



## CAMERÚN

### Tribus, Sabana y Selva

Ruta por las 2 regiones más fascinantes de Camerún; la zona selvática del Este y el Norte saheliano. El viaje ha sido diseñado para descubrir un África distinta a la que el viajero ya pueda haber visitado. El itinerario transcurre por los últimos bosques tropicales vírgenes de Camerún, descubriendo los pueblos bantúes y a los pigmeos baka que siguen viviendo de la caza y la recolección, y sigue por el valle de Faro, territorio de tribus nómadas, y Montes Vokre, refugio de los últimos pueblos animistas.

Día 1: EUROPA – YAOUNDE

Llegada al aeropuerto internacional de Nsimalen (Yaounde) Un guía esperará a los clientes en el aeropuerto. Necesitarán enseñar los visados y la cartilla de vacunación con la fiebre amarilla en el control policial. Traslado (30-40 min) al **Hotel Mansel** (alojamiento sencillo pero correcto con AC, baño, internet, restaurante, seguridad, etc)

Día 2: YAOUNDE - NGAOUNDERE

Desayuno con el guía para comentar las actividades del día. Haremos un tour por la ciudad de Yaounde, capital política de Camerún. Entre otras visitas iremos al Mont Febé donde hay una buena vista sobre la ciudad y un curioso museo de arte africano. Los trenes hacia el norte salen alrededor de las 18:30 y llegan sobre las 10:00 de la mañana (aunque puede llegar antes o después). **Tren nocturno en vagones dormitorio. AD (desayuno)**

Día 3: NGAOUNDERE

Llegada por la mañana a Ngaouderé. Esta ciudad es la capital de la Provincia de la Adamawa, y juega un papel económico en la región dado que conecta por tren el norte de Camerún y Chad con el puerto de Douala, y además posee ganado y algodón. A pesar de su crecimiento económico, la ciudad mantiene su antigua atmósfera medieval alrededor del Palacio de Lamido (Sultanato). Desayuno y visita al Sultanato, el barrio antiguo, donde sobreviven algunas casas tradicionales de adobe, y el viejo mercado colonial. Los visitantes serán introducidos en el Camerún musulmán, tan diferente de la zona sureña selvática y cristiana. **Noche en la misión católica, hotel Adamawa o similar. AD**

Día 4: NGAOUNDERE – POLI (7h)

Tras el desayuno, descenso desde la Meseta Adamawa hacia el Valle de Benoué. Podrán observarse unas vistas espectaculares de la llanura africana, y se sentirá un cambio climático mientras se desciende. Los pueblos modernos de los alrededores de Ngaouderé- construidos con cemento y chapa de zinc- desaparecen después de 20km, y solamente se verán pueblos tradicionales de adobe a lo largo de la carretera de tierra. Parada para comer (carne a la parrilla, maíz, batatas, bananas y galletas) en un mercado local en dirección a Poli. Llegada por la tarde a Poli, la capital de Faro. Cena bajo el estrellado cielo africano. **Noche en el Bukaru Camp con duchas y WC. MP (desayuno y cena)**



#### Día 5: POLI – CAMPAMENTOS MBORORO – TRIBU DUPA

Desayuno. Los viajeros descubrirán junto con el guía los principales grupos étnicos del Valle de Faro. Uno de los pueblos más fascinantes de la región son sin duda los mbororo, etnia ganadera nómada que vive en esta región desde hace siglos y que conserva su cultura tradicional hasta nuestros días. Destaca la costumbre de decorarse el rostro y parte del cuerpo con bellos y complejos tatuajes que marcan clase social, y situación marital del que los lleva. Saludaremos a los ancianos de la tribu, quienes comandan el destino de su pueblo y conservan las viejas costumbres del honor, el respeto por la naturaleza, y la estrecha relación de los mbororos con su ganado. Por la tarde nos desplazaremos hasta los pies de los montes cercanos para realizar una excursión hasta uno de los poblados dupá. Caminata de unas 2h hasta llegar a la tribu. Instalación del campamento. Saludaremos a los ancianos de la tribu y seremos introducidos a la realidad dupá. Conoceremos su arquitectura, sus bosques sagrados, y sus costumbres. En estas montañas los lugareños siguen aferrados a su forma de vida ancestral. Los dupá son campesinos y sus vidas se desenvuelven alrededor de los campos de mijo. Por lo tanto, organizan festividades antes y después de las cosechas donde beben abundante bil-bil, la cerveza local (mijo fermentado). Si ocurre una de esas festividades mientras el grupo está allí, es necesario pedir permiso para participar en la celebración. Los hombres dupá combinan el trabajo en los campos, y la caza utilizando arcos y flechas. Es una sociedad africana que está fuertemente atada a sus valores animistas y su deseo de preservarlos de la "Modernidad". Noche con este pueblo montaños. **Noche en tiendas. PC**

