



Défi HUMA Leucan (Aventure en Équateur)

Dates : 25 septembre au 9 octobre 2010

Niveau 5 – Modéré : 4 jours de trek, vélo, rafting et équitation

Hébergement : 10 nuits d'hôtel/hacienda/lodge et 3 nuits de camping

Objectif de collecte de fonds : environ 6 690 \$ CA*

L'organisme que vous soutenez

Leucan est une organisation sans but lucratif fondée en 1978. Sa mission est de favoriser le mieux-être, la guérison et le rétablissement des enfants atteints de cancer et d'assurer un soutien à leur famille.

Au cours des 10 dernières années, l'Association a enregistré une formidable croissance et une diversification de ses services aux familles. Partenaire de premier plan en oncologie pédiatrique, elle intervient en complémentarité avec l'ensemble des ressources du milieu, dans une approche globale de soins. Dès l'annonce du diagnostic, l'Association offre aux enfants atteints de cancer et à leur famille à travers le Québec des services des plus variés et adaptés à leurs besoins, et ce, à toutes les étapes de la maladie : accueil, soutien affectif et accompagnement, aide financière, massothérapie, animation et accompagnement en salle de jeux, activités sociorécréatives, service Vie scolaire et service de fin de vie et de suivi de deuil.

Leucan est active dans les quatre centres d'oncologie pédiatrique du Québec : le CHU Sainte-Justine, l'Hôpital de Montréal pour enfants du Centre universitaire de santé McGill, le Centre mère-enfant du CHUQ et le CHUS. Elle y assume plus d'un demi-million par année de coûts liés à la recherche en cancérologie pédiatrique. Les fonds amassés dans le cadre du Défi HUMA Leucan (Aventure en Équateur) serviront à financer la recherche clinique qui vise à donner accès aux meilleurs protocoles de traitement existants et, ainsi, contribue à améliorer les chances de guérison. Outre son siège social situé à Montréal, Leucan compte neuf bureaux régionaux et plus de 8 400 membres répartis dans tout le Québec.

On peut consulter son site Internet au www.leucan.qc.ca.

Votre Défi HUMA en résumé

C'est dans un paysage dominé par les montagnes, avec quelques volcans enneigés à l'horizon, que débute ce Défi actif à travers les Andes au profit des enfants de Leucan. Nous débutons par un arrêt à Quito pour visiter la capitale et son centre colonial du XVI^e siècle et nous partons ensuite vers le parc national de Cotopaxi qui abrite le plus haut volcan encore actif au monde, couvert de glaciers et de neiges éternelles. Après sept jours de trek, de vélo et à dos de cheval dans les Andes, c'est à pied, en pirogue et en rafting que nous découvrons le charme exceptionnel de la faune et la flore de l'Amazonie. Le Défi débute non seulement lors de votre entrée en Équateur, mais aussitôt l'inscription complétée, puisque vous commencerez votre collecte de fonds et votre préparation physique. Préparez-vous à vivre une expérience unique qui aidera grandement les enfants et les familles de chez nous.

Bienvenue chez Expéditions Monde

Depuis 1975, notre passion pour l'aventure nous amène à découvrir les plus beaux coins du monde. Partez sur les sentiers les moins fréquentés à la découverte de ces terres lointaines, pour faire les plus belles rencontres. Nos itinéraires sont élaborés soigneusement en tenant compte des réalités culturelles de chaque destination. Voyagez dans les meilleures conditions possibles, et ce, avec un minimum d'impact sur l'environnement. Notre équipe locale, des gens dévoués à vous faire vivre une expérience sans pareil, vous dévoilera au cours de votre expédition les secrets les mieux gardés de leur pays. Que vous soyez amateur de randonnée, vélo, découverte culturelle, alpinisme, kayak ou croisière, Expéditions Monde est votre passeport vers l'aventure.

*L'objectif de collecte de fonds, basé sur 10 personnes, est divisé entre le coût du voyage (environ 3 690 \$ CA) et le don à Leucan (minimum de 3 000 \$ CA). Si le nombre de participants est entre 6 et 9, un supplément de 400 \$ sera chargé à chaque personne. Par contre, si le nombre est supérieur à 14, le coût de voyage diminuera. Maximum 25 participants et minimum 6 participants.



