se confirmarán al momento de la inscripción. Si la cantidad de participantes es inferior al mínimo requerido, un "suplemento grupo pequeño" podrá ser aplicado. Para todas las estadías o programas, mencionamos el precio por persona, válido a partir de un número de participantes, y detallamos las prestaciones incluidas y no incluidas en los precios. Cualquier cambio en los tipos de cambio, los precios de los distintos componentes de un viaje y, especialmente, los precios del combustible pueden resultar en un ajuste de precios.

### **Cession du contrat**

En caso de cesión del contrato por parte del cliente a un cesionario, las condiciones cambian y se aplican las políticas de cancelación.

### **Seguro**

---

Nous ne proposons pas d'assurances voyage. Nous vous recommandons vivement de souscrire à une assurance voyage et d'emmener avec vous lors de votre voyage les documents relatifs à votre assurance (contrat d'assurance, numéro d'urgence, coordonnées de votre compagnie d'assurance...).

### **Pourquoi souscrire à une assurance voyage ?**

Prenez contact avec votre compagnie d'assurance ou votre banque qui sera en mesure de vous proposer une assurance voyage. Celle-ci est vivement recommandée, car elle vous permettra de voyager l'esprit léger !Pensez à prendre une assurance qui pourra vous couvrir contre l'annulation de votre voyage (décès, maladie, mutation professionnelle, perte/vol de votre passeport...), vos bagages (perte/vol, retard d'acheminement...) mais aussi le rapatriement si un accident survenait pendant votre voyage.

## INFORMACIONES PRÁCTICAS

### Equipo

A Tortuguero, vous êtes encadré par un guide local anglophone. Le reste de ce voyage ne nécessite pas d'encadrement. Vous disposez d'un véhicule 4x4 et d'un Road-Book fourni par Altai Costa Rica. Vous êtes sous votre propre responsabilité lors de ce voyage, vous avez la possibilité de vous arrêter et de vous balader quand bon vous semble. Nous vous rappelons que le climat au Costa Rica est très changeant, les pluies peuvent être parfois intenses. Nous vous invitons à rester vigilant lors de vos déplacements.

### Alimentacion

Tous les petits-déjeuners sont compris.

Pour les déjeuners/pique-niques, lorsqu'ils ne sont pas préparés par vos hôtes où inclus dans votre séjour, vous pouvez choisir de prévoir un pique-nique ou de manger dans un restaurant. Vous en trouverez à proximité des principaux sites touristiques ou dans les villages. La plupart des stations essence font également épicerie et certaines proposent de la restauration rapide. Certains dîners seront pris chez vos hôtes. Pour les autres (non inclus dans votre séjour), vous trouverez des restaurants pour tous budgets à chaque étape.

La cuisine Costaricienne est simple et copieuse :

- Petits déjeuners copieux, choix de fruits frais (papaye, ananas, melon, pastèque, orange), pain ou tortillas de maïs, céréales.
- Les déjeuners et dîners sont très souvent accompagnés de gallo pinto (riz moyennement épicé avec haricots noirs). Les pique-niques sont faits de sandwiches, légumes et fruits.
- Boissons : beaucoup de jus de fruits naturels (jus de mûres sauvages délicieux), café léger savoureux.
- Eau : durant votre séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont à votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau dans les villages, les sources, les hôtels. Il est préférable de la traiter avec des pastilles purifiantes (de micropur ou d'hydrochloration). Évitez autant que possible l'achat de bouteilles en plastique qu'il faut ensuite recycler. Si vous devez acheter de l'eau en bouteille, nous vous conseillons d'acheter des bouteilles de 10 litres (ou 5 litres) pour remplir vos gourdes au fur et à mesure.

### Alojamento

A San Jose et Alajuela, vous êtes logés en hôtel 3\* (Don Carlos, Aranjuez, Rosa de America ou similaire)

Pour le reste de votre séjour, les hébergements que nous avons choisis sont de petites structures assez confortables. Les stations forestières, au confort sommaire, se situent au cœur de la végétation.

Les types d'hébergements sont les suivants :

- Lodges : Hébergements en chambre double/twin avec salle de bain privative
- Cabinas : Hébergement avec salle de bain privative. Chambre de 2 à 4 personnes
- Finca : Propriété agricole faisant également office de maison d'hôtes. Chambre de 2 personnes avec salle de bain privative. Exceptionnellement, une salle de bain peut-être partagée entre 2 chambres
- Communautés : Vous êtes hébergés par les membres des communautés. Le confort est simple et les sanitaires sont communs
- Station forestière : Hébergement collectif et confort sommaire. Sanitaires communs. Nous utilisons parfois ce type d'hébergement dans des endroits isolés, lorsque nous n'avons pas d'autres solutions afin de vous permettre d'être un peu plus proche de la nature.

