

# L'ascension du Kilimandjaro et la découverte des grands parcs animaliers

Tanzanie

Code voyage : TZAGP0002

Randonnée guidée • Voyage itinérant

15 jours • 13 nuits • Rien à porter • Niveau : 4 / 5



L'aventure débute avec **l'ascension du Kilimandjaro**, sommet mythique de 5 895 m qui domine le continent africain. **La voie Machame** vous offre des paysages splendides tout au long de son parcours et des points de vue magnifiques sur les glaciers du Kibo. Une fois le toit de l'Afrique atteint, vous partez dans les grands parcs tanzaniens du Serengeti, de l'incroyable cratère de N'Gorongoro et du Lac Manyara à la rencontre des éléphants, des rhinocéros, des girafes, des lions et des immenses troupeaux de gnous et de zèbres. Sensations fortes et retour aux origines assurés !

Le Kilimandjaro s'est formé tardivement, bien après le Grand Rift. Son activité volcanique a cessé voici environ 100 000 ans. Il fait bien apparaître deux pointes, Kibo et Mawenzi, séparées par Saddle, la « selle ». C'est sur Kibo que se trouve le sommet : Uhuru Peak. Le cratère de Kibo est une caldeira, c'est-à-dire que son sommet a été décapité par une explosion volcanique violente. Il y a plus de 100 ans, la caldeira était recouverte de glaciers, fondus aujourd'hui. Désormais, seul reste le glacier Furtwangler (au sud-ouest), avec quelques blocs de glace au sud et à l'est.

## Points forts

- L'ascension du Kilimandjaro par la voie Machame
- Le cratère du N'gorongoro et son aire de conservation
- Le lac Natron, la traversée de Gols Mountain
- 2 nuits en lodge haut de gamme après l'ascension et en fin de séjour
- Un caisson hyperbare pour votre sécurité

Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78  
Site internet : [www.grandangle.fr](http://www.grandangle.fr) • Blog : [blog.grandangle.fr](http://blog.grandangle.fr) • E-mail : [info@grandangle.fr](mailto:info@grandangle.fr)

# EN BREF

## La Voie Machame

L'ascension par la voie Machame, est probablement la plus sauvage, et vous fera découvrir tous les aspects de la montagne. Un peu moins fréquentée que la voie normale (Marangu), plus sauvage, et sans difficulté technique, l'itinéraire vous permettra une acclimatation suffisante. La descente se fait par la voie Mweka.

Les étapes sont cependant un peu plus longues que sur la voie Marangu.

La première partie du trek passe par une forêt dense et inextricable, due à l'humidité permanente dans la partie basse (figes géants, podocarpus, oléa, fougères arborescentes, ainsi que de nombreuses fleurs, impatiens, bégonias ...), avant d'entrer dans une zone de bruyères géantes et hautes herbes, vers les 3000 mètres.

Le plateau de Shira, le plus vieux des trois volcans du Kilimandjaro, se trouve dans une zone de lande d'altitude, la végétation est éparse, et seules survivent les plantes adaptées aux écarts de température, dont l'amplitude peut être importante (il gèle la nuit, et la température peut monter jusqu'à 35°C en milieu de journée). Shira, immense cratère érodé, est un des endroits les plus fascinants du Kilimandjaro. Vue superbe de la brèche ouest, et des glaciers (Credner, Arrow, Great and Little Penck...), qui s'illuminent des couleurs du soleil couchant en fin d'après-midi.

Puis, vous entrez dans le désert alpin en direction de Lava Tower, au pied du Kibo, et passez un col à 4500 mètres, avant de redescendre dans le grand Barranco, immense canyon, que surplombe le glacier Heim. La végétation est parsemée de fleurs, mais également de séneçons géants et de lobélies. En face de vous, le grand mur du Barranco, taillé par un glissement de terrain qui a ouvert cette immense vallée.

Le sentier menant à Barafu longe les pentes du Kibo, sous les glaciers suspendus, dont vous pourrez observer les immenses séracs, avant de remonter une moraine, au pied de la voie Barafu, dernier bivouac avant l'assaut final.

Très belle vue du Mawenzi et du Mt Meru au loin, superbe au soleil couchant.

Départ tôt dans la nuit pour le sommet, accompagnés de vos guides Chagga. La première partie est relativement facile et en pente douce, avant une zone de pierriers fuyants, qui devient plus raide. Le soleil monte progressivement au-dessus du Mawenzi, un peu avant l'arrivée à Stella Point, bord du cratère.

Encore un petit effort avant d'atteindre le sommet, Uhuru Peak, point culminant du continent africain, et superbe récompense à vos efforts.



# PROGRAMME

---

## J1 • Vol France – Tanzanie

Vol (généralement de nuit) France/Tanzanie.

## J2 • Arrivée à Kilimandjaro Airport (Tanzanie)

Arrivée à Kilimandjaro Airport (Tanzanie). Un membre de notre équipe locale vous attendra à l'aéroport avec une pancarte (avec votre nom et/ou l'inscription « La Balaguère »). Il vous conduira à votre lodge à Arusha. Notre correspondant vous expliquera en détail le déroulement du séjour et fixera un horaire de rendez-vous pour le lendemain matin.

**Temps libre l'après-midi, dîner et nuit au lodge.**

## J3 • Transfert Machame village – Machame Hut (3000 m)

Vous pouvez confier une partie de vos bagages étiquetés à notre correspondant local, qui les entreposera au bureau de l'agence (ne mettez pas d'objets de valeur). Après le petit-déjeuner, transfert vers 8h30 à Machame gate (1830 m). Formalités d'entrée dans le Parc National du Kilimandjaro, ici les porteurs nous rejoignent, pesée obligatoire avant le départ.

Déjeuner sur place puis début de l'ascension. Montée à travers la forêt équatoriale ; sauf orages violents récents, le sentier est bien entretenu et des rigoles latérales évitent qu'il ne soit boueux (au cas où prévoyez de vieilles chaussures pour cette journée). Arrivée à Machame Hut (3000 m). Bivouac dans les bruyères géantes.

*4h30 de marche, +1200 m de dénivelé, temps de transfert : 2h30.*

**Diner et nuit bivouac dans les bruyères géantes à Machame Hut, 3000 m.**

## J4 • Machame Hut / Shira Camp (3730 m)

Montée en crête marche vers Shira Plateau (3 850 m) à travers les hautes bruyères et les séneçons géants. La vue sur le Mt Meru, le plus souvent émergeant de la mer de nuages, est remarquable. La crête s'élargit, devient petit plateau suspendu, depuis lequel on commence à apercevoir les neiges de Kibo. Le chemin oblique à l'Ouest et file en traversée à travers les steppes d'altitude (3800 m) et descend légèrement jusqu'au plateau de Shira (3730 m). Déjeuner chaud à l'arrivée sur le plateau. Si la météo est clémente nous vous proposerons ensuite une petite marche d'acclimatation d'environ 2 heures jusqu'à 4 000 mètres. Vous y apprécierez une belle vue sur Shira Plateau. Bivouac au bord de l'immense plateau de Shira, ancien cratère, dominé par la masse de Kibo.

