



## KERALA L'Inde tropicale

Du 5 au 14 mars 2021



'**God's Own Country**' ... c'est ainsi que le Kerala se promet. Et en effet, l'État le plus méridional de l'Inde est l'une des régions les plus prospères de cet immense pays. Son climat tropical et sa situation au bord de l'océan Indien en font une "terre d'abondance".

Les influences arabes, portugaises et néerlandaises témoignent d'un **vieux passé colonial fascinant** dans les vieilles villes portuaires comme Kochin. Les synagogues juives et les cathédrales catholiques se dressent pacifiquement à côté des temples et des mosquées hindoues. D'anciennes danses de temple indiennes comme le **Kathakali** ont trouvé leur origine ici et sont toujours pratiquées quotidiennement.

**Des collines vertes** où l'on cultive le thé, d'innombrables canaux qui irriguent la terre, de vastes **plantations d'épices** et des **plages de sable blanc** forment le décor pour le voyage au Kerala.

Le Kerala est le berceau de l'**Ayurveda**, l'ancienne médecine indienne, basée sur les plantes et les herbes. Bien sûr, au cours de ce voyage, nous ferons connaissance avec les praticiens de cette tradition et nous pourrons la comparer avec notre tradition médicale occidentale.

Au cours de ce voyage, nous ferons un tour relaxant de **Kochin** à l'ancienne station de colline britannique **Munnar**, nous visiterons les fermes d'épices autour de **Thekkady**, nous naviguerons avec un **bateau-maison** sur les canaux et nous terminerons par l'**océan Indien** où il est temps de découvrir la gastronomie locale.



## Le programme en détail

### Vendredi

Rendez-vous à l'aéroport de Bruxelles dans l'après-midi et départ par vol régulier vers Kochin (Qatar Airways via Doha).

### Samedi

Arrivée dans la matinée à l'aéroport de Kochin (Kerala). Accomplissement des formalités douanières et accueil. Transfert à l'hôtel à **Kochin** (environ une heure et demie). Petit déjeuner en attendant l'enregistrement. Après-midi tranquille et première partie du programme scientifique le soir.

Dîner à l'hôtel.

Nuitée à l'hôtel Trident\*\*\*\*\* Kochin



### Dimanche

Après le petit-déjeuner, nous prenons **un ferry avec les locaux** qui nous emmène en une demi-heure au vieux Fort Kochin. Kochin était (et est toujours) l'une des plus importantes villes portuaires de l'Inde. Le port moderne se trouve loin de la ville, mais le vieux **Fort Kochin** est l'endroit où les Portugais, les Hollandais, les Juifs et les Britanniques faisaient du commerce. Ils ont tous laissé leurs traces dans la vieille ville.

Nous visitons les **filets de pêche chinois** photogéniques, le **palais hollandais de la matricaire**, l'ancien **quartier juif avec la synagogue**, la basilique de **Santa Cruz** et l'**église Saint-François**. A la découverte



de la couleur locale à **Dobi Khana**, la grande blanchisserie de Kochin où des douzaines de lavandières et de laveurs font le nettoyage et le repassage de presque tout Kochin à la main.

Nous déjeunons dans un restaurant typique puis nous rentrons à l'hôtel pour nous rafraîchir pour le programme du soir. La soirée commence par un **récit de Kathakali**. Le Kathakali est un art ancien qui combine le théâtre, la musique et la danse. Des danseurs peints avec exubérance racontent des histoires de la riche tradition épique indienne du Ramayana et du Mahabharata. Ils sont accompagnés par des percussionnistes locaux.

Le dîner a lieu dans l'atmosphère du chantier naval **Brunton Boatyard**, autrefois un chantier naval britannique mais aujourd'hui un lieu chargé de nostalgie pour l'époque coloniale.

Nuitée à l'hôtel Trident\*\*\*\*\* Kochin



## Lundi

Vers 8h30 après le petit déjeuner, nous partons en bus de Kochin en **direction de Munnar**, une ancienne station britannique située dans les collines verdoyantes des Ghâts occidentaux. De la plaine côtière, nous nous enfonçons dans les collines qui forment la séparation entre le Kerala et le Tamil Nadu.

Après un déjeuner tardif, nous faisons une **promenade relaxante de deux heures** dans la région pour nous dégourdir les jambes et profiter de la vue sur les collines ondulantes parsemées de forêts et de plantations de thé.

Nuitée au Fragrant Nature Resort\*\*\*\*\* Munnar



## Mardi

En Jeep, on se rend dans une **plantation de thé locale** où nous sommes initiés au monde du thé. Nous nous promenons dans la plantation, nous voyons les travailleurs au travail et nous suivons tout le processus de A à Z dans l'usine de thé.