### Movimiento y traslado

A Tortuguero, les déplacements sont en véhicule collectif et en bateau. Pour le reste du voyage, nous vous fournissons un véhicule de location de type Hyundai Tucson ou similaire équipé d'un GPS.

Conformément à la loi Costaricienne, l'assurance au tiers de base est incluse et la franchise est de 1100 USD en cas de vol ou d'accident. Cependant, il est fortement conseillé de souscrire une assurance complémentaire de "rachat de franchise". Cette assurance permet de diminuer voire d'annuler le montant de la franchise en cas d'accident ou de vol. Elle est à souscrire auprès de la

société de location au moment du retrait du véhicule. Le coût de cette assurance est d'environ 150 USD pour un séjour de 10 à 15 jours.

Le réseau routier dessert les villes et campagnes habitées sur la majeure partie du pays. Toutefois, dans certaines régions (Péninsule de Nicoya et d'Osa, centre du pays...), ce sont des pistes qui peuvent comporter quelques passages de gués, sable et pierriers. Elles sont plus ou moins praticables en fonction de la saison, de la météo et nécessitent l'usage de véhicules adaptés. Les tronçons non bitumés sont en général en bon état, mais réclament cependant une conduite vigilante.

On trouve des stations-service dans toutes les villes du pays et environ tous les 50 km sur le réseau routier. Le prix du carburant est d'environ 1 USD pour un litre d'essence.

Important: pour louer un véhicule au Costa Rica, vous devez être âgé de 21 ans minimum. Pensez surtout à prendre votre permis de conduire international (un par chauffeur), ainsi que votre carte de crédit (Visa ou Mastercard) qui servira pour la caution du véhicule. La carte de crédit doit impérativement être au nom du conducteur du véhicule.

Options à régler sur place :

- Conducteur supplémentaire : environ 50USD/location
- Siège enfant : environ 50USD/location

## Presupuesto y cambio

---

Au Costa Rica, deux monnaies ont cours : le Colon et le Dollar.

Le taux de change est particulièrement instable mais on peut se baser sur les cours moyens suivants :

- 1 USD = 530 Colones
- 1 USD = 0.92 €

Vous pouvez payer presque tout en colones ou en dollar, mais généralement les billets de plus de 20 USD ne sont pas acceptés. Pour vos achats courants (ex : boissons, souvenirs, etc.), nous vous recommandons de payer en colones. Vous pourrez vous procurer des colones à votre arrivée auprès des bureaux de changes de l'aéroport, dans des distributeurs automatiques (Visa/MasterCard) que vous trouverez dans les principales villes du pays, ou simplement en payant au supermarché avec vos dollars ils vous rendront la monnaie en colones. Pour les repas, prévoir entre 5 et 15 EUR. Attention, les prix affichés par certains établissements n'incluent ni les taxes (13%) ni le service (10%).

## Propina

---

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire, dépendant de votre satisfaction. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. En règle générale pour un service correct, comptez un minimum de 3 dollars par jour et par participant. Vous pouvez aussi offrir un petit cadeau à l'équipe locale en fin de séjour.

Si vous êtes satisfait du service au restaurant, vous pouvez laisser entre CRC 500 et CRC 1000 (soit USD 1 à USD 2).

S'il s'agit d'un guide local lors d'une activité, comptez entre 3 et 6 dollars par Jour et par participant.

## Material necesario

---

- Crème anti-moustique.
- Écran solaire
- Imperméable.
- Chapeau et lunettes de soleil.
- Pull ou veste type "polaire" pour les nuits froides.
- Vêtements légers en coton (tee-shirts, shorts).
- 2 ou 3 chemises à manches longues et pantalons légers contre les moustiques.
- Maillot de bain.
- Chaussures de marche de préférence montantes, pour la randonnée.

- Sandales confortables pour le reste de la journée (ou même le trajet en bus). Choisissez celles qui tiennent aux pieds et qui résistent à l'eau (pratiques pour les activités aquatiques ou simplement une journée pluvieuse).
- Des bâtons de marche sont conseillés pour les randonnées.
- Gourde (1 litre minimum).
- Couteau de poche.
- Lampe de poche ou frontale avec pile et ampoules.
- Adaptateur électrique (prises plates américaine vers prises rondes européennes)
- Trousse à pharmacie

## Material util

---

- Jumelles.
- Bottes en caoutchouc utiles pour les départs en saison humide (facultatif)

## Maletas

---

Préférez à tout autre bagage un sac de voyage souple avec fermeture latérale, de type sac marin, ou à la rigueur un grand sac à dos. Limitez le poids à 15 kg par personne. Vous aurez également besoin d'un sac à dos (35l minimum) pour ranger vos affaires de la journée.