*4h de marche. +900 m, -100 m de dénivelé.*

**Diner et nuit en bivouac à Shira Camp, 3730 m.**

## J5 • Shira Camp / Barranco Hut (3900 m)

Montée douce et très progressive en direction du sommet jusqu'à la côte 4400 m, où l'on passe au pied de Lava Tower, grande tour de lave orangée. Nous entamons ensuite la descente vers l'Est, à travers les séneçons géants, immenses sentinelles veillant sur les lieux et le grand canyon de Barranco jusqu'à Barranco Camp.

Si la météo le permet, très belle vue sur le sommet. Evolution dans le désert d'altitude à partir de 4 200 mètres le paysage change radicalement et devient lunaire. Bivouac à Barranco Camp (3900 m).

*6 à 7h de marche, +900 m, -500 m de dénivelé.*

**Diner et nuit en bivouac à Barranco Hut, 3900 m.**

## J6 • Barranco Hut / Karanga (4000 m)

La rive gauche de Barranco est fermée par une muraille spectaculaire. Elle est pourtant parcourue par un sentier facile et pas du tout impressionnant qui se fraye un passage dans la paroi. Après un petit col à 4100 m, commence une longue traversée vers l'Est, à travers des paysages lunaires, d'immenses plateaux arides, entrecoupés de ravins successifs.

Halte au bord du ruisseau de Karanga (3840 m). Camp à 4000 m.  
*4h de marche, +550 m, -350 m de dénivelé.*

**Diner et nuit en bivouac à Karanga Camp, 4000 m.**

### **J7 • Karanga / Barafu Camp (4600 m)**

Karanga est le dernier point d'eau avant le sommet, c'est là que les porteurs feront le plein. N'oubliez pas vous aussi de remplir vos gourdes.

Aujourd'hui nous progressons par Karanga Hut (3930 m), traversée vers l'Est jusqu'au croisement de la Mweka Road jusqu'au camp à 4600 m.

Le bivouac du camp de Barafu Hut (4600 m) est peu confortable, car les pierres sont nombreuses, mais la vue sur le sommet et le Mawenzi est absolument magnifique. La veille de l'ascension, le repas du soir sera pris plus tôt (vers 18h), car il faudra se lever vers 23h, pour un départ à minuit !

*2h30 de marche, +400 m de dénivelé.*

**Diner et nuit en bivouac à Barafu Camp, 4600 m.**

### **J8 • Barafu Camp / Uhuru Peak (5895 m) / Mweka Camp (3250 m)**

Réveil à 23h et départ vers minuit, à la frontale. Le froid peut être très vif (aux environs de -10°). Le sentier s'élève régulièrement, mais rapidement en court lacets dans la moraine. Le terrain est meuble, la marche parfois pénible, et ici plus qu'ailleurs il est indispensable d'adopter un rythme très lent. N'hésitez pas à ralentir le guide et le groupe si vous vous essoufflez anormalement. En effet, nous montons rapidement, et le manque d'oxygène se fait sentir. Faites des pauses régulières (toutes les 30 min. environ) et forcez-vous à boire (bien que le froid n'incite pas à boire). Au bout de 5/ 6 heures de marche, on arrive à la neige (selon l'époque) ; la progression ne présente ni danger ni difficulté particulière, bien qu'à l'approche du sommet, la pente se soit redressée. Au lever du soleil, on débouche sur le rebord de la lèvre du cratère, à Stella Point. Malgré le froid et le vent, qui peut être très violent, malgré la fatigue, le moment est sublime, l'ambiance est irréelle. Les derniers 200 m jusqu'au sommet, Uhuru Peak (5895m) sont nettement plus faciles, car on longe le rebord du cratère vers l'ouest, pratiquement sans s'élever. La vue sur l'intérieur du cratère est saisissante. Le sommet s'atteint en moyenne au bout de 6 à 7 heures d'efforts. Après le cérémonial sommital incontournable, il faut entamer la descente jusqu'à Barafu Camp, qui s'effectue par le même itinéraire. On atteint le Camp, en général au terme de 3 heures de descente environ. Sieste et déjeuner chaud sont de rigueur et revigorant. Nous reprenons la descente vers la voie Mweka. L'itinéraire de descente suit la crête, qui perd rapidement de l'altitude, longeant le ravin de Charongo sur sa rive droite. Dans des paysages superbes, on rejoint les bruyères géantes de Mweka Hut (3250 m).

*13h de marche, +1350 m, -2650 m de dénivelé.*

**Diner et nuit en bivouac à Mweka Hut, 3250 m.**

### **J9 • Mweka Hut / Mweka Gate (1800 m) / Lac Manyara**

Très belle et facile descente à travers la forêt tropicale jusqu'aux bananeraies de Mweka. Déjeuner à l'arrivée et remise des diplômes ! Transfert pour le lac de Manyara et repos bien mérité au Oremiti tented lodge (lodge de catégorie supérieure).

*4h de marche, -1400 m de dénivelé, temps de transfert : 4h.*

**Diner et nuit au Oremiti tented lodge.**

### **J10 • Lac Manyara – Cratère du Ngorongoro**

Après le petit-déjeuner, route vers l'un des plus beaux sites du pays, le cratère du Ngorongoro situé à 2286 m au-dessus du niveau de la mer. Il est classé patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO et considéré comme la huitième merveille du monde. Descente, pique-nique et safari dans le cratère. Une capitale comme Paris tiendrait largement dans cet énorme trou naturel. Les animaux y restent en raison de l'abondance d'eau et de nourriture tout le long de l'année. Leur concentration dans le cratère donne une impression de paradis terrestre et de quasi pureté originelle.

**Diner et nuit en bivouac dans le parc sur les hauteurs du cratère. Tente 2 places avec lit de camp.**



### **J11 • Cratère du Ngorongoro – Gorges d’Olduvai – Gol Mountains**

Après le petit-déjeuner, traversée de la zone de conversation du Ngorongoro en passant par les gorges d’Olduvai avant d’arriver dans l’après-midi au pied des Gols Mountains, vallée et collines entrecoupées de petites plaines à acacias lieu de pâturages des troupeaux masai et des antilopes, région paisible aux nombreux villages masai. Simple balade autour du campement. De décembre à mars, la zone de conversation du Ngorongoro est un secteur de migration, il est donc possible de faire parcours plus long pour observer les troupeaux de la migration.

