

SARIBUNG 6328 mètres

Du Mustang aux Annapurnas Du pays de Lho au village de Phu

Cette traversée reliant le Mustang aux Annapurnas en passant par le col glaciaire du Saribung constitue le plus exceptionnel itinéraire himalayen que l'on puisse imaginer aujourd'hui.

Longtemps territoires interdits, le Mustang et la vallée de Phu n'ont cessé d'aiguiser l'imaginaire des amoureux de l'Himalaya.

Relier ces deux bouts du monde en y associant l'ascension d'un sommet peu technique de plus de 6 000 mètres est un rêve que bien peu ont réalisé à ce jour.

De l'ocre de la falaise de Dhakmar à l'immaculé des étendues glaciaires du Péri Himal, des nombreux villages à l'accueil chaleureux du Mustang à l'isolement du camp de base du Saribung, des monastères bouddhistes lamaïstes aux lieux de culte hindouiste, tout concourt à l'émerveillement au quotidien.

Plus qu'un trekking, cette traversée du pays de Lho au village de Phu est un voyage à travers l'histoire où le temps s'est arrêté au Moyen Age.

Plus tout à fait un trekking, pas vraiment une expédition, ce voyage est définitivement inclassable.

Jour 1 Vol Paris / Kathmandu sur ligne régulière.

Jour 2 Arrivée à Kathmandu. Accueil par l'agence de trekking népalaise, transfert à l'hôtel. Découverte de la ville et flâneries dans les ruelles d'Asan Tol, le cœur de la capitale népalaise.

Jour 3 Transfert en bus privé à Pokhara. Six heures de route dans de superbes paysages tropicaux à travers collines et rizières. Hôtel à proximité du lac où se reflète le massif des Annapurnas.

Jour 4 Vol Pokhara / Jomsom en tout début de matinée. Nous survolerons la vallée la plus profonde de la planète entre Annapurnas et Dhaulagiri. Après chargement des mules, trois heures de marche pour atteindre Kagbeni, village forteresse à 2 800 mètres qui marque l'entrée au Mustang.

Jour 5 à 8 Quatre jours pour atteindre Lho Manthang (3 850 m) par une lente remontée de la rive droite de la vallée. Nous poserons nos tentes à Chele (3 030 m), Syamboche (3 760 m) ainsi qu'à Dhakmar (3 780 m) au pied de la falaise de grès rouge. Visite de monastères du XI^e siècle, traversées de villages fortifiés, et passages de nombreux cols autour de 4 000 mètres constitueront notre quotidien. Dans ces paysages de désert d'altitude, les traditions ancestrales et les conditions de vie des populations nous plongent au cœur du Moyen Âge...

Jour 9 En matinée, montée plein nord en direction du Tibet tout proche jusqu'au village de Tinghar situé au delà de Lho. Retour à Lho Manthang pour midi et après midi consacrée à la découverte de la citadelle et à la visite des monastères alentours conservant des peintures uniques dont des mandalas de grande beauté.

Jour 10 Très belle journée sur une magnifique ligne de crête pour atteindre Dhi Gaon où nous déjeunerons avant d'établir le camp à Yara (3 580 m), dernier village avant Phu Gaon que nous atteindrons dans huit jours seulement. Demain, nous entamerons une véritable odyssée en altitude d'où nous reviendrons forcément différents.

Jour 11 à 14 Nous quittons maintenant l'itinéraire « classique » du Mustang, évoluant à des altitudes entre 4 000 et 5 000 mètres. Le décor devient lunaire, les chemins moins marqués permettent néanmoins le passage de plusieurs cols à plus de 5 000 mètres. L'altimètre monte, les hautes montagnes se rapprochent, la sensation de solitude s'intensifie....

Dernières traces de vie aux lacs Domodar à 5 000 mètres, haut lieu de pèlerinage hindoue.

Ces quatre étapes sont volontairement raccourcies permettant une acclimatation soignée avant d'aborder les camps d'altitude.

Jour 15 En une petite matinée, se rapprochant des plus hauts sommets, nous rejoignons le camp de base du Saribung situé au pied des glaciers à une altitude de 5 240 mètres.

Jour 16 Remontant la moraine médiane, au milieu des glaciers générant d'étonnants pénitents caractéristiques des glaciers du versant Nord de l'Himalaya, nous allons établir un camp à 5 740 mètres.