Survol de l'itinéraire

Jour 1	Départ du Canada et arrivée à Quito
Jour 2	Quito – téléphérique et randonnée
Jour 3	Cotopaxi – excursion à cheval
Jour 4	Cotopaxi – trek et vélo
Jour 5	Riobamba – début du trek
Jours 6-8	Trekking dans l'El Altar
Jour 9	Baños – Puyo en vélo
Jour 10	Rafting sur le fleuve Napo
Jour 11	Amazonie
Jour 12	Amazonie – Quito
Jour 13	Marché d'Otavalo
Jour 14	Départ et retour au Canada
Jour 15	Arrivée au Canada

Inclusion

- Vol de groupe au départ de Montréal
- Hébergement : 10 nuits en hôtel, hacienda et lodge; 3 nuits en campement (occ. double)
- Tous les transferts de groupe de/vers l'aéroport
- Repas tels qu'indiqués dans l'itinéraire (**PD** – déjeuner **D** – dîner **S** – souper)
- Trousse médicale d'urgence
- Guide local certifié parlant français
- Transport privé durant le circuit
- Activités telles qu'indiquées dans l'itinéraire
- Matériel de camping, cuisinier et mules durant le trek
- Location de vélo 21 vitesses
- Casques de vélo

Exclusion

- Taxes de départ (environ 42 \$ US)
- Repas non inclus (environ 30-40 \$ US)
- Assurance voyage (obligatoire : environ 182 \$ CA pour les 60 ans et moins + taxe provinciale)
- Sac de couchage (0 °C) et matelas de sol
- Pourboires et dépenses personnelles (boissons en bouteille et alcoolisées, appels téléphoniques, lavage, etc.)
- Activités optionnelles
- Frais de passeport et vaccins

Info pratique

- Visa non requis pour un séjour touristique
- Groupe de 10 à 25 voyageurs
- Guide local certifié, polyglotte (français, anglais et espagnol)

Itinéraire détaillé

Jour 1 (25 sept.) : Départ du Canada

Arrivée à la capitale de l'Équateur (Quito) à l'aéroport Mariscal Sucre dans l'après-midi ou le soir selon la compagnie. Après les formalités de débarquement, accueil par un représentant ou un guide francophone de notre agence. Transfert à l'hôtel. Cocktail de bienvenue et nuit à l'hôtel.

Jour 2 (26 sept.) : Quito – téléphérique et randonnée au volcan Pichincha

Ce matin, vous partez à pied à la découverte de Quito et de son centre colonial du XVI^e siècle, classé patrimoine culturel de l'humanité par l'Unesco et considéré comme l'un des plus riches d'Amérique latine. Ensuite, montée en téléphérique panoramique jusqu'au pied du volcan Pichincha (à 4 100 m) et randonnée vers le sommet du Rucro Pichincha (4 500 m environ). Retour à l'hôtel de Quito. **PD-D-S**

Jour 3 (27 sept.) : Quito – Cotopaxi

Route suivant l'allée des Volcans jusqu'à une charmante hacienda écotouristique, située au pied du fameux volcan Cotopaxi, le 2^e plus haut sommet du pays. Installation puis randonnée à cheval à la façon « chagra » (cowboy d'Équateur) sur le versant de « paramo » (altiplano équatorien) du Cotopaxi. Repas et nuit à l'hacienda (2 800 m) et présentation de son système équitable. **PD-D-S**

Jour 4 (28 sept.) : Cotopaxi – Riobamba (2 à 4 heures)

Après le petit déjeuner à l'hacienda, randonnée dans le parc du volcan Cotopaxi et montée (à partir de 4 500 m) à son refuge à 4 800 m. Déjeuner pique-nique. En après-midi, courte excursion sur le glacier du Cotopaxi puis descente spectaculaire des pentes du volcan en vélo de montagne (environ 20 km). Puis continuation jusqu'à Riobamba, située au pied de l'un des plus hauts volcans du monde : le Chimborazo (6 310 m). Tour de la ville de Riobamba (2 750 m) et nuit à l'hôtel. **PD-D-S**

Jour 5 (29 sept.) : Début du trek de l'Altar (4 à 5 heures)

Départ de Riobamba vers l'hacienda Releche : point de départ de notre trek. Si les éléments sont favorables, une vue superbe sur le volcan El Altar dominant les Andes s'offre à nous. Les Incas l'appelaient « Capac Urcu » – la montagne-roi. Le trek est de 4 à 5 heures dans la vallée de Collanes, au coeur du Parc national de Sangay. Retour à l'hacienda (3 200 m) pour la nuit. **PD-D-S**