**Diner et nuit en bivouac sous les acacias dans le secteur de Piyaya.**

### **J12 • Village de Pjyaya – montagne de Sangani – lac Natron**

Nous quittons ce lieu magique pour descendre vers le village de Piyaya à travers la prairie et les acacias où il n’est pas rare de croiser des antilopes. Après le village, nous empruntons un sentier ancestral qui nous conduit de pâturages en pâturages. Découverte de petits villages et rencontre de nombreux troupeaux de chèvres et moutons ainsi que leurs jeunes bergers. Pique-nique en chemin, montée par un petit col sur la montagne de Sangani et vue sur le volcan Lengai, redescende en sous-bois jusqu’à la plaine. Notre véhicule nous attend, départ immédiat pour le Lac Natron aux couleurs irréelles et ses flamants roses. Arrivée à la tombée du jour.

*6h30 de marche, 3h de transfert.*

**Diner et nuit en bivouac au lac Natron.**

### **J13 • Lac Natron – chutes d’eau d’Ngare Sero – lac de Manyara**

Découverte du Lac Natron, balade au bord du lac, observation des flamants roses. Retour au camp et départ pour la rivière, marche aquatique jusqu’aux chutes d’eau d’Ngare Sero. Baignades assurées. Après le déjeuner, transfert au lac de Manyara à travers de beaux paysages de plateau et de cône volcanique. Retour au Oremiti tented lodge.

*3 à 4h de marche, 4h de transfert.*

**Diner et nuit en lodge.**

### **J14 • Lac Manyara – Kilimandjaro aéroport**

Tôt le matin départ pour un safari matinal au lac Manyara, au pied du Rift ; paradis ornithologique et faune variée. Ce parc fait partie de la Rift Valley, son immense lac vous permettra de découvrir des colonies de flamants roses et toutes autres sortes d’oiseaux vivant au bord du lac. Cet habitat d’arbres et de bush abrite une faune exceptionnelle tel que : girafes, éléphants, lions ainsi que le « monitor lizard », varan d’Afrique que vous prendrez pour un crocodile. C’est à Manyara que les lions font la sieste, perchés dans les acacias, ce qui est très difficile à voir. Retour au lodge en fin de matinée, pour une bonne douche et pourquoi pas un bain dans la piscine. Déjeuner, transfert aéroport et vol retour.

*3h30 de transfert.*

**Diner et nuit en vol.**

### **J15 • France**

Arrivée en France.

### **Itinéraire**

Nous pouvons être amenés à modifier l’itinéraire indiqué : soit au niveau de l’organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l’état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !



# QUELQUES PRÉCISIONS

---

*Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.*

## Itinéraire

L'itinéraire proposé par la voie Machame, est le gage d'une parfaite progression et des meilleures chances de réussite. Il est plus sauvage, plus varié et moins fréquenté que la voie normale (Marangu) malgré une fréquentation en hausse ces dernières années. Les étapes peuvent être modifiées. Elles sont parfois fonction des points d'eau, beauté du site, des haltes et rencontres imprévues. Ces modifications sont toujours dans votre intérêt et font partie des surprises du voyage en Afrique. A priori toutefois, les étapes sont bien définies aussi bien par la voie Machame que par la voie normale. Seules des modifications pour l'entretien de sentiers par le parc pourraient éventuellement apporter des changements.

## Niveau 4 / 5

Très bonne condition physique. 4 à 7 heures de marche par jour, avec un dénivelé maxi de 1200m. Le jour de l'ascension, 6h30 de montée et 7h de descente (+1350m/-2650m), un long repos au camp est prévu avant la descente à Mneka Camp (3250 m). Aucune difficulté durant le safari.

Parfois il peut y avoir un deuxième groupe, qui, étant donné le cheminement dans la végétation et le relief, évolueront plus ou moins ensemble.

Pas de difficulté technique importante. La seule difficulté est l'acclimatation à l'altitude. Il faut cependant bien se préparer pour cette expédition, car les conditions sont quand même assez rudes. Préparation physique par une pratique régulière de la randonnée ou de la montagne voire de la haute montagne, et par une accumulation de dénivelé. Il faut aussi penser si possible à faire du dénivelé en altitude dans les Alpes par exemple, car la difficulté du Kili, c'est vraiment « l'altitude ».

Vous pouvez également faire du jogging de façon régulière en montée notamment pour bien vous préparer (45' minimum). Ayez également un sommeil régulier dans les 15 jours qui précèdent l'ascension, c'est un très bon gage de récupération.

Il faut vraiment mettre toutes les chances de son côté et ne rien négliger, ce n'est pas une ascension à prendre à la légère et nous insistons donc sur cet entraînement indispensable. C'est aussi un gage de sécurité très important. Malgré tout cela, il se peut que certaines personnes ne parviennent pas à dépasser une certaine altitude. C'est une réalité, nous ne sommes pas tous égaux devant l'adaptation à l'altitude. Nous vous conseillons de faire des tests en vous renseignant auprès de votre médecin pour savoir si vous n'avez pas de contre-indication pour les efforts en altitude.

## Transport des bagages

Vous pourrez laisser une partie des affaires au bureau d'Arusha (ne laissez rien de valeurs !).

Rien à porter, qu'un sac à dos pour la journée avec vos vivres de courses et vos effets personnels nécessaires. Le portage des bagages est effectué par porteurs, des guides Chagga qui parlent l'anglais. Ils portent également le pique-nique (sauf à priori le 1er jour où il vous sera distribué au départ).

Ne prenez pas de sacs rigides ni de valises. Préférez un sac à dos de capacité 60 à 70 litres de bonne qualité pour les porteurs. Limitez le poids au maximum. Il ne faut pas dépasser 10 à 12 kg à faire porter, car outre vos effets personnels, il y aura également, le matériel de camping, la nourriture, etc. à porter par les Tanzaniens qui sont étonnants, souriants et pleins de bonne volonté. Ne prenez pas des sacs difficiles à porter.

Pour le sac à dos que vous porterez, choisissez-le confortable (40 à 50 litres) avec ceinture ventrale et de bons réglages. Il est important qu'à l'intérieur de votre sac vous puissiez ranger : une veste polaire ou

veste goretex, un appareil photo, une gourde de 2l, vivres de course perso, mini pharmacie perso, vos papiers, une lampe frontale + des piles, une paire de chaussette de rechange, des gants et un bonnet.

Pendant le safari en pays masai, vos bagages seront transportés par 4x4.

**Attention : depuis le 1er juin 2019, il est interdit d'apporter des sacs en plastique en Tanzanie, y compris les sacs à ordures et à provisions.** Les contrevenants condamnés, y compris les touristes, risquent des amendes très lourdes et une peine d'emprisonnement pouvant aller jusqu'à deux ans. Il est donc déconseillé de mettre des sacs plastiques dans vos valises ou vos bagages à main. De même, les articles achetés à l'aéroport avant d'embarquer dans l'avion en direction de la Tanzanie doivent être retirés des sacs en plastique. Il faut donc vérifier vos bagages avant de partir pour n'emporter aucun sachet en plastique. De même, les sacs en plastique transparents « à fermeture à glissière » exigés par certaines compagnies aériennes pour le transport des liquides, produits cosmétiques, articles de toilettes... ne sont plus autorisés. Vous devez les laisser dans l'avion avant de descendre.