#### Día 6: TRIBU DUPA - POLI

Desayuno con nuestros anfitriones, últimos intercambios de afecto y amistad con este pueblo poco habituado al visitante extranjero. Seguiremos con los porteadores hasta la pista principal del valle de Faro y regresaremos a Poli y el Bukaru Camp. Visitaremos de nuevo a los Mbororo que viven cerca de nuestro campamento base. **Noche en el Bukaru Camp con duchas y WC. PC**

#### Día 7: POLI – MBE – NGAOUNDERE

Desayuno y ruta hasta Ngaouderé. Pararemos de camino si vemos algo interesante o algún mercado semanal. Una vez en la ciudad compraremos comida y bebida para el viaje en tren. Llegada a la estación de tren hacia las 18:30. Entonces, se facilitará información a los clientes sobre la parte de la selva del tour. Noche en el tren, leyendo, jugando a las cartas, o simplemente relajándose. **Noche en el tren en vagones con litera hacia Yaoundé. AD**

#### Día 8: YAOUNDE – MESSAMENA (5h)

Llegada a Yaounde y continuación hacia el este selvático del país. Es la región de Camerún donde la selva todavía es predominante. Este es territorio bantú, etnia mayoritaria en Camerún y a la cual pertenece la élite política del país. Pasaremos por algunas poblaciones de origen colonial donde sobreviven algunos edificios del periodo germánico (1884-1916). Llegada a Messamena, paseo por el pueblo y noche en **Hotel de Messamena. MP (desayuno y cena)**



Día 9: MESSAMENA – PIGMEOS BAKA (2h + 1h a pie)

Desayuno y continuación por una pista forestal. Cruzaremos varios riachuelos tropicales y llegaremos hasta la selva donde viven los últimos clanes de pigmeos baka tradicionales. Llegada a pie (1h) al campamento y saludo a nuestros anfitriones. Instalación de las tiendas. Este pueblo es muy especial por su vinculación al bosque tropical y porque han conservado gran parte de su cultura animista. Compartiremos actividades con ellos como por ejemplo la recolección de ñames salvajes, plantas y cortezas medicinales y aprenderemos técnicas de caza. Por la noche disfrutaremos de sus cantos polifónicos y de la danza sagrada Ejengi (espíritu de la selva) en este lugar mágico en medio de la selva. **Alojamiento en: tiendas.**  
**PC**

Día 10: PIGMEOS BAKA – YAOUNDE

Tras el desayuno, nos despediremos de nuestros anfitriones y regresaremos a la pista principal para seguir hasta Messamena. Pararemos en el hotel para lavarnos, arreglar equipaje y comer. Continuación a Yaunde por la nueva carretera asfaltada. Llegada, parada en una terraza para tomar algo, traslado al aeropuerto y vuelo nocturno a casa. **MP (comida)**

Día 11: Llegada

Llegada a destino y fin del viaje y de nuestros servicios.

#### GRUPOS

De 6 a 12 personas

#### FECHAS 2024

17-26 Abril; 3 - 12 Julio; 17-26 Julio, 31 Julio - 09 Agosto, 25 Diciembre - 3 enero 2025

#### PRECIOS

Por persona: **2.570 EUR** + vuelos

Supl. Ind. 200 EUR

#### INCLUYE

- Todos los traslados
- Hoteles y tiendas de campaña con desayuno.
- Guía local de habla hispana durante todo el viaje.
- Las comidas detalladas según itinerario.
- Transporte terrestre en un vehículo privado (bus); Gasolina y peajes.
- Las excursiones mencionadas.
- Las entradas a los lugares detallados en el itinerario.
- Seguro de accidentes y asistencia en viaje (consultar coberturas)



#### **NO INCLUYE:**

- Vuelos internacionales con tasas aéreas.
- Comidas no mencionadas en el itinerario.
- Bebidas.
- Visado (proporcionamos lo necesario para obtenerlo on-line: reserva hotel y/o carta de invitación) Coste: 120 EUR
- Seguro de cancelación.

#### **FORMA DE PAGO**

El 40 % del precio total del viaje en el momento de formalizar la inscripción. El resto del importe al menos 21 días antes de la fecha de salida.