Jour 17 Après avoir constitué les cordées, départ à l'aube pour rejoindre le col du Saribung à 6 042 mètres où nous déchargeons un peu les sacs avant de poursuivre jusqu'au sommet éponyme.

Du sommet, la vue s'étend sur tout le Péri Himal et ses 7 000 mètres du bout du monde dont l'Himlung et le Ratna Chuli. Sur l'autre versant en rive gauche du glacier, longue descente pour atteindre notre camp situé vers 5 300 mètres dans la haute vallée de Phu.

Jour 18 et 19 Nous continuons la descente en suivant le cours de la vallée glaciaire, nous avons rehaussé nos chaussures de trek et nous nous émerveillons du retour de quelques éléments du monde végétal et de températures plus clémentes. Dans un cadre exceptionnel, l'arrivée à Phu à 4 000 mètres constituera un point fort de cette incroyable traversée.

Jour 20 et 21 Quelques genévriers, puis les premiers conifères nous accompagnent dans la descente de profondes gorges nous permettant de rejoindre Koto (2 600 m) situé en aval de Manang sur le célèbre tour des Annapurnas.

Jour 22 et 23 Deux jours pour atteindre Chyangge (980 m), fin de notre itinéraire. Dans cet Eden tropical où les divinités hindoues se bousculent, l'environnement minéral du Mustang et ses croyances bouddhistes nous semble appartenir à un autre monde, et pourtant...

Jour 24 Deux heures de jeep sur piste pour atteindre Besishar d'où nous continuons pour six heures de routes asphaltées en bus privé pour rejoindre la capitale népalaise. Installation à l'hôtel Manaslu en fin d'après-midi.

Jour 25 Journée libre à Kathmandu. Cette journée pourrait également servir de journée tampon si retard dans notre programme en cas de mauvais temps, problème de transport intérieur, acclimatation difficile, etc...

Jour 26 Visite en matinée des nombreux sites culturels et religieux de la vallée de Kathmandu, après-midi libre. Transfert aéroport pour le vol retour généralement programmé en début de soirée.

Jour 27 Arrivée Paris en matinée.

TREKKINGS et EXPEDITIONS au NEPAL

AVEC QUI PARTIR ?

Gilles MARCAUD, aspirant guide en 1987, puis guide de haute montagne en 1990 a débuté son histoire avec le Népal par un Tour des Annapurnas en 1989. Depuis cette date, pas moins de cinquante séjours au Népal lui ont permis de fréquenter la plupart des itinéraires de trek de ce pays, de s'intéresser à sa langue ainsi qu'à la diversité des cultures qui composent la société népalaise. Depuis 1999, il séjourne une partie de l'année aux pays des Dieux où il a des attaches très fortes. Il est aujourd'hui le seul guide de haute montagne français s'exprimant en népali. Il a aussi dirigé quelques expéditions sur des sommets majeurs de 7 à 8 000 mètres dans divers pays de l'Himalaya dont le Dhaulagiri, l'Ama Dablan, le Tilicho, le Ratna Chuli, le Lhakpa Ri, la Punta Hiunchuli et le Mustagh Ata.

QU'EST-CE QUE LE TREKKING ?

Dérivé de l'Afrikaner (partir en voyage), ce vocable désigne maintenant une randonnée à pied à travers les hautes vallées, les gorges profondes, les villages accrochés à la montagne autour de leurs monastères, devant l'extraordinaire fresque des grands sommets himalayens.

Sur les sentiers des caravanes qui, depuis des millénaires, sillonnent le NEPAL, et les hauts plateaux du TIBET tout proche, le "trekking" est ainsi une exploration et la découverte de paysages inaccessibles autrement qu'à la marche. C'est donc aussi une épreuve physique et sportive à la portée de toute personne habituée à la montagne, en bonne condition physique, capable d'endurer 5 à 6 heures de marche journalière et de se trouver à l'aise dans la vie de groupe de 6 à 10 personnes. La marche est facile, les sentiers excellents, la montée progressive en altitude. A aucun moment, il ne s'agit d'alpinisme, tout au plus de marche facile sur neige lors de passage de cols élevés.

Mais l'absence de moyens de locomotion et d'hôtel implique d'amener avec soi, outre les bagages individuels, les vivres, le matériel de cuisine, le combustible. C'est-à-dire qu'un trekking ne s'improvise pas, mais exige au contraire, une préparation et une logistique appropriées.