## Transferts

Les transferts se font généralement avec des 4x4 de 7 places (plus rarement avec des minibus 4x4) ; pour aller et revenir de l'aéroport, ils se font parfois avec un taxi.

## Groupe

De 4 à 15 participants.

## Durée

15 jours, 13 nuits, 7 jours de marche et 4 jours de safari.

## Encadrement

Pour l'ascension : un traducteur francophone, un guide spécialisé et diplômé, cuisiniers et porteurs.

L'organisation sur place est assurée par notre représentant local. L'équipe d'encadrement pendant l'ascension du Kili sera composée d'un guide (le chef de l'expédition) et d'un ou plusieurs guides assistants (en fonction de la taille du groupe), d'un cuisinier, d'un serveur et d'une équipe de porteurs. Il y aura environ 3 porteurs par personne. Donc pour un groupe de 10 participants, l'équipe d'encadrement sera constituée de plus de 30 personnes. Nos guides sont brevetés et formés à l'école de guides du Mt Meru. Il y aura systématiquement un guide francophone (ou présence d'un interprète). Cependant peu de gens parlent le français, il est donc préférable d'avoir des notions d'anglais.

Les guides sont attentifs aux conditions sécuritaires, alimentaires... il s'agit d'une ascension ; n'attendez pas une approche naturaliste de votre guide.

Pendant le safari et la découverte du pays masai, c'est généralement une autre équipe de guides et cuisiniers qui vous accompagneront. Ces guides sont compétents sur la connaissance de la faune et de la flore que vous découvrirez, sur les populations masai que vous rencontrerez.

Pour le safari : un chauffeur guide de Safari anglophone et un tour leader francophone (petits groupes jusqu'à 5 personnes : chauffeur-guide de safari francophone).

## Organisation

Notre guide emporte une radio pour prévenir de tout problème majeur ; si la radio ne passe pas, des rangers sont présents dans de nombreux secteurs, et peuvent déclencher des secours à tout moment. N'oubliez pas que l'organisation des secours diffère totalement de celle qui existe en France. Il n'y a pas d'hélicoptère, les moyens sont modestes.

Ce type de trek, en altitude et dans un pays lointain, est synonyme d'un certain engagement dont il faut être conscient. Sachez renoncer si nécessaire plutôt que de prendre des risques inutiles.

Pendant toute l'ascension, notre guide veillera à la sécurité de la caravane, et à celle de chacun. Ne vous étonnez pas s'il vous demande souvent si vous n'avez pas mal à la tête, ce serait pour lui le signe annonciateur du mal des montagnes.



Pour votre sécurité, soyez franc avec lui sur votre état de santé. En cas de symptômes importants, il a pour consigne de faire redescendre la personne qui serait atteinte, ce qui constitue le remède le plus efficace. Etant donné leur expérience, si un guide vous préconise de descendre à cause de votre état de santé, n'insistez pas pour poursuivre l'ascension.

Sur le Kilimandjaro, même si la probabilité d'un problème grave due à l'altitude est rare, notre équipe est équipée d'un caisson hyperbare.

Sur la découverte du pays masai et le safari, les 4x4 sont reliés par radio au bureau d'Arusha.

## Confort

### ► Hébergement

Lodge à Arusha, sous tentes 2-3 places pendant l'ascension (matelas de bonne épaisseur) et le safari, 2 nuits dans un lodge de charme après l'ascension et en fin de séjour, 2 nuits dans l'avion en fonction des horaires de vol.

**Sur le Kili :** vous serez hébergés à 2 dans des tentes de 3 places (nous fournissons des matelas d'épaisseur moyenne). Il y aura aussi une tente mess avec table et chaises pour les repas et pour s'abriter. Le camp et les tentes sont installés par les porteurs et sont généralement prêts lors de votre arrivée à chaque étape.

Chaque camp est équipé de WC aménagé par le Parc (cahute en dur ou en bois avec un trou dans le sol) ; utilisez-les afin de ne pas souiller tous les recoins du camp ou les sources proches de celui-ci.

**Sur la partie safari :** vous serez hébergés à 2 dans des tentes de 3 places avec auvent, fenêtres moustiquaire, lit de camp et matelas (nous fournissons des matelas de bonne épaisseur), Il y a plusieurs types de campement :

- Camping aménagé : généralement aire de camping avec un bloc sanitaire (WC, lavabos et douche froide ou chaude en fonction du lieu) et une case réfectoire où est servi le dîner préparé par votre cuisinier. Ce sont généralement des campings situés dans le parc ou aire de conservation
- Campement : généralement près d'un village Masai, avec tente WC et tente douche de bivouac, Il faudra aider au montage et démontage des tentes et du camp

### ► Restauration

Pendant l'ascension, voici quelques exemples de repas qui vous seront servis :

Petit-déjeuner : un thé au réveil en sortant de la tente ! Puis crêpes, miel, beurre, confiture, pain grillé, fruits et boissons chaudes.

Déjeuner : déjeuners chauds, à base de féculents.

Dîner : plats chauds également à base de féculents. Le dîner est complet et énergétique ; soupe, œufs frits ou omelettes, parfois viande...fruits. Les repas sont donc adaptés à l'effort en altitude.

L'eau : si vous prenez de l'eau froide, traiter-la avec des pastilles. L'eau bouillie est normalement saine, au cas où, vous pouvez aussi la traiter.

Pour la partie safari, possibilité d'acheter de l'eau minérale avant de partir à condition de ramener les bouteilles vides à Arusha. Pour la partie safari, les repas sont à peu près similaires, plutôt froids pour le midi (lunch box).

## Rendez-vous / Dispersion

### ► Rendez-vous

Le J1 à l'aéroport de Paris Roissy Charles de Gaulle.

### ► Dispersion

Le J15 à l'aéroport de Paris Roissy Charles de Gaulle.

## Convocation

Vous recevrez environ deux semaines avant votre départ, une convocation précisant l'heure et le lieu du rendez-vous, le nom et les coordonnées du guide ainsi que le numéro et les horaires de vos vols. Elle sera accompagnée de vos billets électroniques.