#### **A TENER EN CUENTA**

##### NOTAS

- El orden de las visitas y excursiones puede ser modificado de acuerdo a las condiciones locales (estado de la carretera, días de mercado...).
- Si algunas visitas/ o excursiones no pueden ser realizadas debido a causas externas, serán remplazadas siempre que sea posible.
- Existen largas distancias entre las ciudades y los pueblos, y a menudo las carreteras o caminos están en malas condiciones.
- Las excursiones y caminatas son fáciles, digamos nivel fácil-medio, pero hay que tener un buen estado de salud para hacer este viaje.
- Alojamientos: sencillos pero correctos; excepto en Yaounde que hay opción alternativa con el Hilton si el cliente necesita una cadena hotelera internacional, el resto de alojamientos son los mejores disponibles o los que más nos gustan (en el caso de Ngaoundere). Si algún cliente desea estar en una cadena hotelera internacional, es posible alojarse en el Hilton, pero deberemos reservarlo y pagarlo aparte (se descontara el coste del hotel previsto en el viaje).
- Este es un viaje de aventura en un destino nada masificado por el turismo, las tribus son auténticas y tradicionales y hay que respetar las culturas locales e informarse con el guía para el tema de las fotos (país y viaje muy fotogénico, pero hay que tener paciencia y hacer las fotos en el momento oportuno).
- Vehículos: Se viaja con minibús Toyota Hiace o Toyota Coaster.
- Comida: Se incluye toda la comida donde se indica, pero el viajero tiene la opción de traerse frutos secos, algo de embutido envasado, alguna lata, y barritas energéticas.
- Se recomienda llevar una sola maleta 'blanda' no rígida grande para el viaje, y una o dos mochilas pequeñas (según el material de fotografía).
- Vacunas obligatorias: Fiebre Amarilla
- Gastos en el viaje: el viajero puede cambiar a moneda local en Yaounde unos 200-300 € aprox. para bebidas, comidas no incluidas, compras. Para comprar arte o artesanía es conveniente traer algo más de dinero. Traer dinero en efectivo, las tarjetas apenas funcionan por aquí (aunque para una urgencia se buscaría dónde).



- Electricidad o como cargar cámaras: en los hoteles hay enchufes y en algunos lugares aislados existe generador y se pueden cargar baterías.
- Internet: el único acceso posible es que cada persona se compre una tarjeta de teléfono camerunesa con servicio internet y acceda desde su teléfono personal.
- Se recomienda traer una chaqueta o polar por si refresca alguna noche, capelina, gorra, saco de dormir, linterna y chanclas de baño.

(\*) INFORMACION VUELOS:

Hay vuelos con Turkish airlines, Air France, Brussels airlines, Ethiopian airlines, RAM, etc. Cada viajero puede llegar con un vuelo diferente si quiere y se le irá a recoger al aeropuerto; lo importante es llegar como máximo la noche del día 1 al 2 a Yaunde.

**Clima:** El clima es de tipo tropical húmedo en el sur y seco en el norte.

Camerún del Sur: estación seca va de noviembre a febrero, breve temporada de lluvias de marzo a junio, gran temporada de lluvias de agosto a fines de octubre. La temperatura media es de 26°C Camerún del Norte: el clima se asemeja al del Sahel. La temporada de lluvias se extiende de mayo a fines de septiembre. La temperatura media es de 30°C.

**Ropa y equipaje:** Se recomienda llevar una sola maleta 'blanda' no rígida grande para el viaje, y una o dos mochilas pequeñas. Nota importante: cabe siempre la posibilidad (5%) de que el equipaje no llegue el mismo día a Camerún, y aparte de que la compañía contratada no lo llevará a destino, costaría mucho dinero y tiempo hacerla llegar a donde se estará en ese momento, por lo tanto quedaría seguramente en Yaounde o Douala; por lo que es importante llevar como equipaje de mano lo realmente necesario.

Recomendamos llevar ropa ligera de algodón, calzado cómodo, prendas de repuesto y un chubasquero. Se recomienda traer una chaqueta o polar por si refresca alguna noche, capelina, gorra, crema solar, saco de dormir, linterna y chanquetas para el baño. Y repelente para mosquitos. Será muy útil llevar unos prismáticos y linterna. No olvidar la cámara de fotos y tarjetas o carretes correspondientes.

**Salud y vacunación:** Las vacunas obligatorias son la de la Fiebre Amarilla. También se recomienda la vacuna antitetánica y el tratamiento profiláctico contra la malaria.

Aconsejamos llevar un botiquín personal (aspirinas, pastillas potabilizadoras de agua, vendas, antibióticos, antidiarreicos y los medicamentos habituales). Para más información dirigirse al Servicio de Sanidad Exterior (teléfono: 91 5962035) o Centro de Vacunación Internacional de cada ciudad.

**Dinero:** En Camerún circula el Franco CFA. En Doula y Yaounde se aceptan las tarjetas de crédito. El gasto estimado para las comidas y bebidas no incluidas y pequeñas compras, puede ascender a unos 150–200 EUR para todo el viaje. Se recomienda cambiar a Francos CFA en Douala o Yaounde. Para comprar arte o artesanía mayor, es conveniente traer algo más de dinero.

**Documentación:** Pasaporte en regla con una validez mínima de 6 meses. El visado se tramita online en el siguiente link: [https://www.evisacam.cm/ords/dl\\_portal/r/public\\_portal/home](https://www.evisacam.cm/ords/dl_portal/r/public_portal/home)

Más información en: <https://www.exteriores.gob.es/es/ServiciosAlCiudadano/Paginas/Detalle-recomendaciones-de-viaje.aspx?trc=Camer%C3%BA>