Il est possible de laver le linge en milieu de circuit, prévoyez vos affaires en conséquence.

Par mesure de précaution, pensez à emporter dans votre bagage "cabine" de quoi survivre les premiers jours, et ceci au cas où vos bagages en soute n'arriveraient pas en même temps que vous. Ceci est rare mais il vaut mieux se parer à toute éventualité. Nous vous recommandons d'y mettre entre autres des sous-vêtements, quelques tee-shirts, vos chaussures de marche et des sandales. N'oubliez pas non plus de mettre tout objet coupant, ou liquide dans votre bagage "en soute" car ils sont interdits en cabine.

## Pasaporte

---

Les informations mentionnées ne sont qu'à titre indicatif. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités locales. Il est donc prudent de les vérifier dans le mois précédent le départ.

Le passeport est valable 6 mois après la date de retour. Dès votre inscription, merci de nous communiquer vos coordonnées de passeport (Nom - Prénom - Date de naissance - N° de passeport - Date d'émission et date d'expiration.). Nous en avons besoin pour réserver vos entrées dans certains sites et pour réserver vos vols intérieurs le cas échéant.

### ATTENTION:

- Vous devez impérativement nous communiquer les informations du passeport valide que vous emmènerez avec vous. Si vous devez faire renouveler votre passeport, attendez d'avoir le nouveau pour nous en communiquer les informations, faute de quoi vous risquez d'être refusé dans certains sites.
- Tous les enfants, quel que soit leur âge, doivent disposer d'un passeport individuel. Les enfants inscrits sur le passeport de leurs parents (même si le passeport est à lecture biométrique) devront obtenir un visa.
- Dans certains cas, vous pouvez être amenés à utiliser des compagnies américaines. Celles-ci font escale aux États-Unis et vous devez donc être conforme à la réglementation en vigueur en cas de transit sur un aéroport des États-Unis.

## Visa

---

Aucun visa n'est nécessaire pour l'entrée au Costa Rica sauf si vous passez par les U.S.A. Quand vous quitterez le pays, vous devrez vous acquitter d'une taxe d'aéroport. Celle-ci s'élève à environ USD 29 (payable par carte bancaire, en espèces, en colones ou en dollars).

### **Formulaire d'autorisation de voyage aux Etats Unis :**

Depuis janvier 2009, tous passager se rendant ou faisant escale aux Etats-Unis d'Amérique doivent avoir préalablement rempli le formulaire ESTA sur le site web suivant :<https://esta.cbp.dhs.gov/> afin de recevoir une autorisation de voyage dans le cadre du programme d'Exemption de Visa. Cette autorisation est valable 2 ans. Adultes et enfants (quel que soit leur âge) sont soumis à cette procédure. Le formulaire peut être rempli au plus tard 72 heures avant le départ mais il est recommandé de le faire aussitôt le voyage planifié.



Ce service est désormais payant : env. 14 USD. Noter que le programme informatique mis en place par le système ESTA ne permet pas de déterminer si les passeports sont valides pour se rendre aux Etats Unis dans le cadre du Programme d'Exemption de Visa. Le système ESTA enregistre simplement les données du passeport fournies par le voyageur. Il relève de la seule responsabilité du voyageur de vérifier si le passeport répond aux caractéristiques requises. Le nom que vous renseignez sur le formulaire ESTA doit être le même que celui figurant sur vos billets d'avion et doit (bien sûr) apparaître sur votre passeport. Si le nom utilisé sur le formulaire ESTA est différent de celui de votre billet d'avion, votre embarquement sera refusé par la compagnie aérienne.

## ***Vacunas obligatorias***

---

Même si aucun vaccin n'est obligatoire, vous vous assurerez cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés.

## ***Informaciones de salud y recomendaciones***

---

### **Pharmacie**

Nos guides accompagnateurs disposent d'une pharmacie de premier secours comprenant : Antiseptique local, pansements, compresses, pansements double peau, bandes elastoplast. Nous vous conseillons de prévoir une petite trousse à pharmacie à emporter avec vous pour les "petits bobos" de tous les jours, et une deuxième trousse plus complète à laisser dans le bagage principal. En cas de traitement particulier, merci de le faire savoir à votre guide à l'arrivée.