## Votre budget

### ► Les prix comprennent

- le vol aller-retour de Paris ou de province (selon l'option choisie)
- les transferts internes
- l'encadrement
- l'hébergement
- les repas

### ► Les prix ne comprennent pas

- les pourboires
- les droits d'entrée dans les parcs, camping et taxes communautaires de 1310 € (susceptible d'évolution) facturés à l'inscription
- les boissons
- les frais de visa (50€)
- les assurances
- les frais d'inscription
- tout ce qui n'est pas indiqué dans « Les prix comprennent »

### ► Options, suppléments et réductions

- supplément chambre seule (sous réserve de disponibilité) : 250 €
- supplément départ de Province : nous consulter
- supplément entrées dans les parcs : 1310 €

### ► Vos dépenses sur place

- les pourboires : véritable institution en Tanzanie, on ne peut y échapper (sauf exception !)
  - Kilimandjaro :  
Prévoir environ : Guide : 20 \$ / jour / groupe ; Guide assistant : 10 \$ / jour / groupe ;  
Cuisinier : 7 \$ / jour / groupe ; Porteur : 3 \$ / jour / groupe
  - Safari :  
Prévoir environ : Chauffeur / Guide ou Tour leader : 25 \$ / jour / voiture / groupe ; Si  
cuisinier : 10 \$ / jour / cuisinier / groupe ; Si chauffeur de supply : 5 \$ / jour / groupe ;  
Chauffeur : 10 \$
- les droits d'entrée dans les parcs, camping et taxes communautaires (environ 1310 €, susceptible d'évolution, à régler à l'inscription)

## Assurances

Vous pouvez souscrire une assurance complémentaire carte bancaire (CB), ou annulation + interruption de séjour et/ou une assistance rapatriement facultatives.

**L'assurance annulation + interruption de séjour** vous couvre hors frais de dossier, d'inscription et hors taxes aériennes. Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par nous, dans les cas et sous les conditions figurant sur le contrat : 2,7% du montant du séjour.

**L'assistance rapatriement** comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement : 1,2% du montant du séjour.

**Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement** : 3,6% du montant du séjour.

**Assurance complémentaire CB** pour l'achat du séjour avec une CB multiservices proposant les garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum, American Express). Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB : 2.7 % du montant du séjour.

**Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement** pour les non-résidents européens. Nous consulter pour toute demande.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco.

*Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco ; il vous appartient de faire les démarches nécessaires auprès de l'assurance ; nous pouvons cependant bien volontiers vous y aider.*

## Taxes aériennes

Les taxes aériennes sont comprises dans le prix. Les prix indiqués ne sont valables que pour certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Ils sont donc susceptibles d'être modifiés en cas d'indisponibilité de places dans ces classes au moment de la réservation.

## Accès

### ► En avion

Les vols se font au départ de Paris (ou province avec supplément) pour la Tanzanie (Kilimandjaro Airport), avec Ethiopian Airlines, KLM, Kenya Airlines. Quelque temps avant le départ, vous recevez votre convocation avec les lieux et heures de départ, et la marche à suivre pour obtenir votre billet d'avion. Vous retrouvez nos correspondants à votre arrivée à Kili Airport.

Attention ! Bien à l'avance, nous avons une indication des horaires, mais ceux-ci ne seront définitivement reconfirmés que quelques jours avant le départ.

## Covoiturage

Pour rejoindre l'aéroport où vous êtes convoqué et afin de limiter vos frais de déplacements, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager. Faites appel à : [Blablacar](#). C'est simple et pratique. Attention : prévoyez de l'avance dans vos rendez-vous afin de ne pas être en retard à l'aéroport : l'avion ne vous attendra pas...

Vous pouvez aussi nous téléphoner, si vous souhaitez savoir si d'autres personnes du groupe habitent dans la même région que vous. Nous pourrions vous mettre en contact.

Nous vous conseillons enfin de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès de chez vous à l'aéroport de départ grâce au site [Comparabus](#). Contrairement à ce que son nom laisse penser, ce site, pour un même trajet, vous proposera diverses possibilités telles qu'avion, train, bus, ou covoiturage.

## Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

## Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

## Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre [blog](#).



## Tourisme responsable

### ► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

### ► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

# À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

## Documents de voyage

- Pochette étanche contenant vos documents de voyage et papiers personnels.
- Passeport (les participants de nationalité autre que française doivent se renseigner auprès de leurs consulats ou ambassades respectifs). Faire une photocopie de votre passeport que vous glisserez dans votre sac à dos
- Contrat d'assurance rapatriement et secours : (posséder une copie de votre contrat avec n° et coordonnées précises)

## Pour transporter vos affaires

- Pour le sac à dos que vous porterez, choisissez-le confortable (40 à 50 litres) avec ceinture ventrale et bons réglages. Il est important qu'à l'intérieur de votre sac vous puissiez ranger :  
Veste polaire ou Veste goretex, appareil photo, gourde de 2l, vivres de courses perso., mini pharmacie perso., vos papiers, lampe frontale + piles, une paire de chaussette de rechange, gants et bonnet
- 1 sac à dos de grande capacité pour le reste de l'équipement.  
Préférez un sac à dos de capacité 60 à 70 litres de bonne qualité pour les porteurs. Limitez le poids au maximum. Il ne faut pas dépasser 10 à 12 kg à faire porter, car outre vos effets personnels, il y aura également, le matériel de camping, la nourriture, etc. à porter par les Tanzaniens, qui sont étonnants, souriants et pleins de bonne volonté. Ne prenez pas des sacs difficiles à porter.  
Ne laissez rien comme valeur (papiers, argent en vue dans vos grands sacs)

**Attention : depuis le 1<sup>er</sup> juin 2019, il est interdit d'apporter des sacs en plastique en Tanzanie,** y compris les sacs à ordures et à provisions. Les contrevenants condamnés, y compris les touristes, risquent des amendes très lourdes et une peine d'emprisonnement pouvant aller jusqu'à deux ans. Il est donc déconseillé de mettre des sacs plastiques dans vos valises ou vos bagages à main. De même, les articles achetés à l'aéroport avant d'embarquer dans l'avion en direction de la Tanzanie doivent être retirés des sacs en plastique. Il faut donc vérifier vos bagages avant de partir pour n'emporter aucun sachet en plastique. De même, les sacs en plastique transparents « à fermeture à glissière » exigés par certaines compagnies aériennes pour le transport des liquides, produits cosmétiques, articles de toilettes... ne sont plus autorisés. Vous devez les laisser dans l'avion avant de descendre.

## Pour dormir

Sac de couchage bien chaud confortable à basse température (à -10°C au moins) + un drap sac + éventuellement matelas Termarest (auto gonflant).

## Vêtements

- Une grosse fourrure polaire ou un pull chaud
- Short en coton
- Sous-vêtements chauds (en laine, ou fourrure polaire légère, par exemple)
- Tee-shirts
- Pantalon de montagne
- Sur pantalon en goretex (facultatif)
- Une paire de gants en laine et une paire de moufles + 1 paire de gants de soie
- Un passe montagne ou bonnet
- Un chapeau de soleil en toile ou une casquette
- Des foulards type bandanas
- Une chemise chaude ou une fourrure polaire légère
- Une surveste en goretex ou un anorak
- Une cape de pluie
- Des chaussettes légères et des chaussettes chaudes en laine ou spéciale rando très chaudes
- Des guêtres ou stop tout

- Une paire de bâtons télescopiques
- Une lampe frontale avec piles de rechange (alcalines – indispensable pour l’ascension de nuit)
- Papier hygiénique
- Trousse de toilette, avec serviettes humidifiées
- Deux gourdes thermos d’1 litre minimum (l’eau dans les gourdes simples gèlent au Kili !) ou une gourde spécial gel
- Couteau de poche (à mettre en soute)
- Sacs en plastique
- Survêtement jogging
- Lunettes de soleil à verres filtrants
- Un sifflet
- Une couverture de survie

### Pour la partie haute

Nous vous recommandons trois couches :

Sous-vêtements à manches longues, sweat léger, fourrure polaire, le tout protégé par une surveste en goretex.