Jour 6 (30 sept.) : Trek (6 à 7 heures)

L'équipement est chargé sur des mules, puis la caravane commence son périple vers la vallée Collanes, au pied du volcan d'El Altar, une des plus belles montagnes de l'Équateur. Le campement (3 500 m) est monté en face de la spectaculaire face nord du pic Obisqo. **PD-D-S**

Jour 7 (1^{er} oct.) : Trek (environ 8 heures)

Ascension du volcan Altar jusqu'à son cratère (4 200 m) en forme de fer à cheval, d'où nous admirons la vue spectaculaire sur le lac jaune, le glacier et les magnifiques parois rocheuses. Retour au campement (3 500 m). **PD-D-S**

Jour 8 (2 oct.) : Altar vers Baños (4 heures)

Trekking jusqu'à la lagune de Mandur (4 400 m) puis continuation jusqu'au campement « des Italiens ». Route vers la petite ville thermale de Baños et nuit à l'hôtel. **PD-D-S**

Jour 9 (3 oct.) : Baños – Puyo en vélo (50 km environ)

Randonnée d'environ 50 km à vélo depuis Baños vers la « Porte de l'Amazonie » : Puyo. Suivant une route spectaculaire aux paysages andins, subtropicaux et tropicaux; en chemin, arrêt à la cascade Pailon del Diablo, connue pour être l'une des 10 chutes d'eau les plus importantes du monde. Route de gravier sur 20 km et route pavée sur les derniers 30 km. Arrivée en après-midi à un camping pittoresque au cœur de la forêt amazonienne. **PD-D-S**

Jour 10 (4 oct.) : Puyo – Rafting – Misahualli

Après le petit déjeuner, route vers la région amazonienne de Tena jusqu'à la rivière Jatunyacu. Ensuite, excursion sensationnelle en rafting (classe III) descendant cette rivière jusqu'au hameau de Puerto Napo. Dîner sur la plage et baignade. Et puis route jusqu'au fleuve Napo, un affluent de l'Amazone et transfert en pirogue à un lodge confortable au milieu de la forêt. **PD-D-S**

Jour 11 (5 oct.) : Amazonie - Misahualli

Journée d'excursion de trois heures en forêt à pied et en pirogue à la découverte de la faune et de la flore amazonienne avec un guide indigène. L'après-midi, randonnée jusqu'à un refuge d'animaux ou autre activité telle que : baignade, pêche ou utilisation de la sarbacane, ce tube creux qui sert à lancer des fléchettes sur une cible. Repas et nuit au lodge. **PD-D-S**

Jour 12 (6 oct.) : Route vers Quito

Petit déjeuner tranquille au son des oiseaux tropicaux puis route de retour vers les Andes. Un arrêt aux bains thermaux de Papallacta est prévu à l'horaire. Arrivée à Quito et soirée libre. Nuit à l'hôtel. **PD-D-S**

Jour 13 (7 oct.) : Marché d'Otavallo

Après le petit déjeuner, vous empruntez la route panaméricaine jusqu'à la belle région andine d'Otavallo. Arrêt panoramique au lac San Pablo, dominé par le majestueux volcan Imbabura. Visite du très fameux marché indigène d'Otavallo, l'un des plus appréciés et colorés d'Amérique latine pour ses textiles et sa grande variété d'artisanat. Ensuite, retour à Quito pour un souper d'adieu. Dernière nuit équatorienne. **PD-D-S**

Jour 14 (8 oct.) : Quito – vol de retour

Fin du Défi après le petit déjeuner. Temps libre pour découverte personnelle de la ville. Transfert de groupe vers l'aéroport de Quito. **PD**

Jour 15 (9 oct.) : Arrivée au Canada

L'itinéraire détaillé est donné à titre indicatif seulement. Nous nous réservons le droit de modifier le programme pour des impératifs pratiques ou de sécurité. La flexibilité fait partie intégrante de tout voyage d'aventure.



Hébergement

En faisant le choix d'hôtels et d'haciendas, nos principaux critères sont la propreté et le confort, tout en offrant une saveur typique. Les hôtels et haciendas sont de catégorie touristique, tous avec salle de bain privée. Le camping est en tentes doubles.