Selon les conditions météorologiques, nous organisons un pique-nique ou un déjeuner dans un bungalow local.

Avec les plus enthousiastes, nous visitons un **hôpital local**.

Dans l'après-midi, nous retournons à l'hôtel pour profiter de la belle vue depuis l'une des terrasses.

Nuitée au Fragrant Nature Resort\*\*\*\*\* Munnar



## Mercredi

Après le petit déjeuner, nous partons en direction du sud et traversons les **Ghâts occidentaux**. Nous faisons quelques arrêts photo à de jolis points de vue. Nous approchons de la région des plantations **d'épices** que le Kerala connaît depuis des siècles. Le poivre, la vanille, la cardamome, les clous de girofle, la noix de muscade, ... et bien d'autres épices sont les principales raisons pour lesquelles les puissances coloniales européennes ont été si attirées par le Kerala. Aujourd'hui encore, les épices sont l'une des principales sources de revenus du Kerala.

En route vers **Kumarakom**, nous nous arrêtons dans l'une des nombreuses fermes d'épices. Les habitants nous emmènent faire une promenade dans leur domaine et nous expliquent la culture et la transformation des différentes herbes et épices.

À l'arrivée à Kumarakom, transfert à l'hôtel et déjeuner.

Temps libre



Avant le dîner, nous organisons une **rencontre avec un médecin ayurvédique local** qui peut se poursuivre pendant le repas.

Nuitée à Niraamaya Retreat Backwaters and Beyond\*\*\*\*\*

### Jeudi

Transfert à **Allepey** où nous embarquons sur un **bateau-maison**. Les 'houseboats' du Kerala sont d'anciennes "barges à riz" qui ont été converties en une sorte de bateau de croisière local. Une grande partie du transport dans les plaines du Kerala se fait encore par bateau. La région est traversée par d'innombrables canaux et rivières, et le transport par bateau est souvent le seul moyen d'atteindre facilement les villages isolés. Nous naviguons le long des canaux et des lacs intérieurs où l'on peut voir passer la vie quotidienne haute en couleurs. Le déjeuner est servi à bord.

En fin d'après-midi, nous retournons à Kumarakom.

Le dîner se poursuit à l'hôtel, tandis que des danseurs locaux font une démonstration du **Kalaripayattu**, une ancienne forme d'art martial.

Nuitée à Niraamaya Retreat Backwaters and Beyond\*\*\*\*\*





### Vendredi

Le matin, **séance de yoga** avec un professeur de yoga local.

En fin de matinée, nous nous rendons dans l'océan Indien où nous logeons au **Marari Beach Resort**.

Après le déjeuner, en fin d'après-midi, nous organisons une **promenade le long de la plage** jusqu'à l'un des villages de pêcheurs voisins.

Dîner à l'hôtel

Nuitée au Marari Beach Resort\*\*\*\*\*

### Samedi

Avec les premiers oiseaux, nous nous rendons le matin vers 7 heures avec des **tuktuks locaux** à un port de pêche local où nous rencontrons les pêcheurs qui reviennent de leur **pêche de nuit**.

Après le petit-déjeuner, nous faisons une deuxième promenade jusqu'à **une école voisine** où nous rencontrons les enfants et les enseignants.

Le reste de la journée est libre pour profiter de l'hôtel et de la plage.

Le soir, un dîner d'adieu sera servi par des **musiciens et des danseurs locaux**.

Des chambres sont disponibles pour un départ vers l'aéroport de Kochin plus tard dans la soirée.

Séjour au Marari Beach Resort\*\*\*\*\*

### Dimanche

Vol vers 3 heures du matin à destination de **Doha** avec des correspondances à Bruxelles.

Arrivée en début d'après-midi.





## Information pratique sur Kerala

### Les suppléments de Travel & Learn

Au cours de ce voyage au Kerala, Travel & Learn propose un certain nombre d'extras destinés aux participants ayant une formation médicale. Ces éléments seront intégrés dans le programme et auront lieu la veille au soir du dîner. Un plan concret suit à l'approche du départ.

Au cours de ce voyage, nous nous familiariserons également avec l'Ayurveda, l'ancienne médecine indienne, et nous pourrions échanger des idées avec les médecins ayurvédiques locaux. Avec les plus enthousiastes, nous visiterons également un hôpital.

### Genre de voyage

Cette introduction **détendue** à l'État le plus méridional de l'Inde se déroule à un **rythme tranquille**. L'objectif est de découvrir certains aspects du Kerala coloré : l'héritage colonial du Kochin, la culture du thé dans les Ghâts occidentaux, les plantations d'épices et surtout la couleur locale de cette partie tropicale de l'Inde.