### Chaussures

- Chaussures de trekking déjà portées (il faut avoir la cheville tenue ; les chaussures doivent être rodées avant le départ). Bonnes semelles, assez chaudes, les chaussures sont un élément important de la réussite du trek. Il est important d’avoir des chaussures dans lesquelles on n’ait pas froid au pied, car au sommet du Kili il fait couramment -20°C
- Une paire de jogging ou chaussures légères ou sandales

### Pharmacie personnelle

Consulter votre médecin en premier lieu.

- Crème solaire protection totale pour les lèvres et le visage, Elastoplaste, pansements, double peau (type Compeed), compresses et désinfectant, pommade cicatrisante, antibiotique à large spectre, antidiarrhéique (intérix, immodium, ercéfuryl), antalgique (aspirine, paracétamol), collyre, pommade antiinflammatoire, pastilles désinfectantes (hydroclonazone-micropur), coramine glucose
- Nous vous conseillons la prise de Diamox, qui est un diurétique léger, et qui favorise l’acclimatation à l’altitude
- A prendre à partir de Shira camp (3700m) 1 comprimé le matin
- Somnifère léger si vous avez des problèmes de sommeil (en altitude on dort mal) Stilnox par exemple
- Purificateur d’eau

*Lors des safaris, shorts et vêtements à manches courtes (t-shirts, chemisettes...) ne sont pas gênants. Au contraire, attention au soleil ! Sur la côte et dans les îles, la religion de l’islam étant prépondérante, évitez les tenues qui pourraient être perçues comme un affront à la religion. Adoptez les vêtements à manche longue et les pantalons.*

# INFORMATIONS PRATIQUES

---

## Le pays

Pays : Tanzanie

Capitale : Dodoma

Population : 57,31 millions d'habitants (en 2017)

Superficie : 94.50.90 km<sup>2</sup>

La République unie de Tanzanie, constituée en 1964 par la réunion du Tanganyika et de Zanzibar, est bordée au nord par le Kenya et l'Ouganda, à l'est par l'océan Indien, au sud par la Zambie, le Malawi et le Mozambique, à l'ouest par le Rwanda, le Burundi et le Congo démocratique (ex-Zaïre), dont elle est séparée par le lac Tanganyika.

## Formalités

### ► Papiers

Munissez-vous de votre passeport, valable encore 6 mois après la date de retour. L'autorisation de sortie du territoire est obligatoire pour tout mineur voyageant sans ses deux parents.

A compter du 15/01/17, tout mineur qui voyage à l'étranger sans être accompagné de ses parents devra être muni de sa pièce d'identité en cours de validité (carte d'identité ou passeport selon la destination), d'un formulaire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (autorisation de sortie du territoire), de la photocopie de la pièce d'identité du parent signataire.

Pour plus d'informations nous vous invitons à vous rapprocher de votre mairie.

Visa obligatoire : vous pouvez le faire directement sur place à votre arrivée à l'aéroport. Cependant, ce processus peut prendre plus de deux heures en raison des trois étapes à suivre et donc de l'attente pour chacune. Le règlement se fait normalement en carte bancaire. Cependant, des informations contradictoires circulent sur les paiements en cash ou par carte bancaire. Munissez-vous donc de dollars américains : environ 50 \$ par personne, à payer en cash.

Les recommandations des autorités sont donc de faire une demande de visa en ligne avant votre départ <https://www.immigration.go.tz/index.php/en/services/visa-information>. Cela évite le passage pour le paiement et fait gagner du temps.

Pour toute information supplémentaire sur les visas : <http://tanzaniaembassy.fr/embassy/consular-services/info-on-visas/pour-obtenir-un-visa>

Le processus en ligne demande plus d'informations qu'un visa à l'arrivée et est délivré dans un délai de 2 à 3 semaines. Veuillez noter que toutes les frontières ne sont pas équipées pour prendre le visa en ligne.

A ce jour (16/08/19) seules 5 frontières acceptent les entrées dans le pays avec le e-visa :

- Aéroport international Julius Nyerere (DAR)
- Aéroport international de Kilimandjaro (JRO)
- Aéroport international Abeid Amani Karume (ZNZ)
- Namanga (frontière routière entre Arusha et Nairobi)
- Tunduma (frontière routière entre la Tanzanie et la Zambie)

Pour plus d'information : Ambassade de Tanzanie à Paris, 7 ter rue Léonard de Vinci - 75116 Paris. Tél : 01 53 70 63 66 - Fax : 01 47 55 05 46.

Vous pouvez aussi faire appel à une agence spécialisée dans la fourniture de visas, entre autres : Visas Express, 54 rue de l'Ouest, BP 48, 75661 Paris cedex 14.



Tél : 01 44 10 72 72, Fax : 01 44 10 72 73.

Attention : dorénavant, les mineurs devront être en possession de leur propre passeport et donc obtenir un visa individuel pour voyager en Tanzanie.

L'inscription d'un enfant sur le passeport d'un adulte ne sera pas suffisante pour l'obtention du visa.

### ► Santé

Traitement antipaludéen (Savarine ou Lariam) conseillé (consulter un centre de médecine tropicale).

### ► Vaccinations

Fièvre jaune (obligatoire, munissez-vous d'un certificat de vaccination car il peut vous être demandé à votre arrivée à l'aéroport) ; sont recommandées : hépatite A et B. TABDT (typhoïde) + polio.

Avant le départ : allez consulter votre dentiste et votre médecin. Ce dernier vous conseillera sur les mesures à prendre pour vous prémunir du paludisme et vous prescrira éventuellement un traitement. Si vous n'effectuez qu'une ascension du Kilimandjaro, vous pourrez peut-être vous en dispenser... car le paludisme est généralement absent au-dessus de 1500m (altitude d'Arusha).

Vaccination conseillée : mise à jour DTP recommandée. Hépatite A & B, typhoïde si séjour prolongé. Eventuellement rage pour les enfants.

Sur place : pour vous prémunir du paludisme (transmis par un moustique anophèle qui pique entre le coucher et le lever du soleil), utilisez des répulsifs pour la peau et les textiles, des vêtements couvrants, moustiquaire. (prévues aux fenêtres des tentes et dans les lodges et hôtels). Ces mesures sont à appliquer scrupuleusement dès lors que vous êtes à une altitude inférieure à 1500m.