Une organisation franco - népalaise très au point prend donc en charge le trekking de KATHMANDU à KATHMANDU, un guide de haute montagne français, un sirdar responsable de la logistique, un chef cuisinier et ses kitchen boys, des sherpas pour les tâches collectives et l'animation des veillées de camp, de nombreux porteurs ou yaks libèrent le "trekker" de tout souci et de toute servitude.

Bref, lorsque toutes ces conditions sont réunies, faire un trekking, c'est avant tout vivre intensément chaque instant de longues journées, jouir pleinement de la pureté de l'air, de la beauté et de la sérénité des hautes vallées, des routes de crête, des extraordinaires paysages de l'Himalaya. Il permet aussi, bien sûr et ce n'est pas l'un des moindres attraits, de mieux connaître, en vivant parmi elles, des populations simples et souriantes pour qui l'hospitalité conserve tout son sens sacré.

UNE JOURNEE DE TREK

NAMASTE ... Il est 6 heures du matin, l'heure de savourer le premier thé de la journée dans sa tente. Après cet agréable réveil, on se lève, on prépare son sac que l'on pose devant la tente pour que le porteur le ficelle avec une autre charge qu'il portera. A 6 heures 30, un copieux petit déjeuner est servi.

Vers 7 heures, c'est le départ. Chacun marche à son propre rythme, en accord avec ses désirs (photographie, botanique, contemplation, méditation). Un Sherpa (guide népalais) sera toujours en avant, tandis qu'un autre fermera la marche pour attendre des derniers.

Vers 11 heures, le groupe s'arrête pour prendre le déjeuner et se reposer. Puis après quelques heures de marche, à un emplacement choisi en concertation avec le Sirdar (le chef de l'équipe népalaise), le campement est monté pour la nuit, pratiquement toujours à proximité d'un point d'eau. Le thé et les biscuits vous seront offerts et après une bonne toilette, vous pourrez partir à la découverte du site ou du village ou plus simplement vous reposer des efforts de la journée.

Le repas du soir est prévu vers 18 heures. Certains soirs, vous ferez la fête avec l'équipe locale : chants, danses, souvent arrosés de Chang (bière légère de riz ou de millet) mais le plus souvent de Rakshi (alcool blanc à base de riz). Puis, sous la tente, dans le duvet. Le repos est important en trekking.

LE NEPAL, C'EST ENCORE L'AVENTURE

Le NEPAL n'est pas seulement un pays de sommets prestigieux inaccessibles aux randonneurs, il est aussi celui des vallées larges ou profondes abritant des peuples attachés à leurs traditions.

Des chemins, de simples sentiers de montagne, qui enjambent à gué de larges rivières ou franchissent des torrents tumultueux sur de fragiles ponts de bois, mènent toujours à un village ou à un monastère.

Quel que soit votre niveau technique, vous pourrez parcourir ce merveilleux pays, vivre une aventure pendant 3 ou 4 semaines en groupe de 6 à 10 personnes. Il faut vivre parfois à la "dure", partager la vie simple et heureuse des sherpas et des porteurs qui nous accompagnent.

Lorsque l'ascension d'un sommet est prévue dans un programme de trekking, le sommet doit être considéré comme un plus pour les participants ayant déjà une petite expérience de l'alpinisme.

LE SARIBUNG 6 328 mètres

Malgré l'altitude élevée du **Saribung**, ce sommet est techniquement très abordable. Nul besoin de piolet, une paire de crampons et une corde suffiront pour goûter à la magie des expéditions en Himalaya. Ainsi, il n'est pas nécessaire d'être un alpiniste chevronné pour espérer réaliser le sommet, cependant une pratique préalable de l'alpinisme sur des voies normales neigeuses dans nos Alpes est préférable.

Au-delà du camp de base, nous quitterons pour deux jours le confort du trekking classique et de l'organisation de nos amis népalais. Nous établirons un camp supérieur au milieu des glaciers à une altitude de 5 740 mètres à partir duquel nous serons en autonomie pour l'ascension du lendemain.

Au-delà du col situé à 6 000 mètres, les pentes rencontrées ne dépassent pas 30 degrés et les dangers objectifs sont très réduits sur cet itinéraire du versant Nord. Cependant, les crevasses bien présentes sur le glacier nécessitent de s'encorder.