### **Recommandations**

Pas de vaccin obligatoire, cependant, assurez vous que vous êtes à jour des vaccinations "classiques" : tétanos, diphtérie, poliomyélite et typhoïde.

Paludisme (ou malaria) : le pays est classé en zone 1. Les risques de contagion par piqûres de moustiques sont faibles. Il est conseillé de se protéger par application de crèmes répulsives. Nous n'encourageons pas l'usage de traitements préventifs alors qu'il ne sont pas nécessaires. En effet, outre les effets indésirables qu'ils affligent à notre organisme, ceux-ci peuvent provoquer une résistance des parasites et les populations locales sont alors démunies face à la maladie. Nous vous recommandons toutefois de suivre l'avis de votre médecin.

### **Dengue**

La dengue existe au Costa Rica. Le phénomène croît pendant la saison des pluies. Il est recommandé aux voyageurs de se prémunir contre les piqûres de moustiques.

### **Fièvre jaune**

Très peu de risque mais le vaccin contre la fièvre jaune valable 10 ans qui n'est pas obligatoire peut être envisagé. En cas de traitement particulier, merci de le faire savoir à votre guide à l'arrivée.

### **Hygiène**

Observer les mesures d'hygiène élémentaires comme se laver les mains régulièrement en particulier avant les repas. L'eau est potable pratiquement dans tout le pays, mais il existe des risques de pollution bactériologique et chimique de l'eau surtout dans de la capitale et ses banlieues. Il est recommandé de consommer de l'eau en bouteilles. La consommation de mollusques et de certains crustacés sur la côte Pacifique (péninsule de Nicoya et province de Puntarenas) est déconseillée en raison de la "marée rouge", qui les rend impropres à la consommation, surtout de novembre à mai.

### **Virus transmissibles par les moustiques**

Il est conseillé de se protéger par application de crèmes répulsives. Nous n'encourageons pas l'usage de traitements préventifs alors qu'il ne sont pas nécessaires. En effet, outre les effets indésirables qu'ils infligent à notre organisme, ceux-ci peuvent provoquer une résistance des parasites et les populations locales sont alors démunies face à la maladie. Nous vous recommandons toutefois de suivre l'avis de votre médecin.

## ***Tiempo***

---

Le climat tropical est humide et chaud : la température moyenne est de 23°C à San José, 31°C sur la côte et au nord, à peine plus frais la nuit et ceci toute l'année. En altitude, les températures baissent un peu et l'humidité reste, vous pouvez avoir froid : à 3.000 m, il fait 5 à 15°C.

2 saisons se distinguent au Costa Rica : humide de Mai à Novembre (pluies brèves mais torrentielles), sèche de Décembre à Avril (soleil et ciel dégagé). En résumé, on peut voyager toute l'année et sans problème au Costa Rica, même s'il pleut fréquemment. Le pays, contrairement à certains de ses voisins de la Caraïbe, n'est pas affecté par les ouragans.

Chaque période de l'année présente ses avantages, cependant, le Costa Rica est connu pour sa diversité et le climat, très variable, est parfois capricieux.

- Janvier à Avril : soleil, vent et sécheresse sur le versant Pacifique (dans certains coins pas une goutte de pluie pendant 4 ou 5 mois). La saison sèche culmine en Mars et Avril mais elle est moins marquée sur le versant caraïbe où il pleut régulièrement tout au long de l'année.
- Avril à Mai, c'est le "printemps" et la saison des pluies débute.
- Juin à Juillet, c'est le « veranillo » le petit été sur l'ensemble du pays (les pluies diminuent).
- Août à Octobre propose de belles périodes ensoleillées sur la côte Caraïbe (à l'inverse du Pacifique pluvieux).
- Octobre à Décembre : fronts froids sur les caraïbes (périodes ensoleillées interrompues par des averses). C'est la fin des pluies et le retour de la saison sèche sur le pacifique annoncée par les vents alizés.

La nature a aussi son calendrier d'événements souvent discrets parfois spectaculaires: présence de baleines à bosse en Juillet-Août du côté Pacifique, pontes de tortues marines sur les plages de la Caraïbe ou du Pacifique, grandes concentrations d'oiseaux aquatiques, floraisons simultanées d'arbres à fleur, migrations massives de rapaces, rassemblement de papillons...

## **Electricidad**

---

110V, 60 Hz, prises plates de type américaines. Sachez que vos appareils prévus pour du 220V se chargent beaucoup plus lentement sur du 110V. Pour vos photos et vidéos, pensez à faire vos provisions de cartes mémoire et de batteries avant votre départ.