Lavez-vous bien les mains avant tout repas (éventuellement avec du Stérilium gel) ; lors des repas « libres », soyez regardants sur le contenu de vos plats (attention aux légumes crus, évitez les sorbets ou glaces maison, assurez-vous que l'eau en bouteille était bien bouchée, la viande correctement cuite...).

Les moyens médicaux en Tanzanie sont relativement modestes.

### Adresses utiles

#### Ambassade de Tanzanie

7ter, rue Léonard de Vinci – 75116 PARIS

Tél. 01 53 70 63 66

### Téléphone

Le mobile passe en bas, mais difficilement pendant le trek.

De la France à la Tanzanie, composer le : 00 255 + l'indicatif de la ville (sans le 0) + le numéro du correspondant à 7 chiffres.

De la Tanzanie vers la France, composer le : 00 33 + le numéro à 9 chiffres (sans le 0 initial).

### Décalage horaire

Il y a une heure de plus en été, deux heures de plus en hiver.

### Electricité

Système 220V à 3 broches ; les appareils français peuvent être branchés sans risques en achetant un adaptateur en France ou sur place.

### Climat

Tropical, variable selon l'altitude. Saison sèche de décembre à mars. Saison des pluies en avril/mai et mi-octobre/novembre.

Temps très frais et même froid en altitude (+10 à -10°C). Assez chaud dans les parcs (25 à 28°C).

Pendant le trek, la température à la plus basse altitude varie de 15 à 20°C le jour et peut atteindre -5°C la nuit ; la température à la plus haute altitude est de 5 à 6°C le jour, -10°C la nuit.

## Langue

Swahili et anglais ; la plupart de nos guides sont francophones (mais nous ne pouvons le garantir).

Mots utiles en Swahili (langue officielle en Tanzanie)

« Jambo » = bonjour, salut (à chaque fois que vous croisez quelqu'un vous serez salué comme ça.)

« Polé, polé » = doucement,

« Asante » = merci

« Hakuna matata » = pas de problème !

« Twende » = allons-y ! (Vous l'entendrez souvent lors de l'ascension finale)

## Devise

La monnaie en Tanzanie est le shilling tanzanien (TZS) (1 euro = 2554 shilling au 04/11/2019). Vous ne pouvez pas vous procurer ces monnaies en France ; vous ne pourrez pas non plus les rechanger.

Vous pouvez emmener soit des US \$, soit des euros, mais les US \$ sont préférés.

Attention : les dollars US antérieures à 2009 sont systématiquement refusés !

Carte Visa : acceptée presque partout.

## Bibliographie

- Très nombreuse, un bon guide Lonely Planet en Français ou en anglais, le Petit Futé sur la Tanzanie et dans la collection Guides Arthaud « Kenya Tanzanie ».

- Les neiges du Kilimandjaro - E. Hemingway - Gallimard – Folio

- Le lion - J. Kessel - Gallimard – Folio

- Kilimandjaro, sommet de légende - Tanganika Wildlife Safaris

- Le petit futé - Tanzanie - Nouvelles éditions de l'université

## Cartographie

- Kenya - Tanzanie - 1/2.500.000 - Blay Foldex

- Kilimandjaro- 1/75.000- Executive Wilderness Programmes (vendue à Machamé Gate)

## L'eau

Il est fortement recommandé de traiter l'eau que vous boirez pendant le trek (micropur ou hydroclonazone) et le reste du temps de boire exclusivement de l'eau minérale ou autres boissons cachetées. Vous apprendrez à vous laver les dents à l'eau minérale.

## Photographie

Il est agréable de ramener des souvenirs et films de son voyage : les paysages sont à vous pour les filmer, mais ayez une retenue décente face aux habitants.

Un petit conseil : prenez des pellicules 200 ASA en quantité (car les films vendus sur place sont chers et parfois périmés) et des piles de rechange.

Il est plus facile d'utiliser un appareil analogique que numérique (pas de possibilité de recharger vos batteries en cours d'ascension) ou alors prévoir au moins 3 batteries de rechange chargées et stockées au chaud.

## Secours

Notre guide emporte une radio pour prévenir de tout problème majeur ; si la radio ne passe pas, des rangers sont présents dans de nombreux secteurs, et peuvent déclencher des secours à tout moment.

Rien de comparable avec les Alpes, ici les secours se font à pied. Pour tout ce qui est bénin, (entorses légères, insolation, lumbagos etc.) des porteurs vous assistent et redescendent avec vous jusqu'au camp suivant, ou précédent. En cas de blessure plus importante, on peut faire appel à ceux qui s'appellent « les flying doctors ». Ils viennent en hélicoptère ou en petit avion (dans les parcs par exemple). Ce qui prend quand même un certain temps, les portables ne passent pas partout et les Tanzaniens, s'ils sont des athlètes en général au-dessus de la moyenne, ne sont pas des surhommes, non plus.

De même si pour une raison ou une autre vous désirez quitter le groupe en cours d'ascension, les frais d'hôtels et de transfert à partir d'une porte sont à votre charge.

### **Il est très important d'être bien assuré pour ce type de voyage.**

Sachez toutefois que statistiquement, il y a très peu de problème sur cette ascension si les participants ont respecté les consignes préalables, à savoir : venir entraîné pour la réaliser, et si les consignes des guides ont été également bien suivi sur le terrain. Vous serez peut-être surpris par le rythme lent de la marche imprimé par les guides, mais c'est une garantie de réussite importante, pour la réalisation de cette ascension. Soyez donc attentif et relax, même si vous avez un très bon entraînement, respecter cette consigne essentielle.

## **Géographie physique**

La Tanzanie continentale est principalement formée d'aplanissements situés entre 1000 et 1500 m d'altitude, morcelés par la tectonique des Rifts : le Rift occidental, à la frontière occidentale du pays, est le mieux marqué, jalonné par les lacs Tanganyika et Malawi ; le Rift oriental, qui le rejoint au sud, dans la région du mont Rungwe, s'efface parfois au profit de simples escarpements de failles tournés vers l'est.

## **Relief**

À des fractures annexes sont liés des constructions volcaniques, comme le Kilimandjaro, point culminant de l'Afrique (5 892 m), et le Meru, et des alignements de petits massifs, orientés nord-nord-ouest - sud-sud-est dans la partie nord-est (Usambara, Pare), puis nord-est - sud-ouest dans les « hautes terres du Sud » (Uluguru, horst d'Iringa) qui rejoignent le Rift au mont Rungwe (2 959 m), lequel domine le lac Malawi. Ces mouvements tectoniques ont perturbé le drainage vers l'océan et sont à l'origine de vastes dépressions inondées saisonnièrement ; les grandes vallées (Ruaha, Kilombero, Ruvuma) sont de sérieux obstacles à la circulation, mais offrent des potentialités d'aménagement hydro-agricole. Les plaines sédimentaires côtières sont relativement étroites. À faible distance, les îles de Zanzibar et de Pemba sont pour partie coralliennes.

