

Été 2024

14-17 ans

13 jours

Ville de regroupement
PARIS

Vol Paris – Dakar
(vol régulier, escale possible)



SÉNÉGAL IMMERSION

DES RENCONTRES ET DU FUN

L'ESPRIT DU VOYAGE

Un séjour **100% authentique** grâce à nos contacts locaux. Rencontres avec la **jeunesse sénégalaise**, **partage du quotidien** des habitants, découverte **d'activités étonnantes**. Certes, le **confort est basique**, mais le jeu en vaut la chandelle. Un séjour aussi surprenant qu'inoubliable !

LES TEMPS FORTS



Projet
solidaire



Immersion
village



Accro
baobab

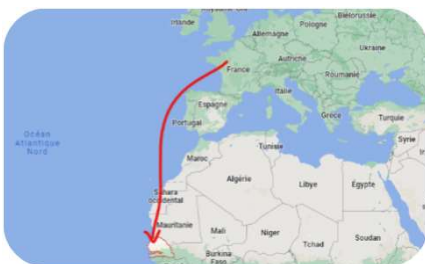


Kayak

NIVEAU PHYSIQUE



NIVEAU ECO RESPONSABILITE



LE PROGRAMME

ETAPE 1 : ALENTOURS DE DAKAR (2-3 nuits) : Première nuit à Thiès, proche de Dakar mais loin de l'agitation. On découvre l'histoire locale : le **musée de la civilisation d'Afrique**, le **monument de la Renaissance**, la **maison des esclaves**. Direction **l'île de Gorée**. Rencontre et partage avec une **association de Capoeira**. Initiation et repas partagé avec les jeunes locaux, plage et jeux tous ensemble. On dort en **hôtel sur l'île** pour profiter de la soirée.

ETAPE 2, TOUBAKOUTA (4 nuits) : Direction le Sine Saloum, une région naturelle bordée de fleuves. Immersion au **campement d'une ONG**. Le **confort est rustique** mais on appréciera l'accueil et la bonne humeur de nos hôtes. Il fait chaud l'été mais le fleuve est toujours propice à la **baignade**. Découverte du **projet de reboisement** de la mangrove et des autres projets de l'ONG, jeux avec les locaux, sorties **kayak** et **vélo**.

ETAPE 3, CÔTE ATLANTIQUE (4-5 nuits) : Installation à la ferme chez Ali et Marine, porteurs d'un **projet durable et social** dans un petit village.

Une **journée échange** : on aide les habitants aux champs, ils nous invitent à manger.

Une **journée artisanat** : on fabrique du savon 100% naturel, à utiliser sur place et à ramener en souvenir. On découvre le marché ou le port de pêche de M'Bour.

Une **journée sportive inoubliable** : tournoi de foot ou de lutte sénégalaise. Entraînement avec les équipes locales dans la journée et le soir on assiste aux rencontres. **Ambiance garantie !**

Une journée plus touristique : séance d'**Accro-Baobab**, activité inédite ! Et pour finir la journée en beauté : une **balade en bateau** au coucher de soleil, entre **lagune** et mangrove, pour admirer les oiseaux.

Jours 12-13 : Aéroport soirée, décollage la nuit.

INFOS PRATIQUES



Auberge de jeunesse à Dakar. Lit avec moustiquaire sous tente safari au village.



On ne cuisine pas. Pension complète la majorité du temps.



Bus privé avec chauffeur pendant tout le séjour.



Directeur et animateurs diplômés (1 pour 8), jusqu'à 24 participants.



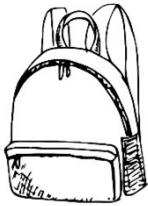
Passeport valide 6 mois après la date de retour. Autorisation de sortie du territoire. Test d'aisance aquatique.



Retrouve tous nos conseils sur notre site www.sans-frontieres.fr

LES JOURS DE TRANSPORT

Le sac à dos que tu as pour les cours ira très bien !



JE GARDE SUR MOI

Un sac à dos standard de 20 litres max avec :

- un **change complet** pour un jour et une brosse à dents
- les **papiers et objets personnels**.

MON BAGAGE PRINCIPAL

Valise ou sac à dos de **50 litres maximum** contenant l'essentiel de tes affaires (maximum 15kg).



DANS MON BAGAGE PRINCIPAL

IMPORTANT : L'été il fait chaud et humide au Sénégal. C'est la saison des pluies et ce sont les mois les plus chauds. Prévois des vêtements qui ne craignent pas pour les travaux à la ferme. Prévois des vêtements longs pour le soir pour te protéger des moustiques. Prévois des vêtements qui séchent vite (pas simple en saison des pluies, l'air est humide).

Important, prévois un savon qui n'est pas nocif pour l'environnement, idem pour le shampoing.

VÊTEMENTS

- 1 casquette
- 7 sous-vêtements
- 7 paires de chaussettes

Pour les journées

- 3 shorts
- 3 T-shirts manches courtes pour les activités
- 4 autres T-shirts
- 1 paire de baskets confortables pour marcher
- 1 paire de chaussures qui vont dans l'eau
- 1 paire de tongues
- 1 maillot de bain
- 1 serviette de plage légère
- 1 tenue pour les travaux des champs

Pour les soirées/les visites

- 1 pyjama léger
- 1 pantalon long
- 1 pull léger
- 2 T-shirt manches longues

TROUSSE DE TOILETTE

Privilégier des produits non polluants !

- brosse à dents et dentifrice
- shampoing et savon
- crème solaire (indice 50)
- lait après soleil (pas de biafine)
- stick à lèvres
- serviette type microfibre
- répulsif anti-moustique

ACCESSOIRES

- lunettes de soleil
- pochette bandoulière ou ventrale (argent, papiers d'identité)
- sac de linge sale
- lampe frontale
- masque de nuit et bouchons d'oreilles
- une gourde 1L

L'argent de poche, le matériel du participant ainsi que les papiers d'identité restent sous la responsabilité du participant. La société Sans Frontières ne peut en aucun cas être tenue responsable de la perte ou détérioration des affaires personnelles du participant. Il est vivement déconseillé de voyager avec des objets de valeur.