Contrairement à d'autres régions de l'Inde, le Kerala n'est **pas une terre de grands temples et de bâtiments**. La nature y est complètement différente de celle que l'on trouve dans les régions plus connues de l'Inde, comme le Rajasthan.

Nous logeons dans des **hôtels confortables** où il y a suffisamment de temps pour la détente et le repos.

Le Kerala est aussi la terre de **l'Ayurveda**, l'ancienne médecine indienne. Au cours du voyage, cette question sera également abordée lors d'une conférence interactive donnée par un médecin ayurvédique local. Cependant, la meilleure façon de découvrir les plaisirs de l'Ayurveda est de se faire masser ou soigner dans l'un des spas des hôtels.

### Les hôtels

Le Kerala a un niveau hôtelier assez élevé selon les normes indiennes. Nous avons sélectionné les hôtels suivants en raison de leur emplacement, de leur caractère et de leur apparence. Tous les hôtels disposent d'un spa et d'un centre de bien-être. Les hôtels de Kochin, Kumarakom et Mararikulam ont une piscine.

**Kochin**, Trident Willingdon Island\*\*\*\*\*

**Munnar**, Fragrant Nature Resort\*\*\*\*\*

**Kumarakom**, Niraamaya Retreat Backwater and Beyond\*\*\*\*\*

**Mararikulam**, Marari Beach Resort\*\*\*\*\*



### Visa et Formalités

Pour l'Inde, **aucun vaccin** n'est exigé par la loi.

**Un laissez-passer et un visa internationaux sont nécessaires.** Le titre de transport doit être valable pendant 6 mois après le retour. Le visa pour l'Inde peut être obtenu à Bruxelles ou à Anvers, mais vous pouvez aussi facilement demander **un visa en ligne**. Vous recevrez le tampon de visa dans votre passeport à votre arrivée à Kochin.

Un visa en ligne coûte actuellement environ 25 euros. **MyHimalaya** peut éventuellement organiser le visa en ligne pour vous, moyennant des **frais de traitement de 30 euros par visa**.



## Prix et réservation

### Inclus

- Vol régulier de Bruxelles via Doha à Kochin en classe économique (supplément 'business' sur demande)
- Taxes d'aéroport
- Toutes les nuitées sur la base de chambres doubles (étoiles : normes locales)
- Tous les repas (petits déjeuners, déjeuners / pique-niques, dîners)
- Toutes les excursions, les droits d'entrée, les excursions et les conférences selon le programme
- Tous les transports avec des bus privés confortables
- Tous les moyens de transport locaux (tuktuks, jeeps, houseboat,...).
- Services d'un guide local anglophone
- Accompagnateur francophone de MyHimalaya
- Accompagnateur francophone du Journal du Médecin
- TVA et contribution fonds de solidarité de voyages

### Non inclus

- Boissons
- Pourboires pour les guides locaux (environ 50 euros par personne)
- Soins de bien-être et Ayurveda dans les hôtels
- Visa pour l'Inde

**Dates du voyage: 5 au 14 mars 2021**

**Minimum 20, maximum 30 participants**

**Prix sur base d'une chambre double : 3.990 euros**

Supplément chambre simple: sur demande (Myhimalaya)

Les vols en classe **business** sont possibles. Le supplément dépend de la disponibilité. Informez-vous chez MyHimalaya.

*Ce voyage est organisé en coopération avec MyHimalaya / RVB Travel, une organisation belge spécialisée dans les voyages pour le Bhoutan, le Népal, l'Inde et le Myanmar. Il s'agit d'une agence de voyage agréée (accréditation 9077), membre de l'Association des agences de voyage flamandes et affiliée aux Fonds de solidarité flamands pour les voyages.*



## Réservation

Si vous souhaitez vous inscrire au voyage, veuillez contacter **Rik Van Belle de MyHimalaya**.

**Tél : 0499 13 17 30 ou [info@myhimalaya.be](mailto:info@myhimalaya.be)**

Lors de votre inscription à ce voyage, vous recevrez une **confirmation/facture officielle** de voyage avec la demande de versement d'un acompte de 30 % du prix du voyage. Le dépôt doit être payé dans les 5 jours ouvrables **par virement bancaire**.

Le solde doit être payé au plus tard 2 mois avant le départ. Vous recevrez une facture à ce sujet dans les délais.

Il est fortement recommandé de souscrire une assurance annulation. Cela peut se faire via MyHimalaya à 6,3 % du montant du voyage ou vous pouvez contacter votre propre courtier.



**Spécialiste des voyages au Népal - Bhoutan - Inde et Myanmar**

Bernard Spaelaan 16 – 9000 Gent

Lic A 9077

Assuré par les fonds de solidarité flamands pour les voyages et l'assurance Amlin