Du sommet, la vue à 360 degrés s'étend des plateaux tibétains aux géants du Péri Himal qui lui font face.

L'ESPRIT DE VOS VOYAGES

Le but recherché n'est pas de faire du chiffre ou vendre du voyage à n'importe qui, mais simplement la formation de groupes homogènes afin de pouvoir retourner au Népal avec toujours plus de plaisir et surtout pouvoir partager ce plaisir.

Pas d'intermédiaire entre la conception, la promotion et l'encadrement de votre trekking. Pas de risque de voyager avec un guide ou un accompagnateur qui découvrira le Népal en même temps que vous. Vous voyagerez avec un guide de haute montagne, véritable spécialiste de la culture népalaise.

Ainsi, dès votre inscription, vous connaissez le guide qui vous accompagnera et qui, maître d'œuvre de toutes les étapes de la création du voyage, saura répondre aux aléas propres au voyage d'aventure.

La préparation, l'organisation, le choix des prestataires locaux, la promotion et de l'encadrement des trekkings confiés à une seule personne est pour vous la garantie d'une chaîne de responsabilité sans faille. Ainsi, depuis votre première demande de renseignements jusqu'à votre retour en Europe, vous n'aurez qu'un seul et unique interlocuteur, votre guide.

La disponibilité téléphonique de votre guide dépasse largement les horaires de bureau. Vous avez besoin de précisions, vous appelez votre guide et non pas un vendeur qui ne sera pas du voyage.

Dans ce même esprit est réalisé le choix des correspondants locaux dont le rôle est primordial à la bonne réalisation de votre trekking. Vous voyagerez avec une équipe aux fonctions diverses où chacun trouve sa place ; sirdar, guides locaux, chef cuisinier, aides cuisiniers et nombreux porteurs, muletiers ou conducteurs de yaks suivant les itinéraires et la taille du groupe. Pour un groupe de dix trekkers, pas moins de trente personnes aux origines ethniques diverses et aux croyances religieuses différentes. Le contact quotidien avec cette équipe vous permettra d'entrevoir la diversité et la richesse de la société népalaise.

LES PLUS QUI FONT LA DIFFERENCE

Transport aérien : Si les départs se font généralement de Paris, il est possible d'organiser des départs de Genève quand le groupe est constitué de personnes venant de la région Rhône-Alpes ou de Suisse. Dans la mesure du possible, il vous sera proposé des pré-acheminements à tarifs négociés pour rejoindre la capitale au départ de la plupart des grandes villes de provinces.

Sécurité : Depuis 1993 un caisson hyperbare accompagne chacun des trekkings d'altitude. Depuis, un téléphone satellitaire complète l'équipement de sécurité.

Groupe : Les groupes sont volontairement limités et vous ne serez jamais plus de 10 participants. Ceci autant pour préserver la convivialité de nos treks que pour respecter la tranquillité des régions que nous traversons.

Hôtel : A Kathmandu, vous résiderez dans un hôtel *** situé dans un quartier calme.

Prix : À partir de 6 personnes, le trekking est assuré et ceci sans surcoût. Pour comparer équitablement les prix d'un trekking, prenez le temps de regarder le nombre de journées de marche, la catégorie des hôtels, les moyens de transport intérieur et surtout les compagnies aériennes proposées pour rejoindre Kathmandu mais aussi les exclusions éventuelles (repas à Kathmandu, entrée payante des sites etc...).

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

Pour ce trekking expédition, le nombre minimum de participants est de 6 et le maximum est de 10.

LE PRIX COMPREND :

- Le transport aller-retour Paris / Kathmandu sur ligne régulière.
- Les transports et liaisons internes au Népal (bus et avion).
- L'hébergement en chambre double dans un hôtel *** à Kathmandu et Pokhara.
- Les repas du soir dans les restaurants typiques de Kathmandu.
- Le matériel collectif (tentes, matelas, etc...).
- La pharmacie collective dont un caisson hyperbare.
- La nourriture pendant le trekking préparée par un cuisinier népalais.
- L'encadrement par un Guide de Haute Montagne français.
- Le permis spécial du Saribung et de la vallée de Nar Phu.
- Les entrées sur les sites payants visités dans la vallée de Kathmandu.
- Les salaires et frais des porteurs et des sherpas ainsi que les primes aux sherpas pour l'ascension du Saribung.