Si vous voyagez seul, nous ferons notre possible pour vous jumeler avec une personne de même sexe, sans frais additionnels. Si vous préférez être seul dans votre chambre, un supplément de 200 \$ CA vous sera facturé. Ce montant doit être payé en sus de l'objectif de collecte de fonds.

Vélo

Les vélos utilisés lors de notre circuit sont en aluminium avec accessoires Shimano de 21 vitesses. L'équipement additionnel est une pompe, un tube neuf et des outils de réparation.

Le pays et ses habitants

Les Andes, aussi appelées Sierra, constituent environ un quart du territoire équatorien. Deux chaînes andines parallèles traversent le pays du nord au sud, et une série de hauts plateaux repose entre elles. Les pics montagneux atteignent 6 100 m. Certains sont des volcans, comme le Cotopaxi dans la partie nord. Atteignant 5 897 m d'altitude, c'est le plus haut volcan actif du monde. Le bassin dans l'est, appelé Oriente, couvre presque la moitié du pays. C'est une région de forêt tropicale dense au pied des Andes et dans le bassin amazonien. Plusieurs rivières, dont le Rio Napo, l'Agua Rico et le Pastaza, traversent cette région, s'ajoutant au système de l'Amazone. Les Îles Galápagos, avec leurs 1 000 km de côtes, couvrent environ 7 800 km² dans l'océan Pacifique. La plupart des îles sont volcaniques et accueillent une faune et une flore unique. Environ 10 % des Équatoriens, la plupart de descendance européenne, forment le groupe le plus puissant et riche d'Équateur. Les Indiens et Métisses forment chacun environ 40 % de la population. Les personnes de race noire, dont les ancêtres furent amenés en Équateur comme esclaves, forment les 10 % restant. La plupart des Équatoriens parlent espagnol.

Climat

Le climat de l'Équateur varie en fonction de l'altitude. La plaine côtière et le bassin amazonien sont chauds et humides. La température dans les basses terres tourne autour de 30 °C. Dans les Andes, les plateaux ont un climat printanier continu et une température oscillant autour de 15-20 °C le jour et 6-9 °C la nuit. La température chute en plus haute altitude, et la neige couvre les sommets de plus de 4 880 mètres.

Tourisme responsable

L'environnement dans lequel nous voyageons est extrêmement fragile, et il est de notre responsabilité en tant que visiteur de minimiser l'impact de notre

passage. Nous demandons donc à nos voyageurs de disposer convenablement de leurs déchets. Le papier hygiénique peut être brûlé ou enterré. Il est également recommandé d'apporter, durant les excursions, un sac de plastique dans lequel vous pourrez placer les déchets que vous accumulerez durant la journée. Pour plus d'information, visitez le www.defihuma.com/tourisme-responsable.

Comment réserver

Afin de réserver votre place pour le Défi HUMA Leucan, veuillez tout simplement télécharger le formulaire d'inscription à partir des sites Internet (www.defihuma.com) ou (www.leucan.qc.ca/defihuma) et le faire parvenir au bureau de Défi HUMA avec vos frais d'inscription de 300 \$ CA. Vous recevrez par la poste ou par courriel une trousse de confirmation du participant qui contient toute l'information nécessaire pour vous permettre de débiter votre collecte de fonds. Vous devez être prêt à entreprendre la collecte de fonds d'un minimum de 6 690 \$ CA (coût du voyage 3 690 \$ et don minimum à Leucan de 3 000 \$) afin de participer au Défi HUMA Leucan. Aussitôt l'inscription complétée, votre Défi HUMA débutera : collecte de fonds, entraînement physique et préparation à voyager dans un pays étranger seront des défis en soi extrêmement enrichissants! N'hésitez pas à communiquer avec nous pour plus d'information.

Soyez prêt à rencontrer des amis pour la vie, à aider des gens dans le besoin et à faire partie d'une équipe de défenseurs aussi dévoués que vous!

Comment communiquer avec nous

Défi HUMA/Expéditions Monde
613 241-4346 ou 1 888 486-HUMA (4862)
info@defihuma.com
www.defihuma.com/defihumaleucan

Pour plus de renseignements concernant Leucan et la collecte de fonds :

Suzie Mailloux
Coordonnatrice au développement financier, Leucan
514 731-3696, poste 211 ou 1 800 361-9643
suzie.mailloux@leucan.qc.ca
www.leucan.qc.ca/defihuma

Le Défi HUMA, l'aventure caritative!