## **Climat et végétation**

La Tanzanie ne connaît pas au même degré que le Kenya l'opposition entre plateaux et plaines sèches et massifs bien arrosés. Dans le centre, où il tombe rarement plus de 1 m de pluies, une diagonale sèche, nord-est - sud-ouest, avec moins de 600 mm, s'étend de la frontière kényane aux approches du mont Rungwe. Seuls le nord-est et le nord-ouest du pays ont des régimes climatiques de type subéquatorial, avec deux saisons de pluies ; l'essentiel du pays connaît un rythme tropical, avec des pluies de novembre à avril. Les régions centrales, sauf les plus sèches, sont couvertes d'une forêt claire, le miombo, où pullulent les glossines (mouches tsé-tsé), parfois dégradée en savanes. Sur les massifs, l'étagement de la végétation (savane ou forêt claire, forêt mésophile, prairies d'altitude) tend à s'effacer avec la mise en culture.

## **Population**

Le peuplement de la Tanzanie est essentiellement d'origine bantoue, quoique le pays soit à l'extrême pointe de l'avancée nilotique (avec les Massais en particulier). La Tanzanie a été le cœur continental de l'empire commercial de Zanzibar, dominé par les Arabes d'Oman, associés aux commerçants du sous-continent indien. La civilisation swahilie s'est épanouie dans l'archipel de Zanzibar et dans les comptoirs de la côte comme de l'intérieur, Tabora notamment : l'islam est plus répandu que dans les autres pays d'Afrique de l'est et le swahili a pu devenir assez aisément la langue nationale.

La répartition de la population, estimée à 57,3 millions d'habitants (2017), est très inégale et largement périphérique, avec une densité moyenne de 41,7 hab./km<sup>2</sup> et des densités maximales dans les massifs du nord-est, au sud et à l'ouest du lac Victoria (pays sukuma et haya), dans les montagnes du Sud et sur la côte. Une progression de la population dans les plateaux centraux, longtemps très sous-peuplés, atténue un peu ces contrastes. À l'origine caractérisé par un habitat éparpillé en hameaux, le monde rural a connu une grande opération de « villagisation », destinée à faciliter le travail en commun et l'équipement ; devenue systématique en 1974, elle n'a toutefois pas frappé les massifs les plus peuplés, où les maisons continuent d'être éparpillées au milieu des champs. Le taux de population urbaine reste modeste (26% en 2010). Malgré une progression des villes de l'intérieur, les centres urbains les plus actifs restent côtiers :

quoiqu'elle ait en principe abandonné le statut de capitale à Dodoma (572 000 hab.), Dar es-Salaam (5,5 millions hab.) reste le pôle urbain et économique majeur, et de loin la principale ville.

## Economie

La répartition périphérique du peuplement en Tanzanie avait sa traduction dans l'activité économique. Le centre du pays était caractérisé par une pauvre agriculture vivrière, fondée sur le maïs et le sorgho, et l'absence de bétail, pour cause de trypanosomiase. Les régions de cultures d'exportation étaient périphériques: grandes plantations de sisal dans les régions basses du Nord-Est, autour de Tanga et de Dar es-Salaam; plantations européennes de café en bordure des massifs du Nord-Est (région d'Arusha); caféières paysannes d'arabica sur les pentes du Kilimandjaro (pays chagga) et du Meru, comme dans l'extrême Sud (également producteur de thé, mais handicapé par l'isolement); le Nord-Ouest (en pays haya, autour de Bukoba) produisait du café robusta; sur la côte, les cultures vivrières étaient pratiquées sous les cocotiers et les anacardiés (qui donnent la noix de cajou); le giroflier était l'apanage de l'archipel de Zanzibar. À ces cultures permanentes s'ajoutait le coton, considérablement étendu en pays sukuma (au sud du lac Victoria) depuis les années 1950.

## Agriculture

Les cultures d'exportation ont lourdement pâti d'une politique économique qui les taxait au profit théorique des cultures vivrières et des régions plus pauvres du Centre : suite à la nationalisation des plantations, la production de sisal est tombée au sixième de ce qu'elle était à l'Indépendance ; la production de café n'a augmenté que de 20 % en quinze ans, celle de thé de 42 %, quand la population progressait de 75 %. Le potentiel des plantations est à reconstruire, dans des conditions de marché difficiles. Un plus grand dynamisme caractérise les régions centrales : les résultats sont meilleurs pour le coton et le tabac, qui y sont cultivés ; surtout, la production de maïs et de riz – notamment pour le marché intérieur – a connu une très sensible progression le long de l'axe de la voie ferrée Tazara, construite par la Chine entre 1969 et 1975 pour désenclaver la Zambie. La voie ferrée, rénovée, est un instrument efficace de développement économique et le trafic vers la Zambie est important. Quoique la riziculture soit ancienne, surtout dans le Sud, le potentiel des grandes vallées et dépressions intérieures est encore très insuffisamment utilisé. En raison de l'extension de la trypanosomiase, l'élevage bovin est peu important, sauf dans les parties sèches du Nord-Est, en pays sukuma et dans les massifs, où progresse la production laitière.

## Energie et Industrie

La Tanzanie exploite peu de ressources minérales (diamant, or, sel, gaz de Songo-Songo près de la côte, alimentant l'usine d'engrais de Kilwa Kilosa, phosphates dans le Nord, à Minjingu); le fer et le charbon, dans le Sud-Ouest, ne sont pas économiquement exploitables. L'industrie, très hétéroclite, et dont la réhabilitation est difficile, est, malgré une volonté de déconcentration, restée largement concentrée à Dar es-Salaam et dans le Nord-Est, qui groupent 65 % des emplois et 69 % des entreprises de plus de dix salariés. L'activité touristique progresse, avec comme principale attraction le Kilimandjaro, mais elle reste deux fois moindre qu'au Kenya.

## Histoire

La côte tanzanienne a été, au même titre que celle du Kenya, marquée par la présence de comptoirs commerciaux, où dès le début de notre ère s'étaient développés les échanges entre l'Afrique, le monde arabe et l'Asie, et où s'épanouit la civilisation swahilie.

## Ecologie

Chacun doit se sentir personnellement responsable, nous voyageons dans un milieu naturel propre et souvent fragile, nous ne devons rien laisser de notre passage. Gardez dans vos poches jusqu'au soir les mouchoirs en papiers et emballages divers à jeter dans les endroits prévus à cet effet. **Attention : depuis le 1<sup>er</sup> juin 2019, les sacs en plastique sont totalement interdits en Tanzanie** (voir rubrique « Pour transporter vos affaires »). De même, les bouteilles en plastique sont interdites lors de l'ascension pour des raisons environnementales. Nous vous recommandons donc de vous munir de gourdes adaptées ou de poches à eau.