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les frais de visa, (40 \$ ou équivalent euros).
- Les pourboires de fin de trekking, compter entre 80 et 100 €.
- Les boissons et repas de midi à Kathmandu (compter 6 à 7 € par repas).
- Les dépenses à caractère personnel.
- L'assurance Annulation Recherche Rapatriement.

SANTE :

Aucune vaccination n'est exigée pour un séjour au NEPAL.

Il est cependant conseillé d'être à jour des vaccinations habituelles.

Un problème dentaire en altitude pouvant vous gâcher votre trekking, pensez aussi à rendre visite à votre dentiste avant le départ.

POLICE :

Passeport valide avec visa pour le NEPAL à demander à l'ambassade du NEPAL

Il faut se déplacer, l'ambassade ne délivre pas de visas par correspondance

Ambassade du Népal - 45 bis rue des Acacias - 75017 PARIS - Tel 01 46 22 48 67

Pour les provinciaux, par correspondance auprès du

Consulat du Népal - BP 40257 - 76004 ROUEN Cedex 2 - Tel 02 35 07 18 12

Possibilité d'obtention du visa à l'arrivée à l'aéroport de Kathmandu.

LISTE DE MATERIEL

- Vêtements légers pour le voyage.

- Par précaution, il est prudent de voyager avec ses chaussures de trek aux pieds.

- 1 seul sac de voyage résistant, grand modèle limité à 20 Kg (Sac voyageant en soute),
- 1 seul sac au format autorisé en cabine. Dimension : 55 x 35 x 20 cm . Total des trois dimensions 110 cm, limité à 8 kg, mettre dans ce bagage les choses fragiles et de valeur.
- 1 sac de montagne armature souple qui peut servir de bagage à main si pas trop encombrant.

CHAUSSURES :

- 1 paire de bonnes chaussures de trekking confortables à semelle Vibram.
- 1 paire de chaussures d'alpinisme cramponnable pour l'ascension du Saribung.
- 1 paire de chaussures plus légères pour la partie tourisme du voyage,
- 1 paire de tongues ou de sandalettes (confortable après une journée de marche),

POUR LE SOIR, LA NUIT, LE FROID ET L'ALTITUDE :

- 1 ensemble de sous vêtements chauds style Damart ou fibre moderne genre Carline,
- 1 veste chaude en duvet avec capuche (possibilité de location à Kathmandu),
- 1 couche intermédiaire, genre gilet en duvet,
- 1 duvet-sac de couchage de bonne qualité (possibilité de location à Kathmandu),
- 1 sac-à-viande (type drap S.N.C.F.) confortable et hygiénique dans le duvet,
- 1 matelas auto gonflant de petite taille,
- 1 pantalon de montagne confortable et chaud,
- 1 fourrure polaire épaisse,
- 1 fourrure polaire plus légère ou un bon sweat-shirt,
- 2 paires de chaussettes chaudes,
- 1 bonnet ou passe montagne,
- 1 veste coupe-vent genre gore-tex,
- 1 paire de gants polaire et une paire de gants plus chauds,
- 1 paire d'excellentes lunettes de soleil et une autre paire de secours,
- 1 couverture de survie,

POUR LE SOMMET :

- 1 paire de crampons et 1 paire de bâtons à préférer au piolet.
- 1 cuissard léger avec un mousqueton à vis,
- 1 paire de guêtres,

POUR LA RANDONNEE DANS LES BASSES VALLEES :

- 1 short ou bermuda ,
- 2 pantalons de toile légère,
- 1 chapeau de soleil,
- chaussettes légères,
- linge de corps (éviter le coton qui ne sèche pas et préférer les fibres modernes)

LISTE DE MATERIEL, suite...

OBJETS DIVERS :

- 1 lampe frontale avec une ampoule et une pile de rechange,
- 1 couteau de poche,
- 1 gourde d'un litre si possible thermos pour boire chaud en altitude et frais dans les vallées,
- nécessaire à écrire,
- nécessaire à couture,
- crème solaire et labiale,
- pharmacie individuelle de confort (voir liste ci dessous),
- trousse de toilette (limitée, prendre des lingettes pour l'altitude),
- 1 petit tube de lessive liquide,
- appareil photo, pellicules,
- jumelles, altimètre etc.. (facultatif),
- ficelle, sacs plastique, briquet, pinces à linge etc.. ,
- lacets de rechange,
- Vivres de course : bien que pas absolument nécessaire, il n'est pas désagréable de prévoir : fruits secs, saucisson, chocolat, pâte d'amande, nougat, etc ... ou autres selon votre goût pour dégustation aux apéros du soir,
- 1 bouteille d'alcool pour améliorer le thé ou pour les apéros,

PHARMACIE CONSEILLÉE :

Une pharmacie collective est prévue avec un caisson hyperbare.

Prendre individuellement;

- Hydroclonazone ou Micropur pour désinfecter l'eau,
- Intetrix - Immodium - Aspirine - Pastilles pour la toux,
- Tricostérol, sparadrap, double peau, élastoplaste, petite bande etc.. ,

NE PAS OUBLIER :

- Passeport + Visa,
- Argent de poche. Il n'est pas nécessaire de prendre des dollars pour vos dépenses personnelles, les euros se changent très bien à Kathmandu. Cela vous évite de payer deux commissions bancaires.
- Piolet, crampons, baudriers et guêtres pour l'ascension du sommet.
- Pas de couteau ou autre matériel coupant ou dangereux dans le bagage à main et dans les poches.

Cette liste est une liste type pour tous les trekkings au Népal. Chaque itinéraire ayant des spécificités (durée totale, nombre de jours en altitude), n'hésitez pas à téléphoner en cas d'incertitude au moment de faire les sacs.

De préférence, emmener des vêtements usagés pour les donner aux sherpas et aux porteurs à la fin du trekking et faire de la place pour les souvenirs.

Zéro déchet, pourquoi pas...

Quelques idées pour essayer de faire pas trop mal.

Force est de constater que dans les pays en voie de développement que nous fréquentons lors de nos trekkings et de nos expéditions, le traitement industriel des déchets est inexistant.

Ainsi, la situation de ces pays face à ce problème est assez proche de celle que connaissait la France au milieu des années 70 quand les décharges sauvages fumantes et malodorantes se rencontraient aux abords des grandes cités et participaient au décor de nos campagnes.

Aujourd'hui l'ensemble des trekkers, même les moins avertis, ne discute évidemment plus la nécessité de ramener dans l'hexagone les piles usagées de la frontale afin de les faire retraiter grâce au tri sélectif que seules nos sociétés modernes ont les moyens de mettre en place.

Cependant, pour d'autres déchets considérés moins polluants d'un point de vue chimique, le réflexe de la poubelle reste malheureusement bien ancré sans se questionner sur la destination finale de ces résidus que notre société de consommation déverse par notre intermédiaire dans les pays que nous visitons.

N'ayant aucune garantie que le contenu de la poubelle du cuisinier durant le trekking, ou celle du propriétaire du lodge ou même celles de l'hôtel où nous séjournons dans les villes n'aille se déverser dans les paysages que nous admirons, il me semble que le meilleur moyen de ne pas participer à cette pollution est tout simplement d'envisager le déchet zéro des produits de confort que nous exportons à l'occasion de nos voyages à l'étranger.

Avec un peu d'attention au moment de faire les bagages et avec un petit travail de reconditionnement des produits consommables dont nous ne pouvons pas nous passer dans nos déplacements, cet idéal est facilement atteignable et les moyens d'y parvenir sont finalement assez peu contraignants.

Considérant que tous les emballages et déchets papier (emballages cartonnés, papier toilette, lingettes, etc...) pourront et devront être brûlés individuellement au quotidien par leurs utilisateurs, il suffit d'éviter les autres matières comme le plastique, l'aluminium ou le verre. A moins de s'engager à ramener dans l'hexagone ce type de déchets pour un retraitement que seules nos sociétés modernes savent faire actuellement.

De la même façon que le guide explique à l'alpiniste débutant pourquoi il n'y a pas de poubelle dans les refuges d'altitude et la nécessité de redescendre individuellement ses déchets en vallée, l'accompagnateur de voyage se doit de responsabiliser son groupe en boycottant l'utilisation de la poubelle collective durant le trekking.

Sans un comportement exemplaire et responsable de notre part, il est bien illusoire d'espérer faire évoluer les mentalités des personnels locaux qui nous accompagnent en trekking ou en expédition.