

TURISME SOSTENIBLE PER SENEGAL I GÀMBIA

Ritmes i colors d'Àfrica

VIATGE EN GRUP – 15 DIES

●● Per què proposem Senegal i Gàmbia?

Gàmbia és un dels països més petits d'Àfrica i té la peculiaritat d'estar envoltat pràcticament del tot pel Senegal. En aquest viatge coneixerem ambdós països que, encara que estan dividits per fronteres colonials, comparteixen ètnies, moltes tradicions i fins i tot els seus habitants parlen les mateixes llengües. Els gambians presenten algunes particularitats culturals, com ara la forta presència de la cosmovisió animista en la seva vida diària, motiu pel qual el contacte amb les comunitats enriqueix aquesta experiència. De forma semblant, la zona de la Casamance conforma el cor dels pobles animistes Diola. A banda de suposar una immersió cultural a diferents nivells, aquesta aventura ens permet descobrir un entorn interessant amb paisatges d'arrossars, platges i bolongs. Una de les parts més destacades d'aquest viatge és el País Bassari que, encara que és la zona més remota del Senegal, és un cresol de cultures i tribus mil·lenàries.

Mapa de la ruta

DIA	ITINERARI	MENJARS	ALLOTJAMENT
1	Barcelona o Madrid → Banjul  Senegàmbia		Hotel
2	Senegàmbia (Katoong i Tanji)	E,D,S	Hotel
3	Senegàmbia  Ndemban  Bintang	E,D,S	Lodge
4	Bintang  Thionk Essyl	E,D,S	Ecolodge
5	Thionk Essyl  Ziguinchor  Oussouye	E,D,S	Ecolodge
6	Oussouye  Cap Skirring  Oussouye	E,D,S	Casa local
7	Oussouye  Ediongou  Erubalir  Seleki	E,D,S	Lodge
8	Seleki  Enampore  Ziguinchor  Kolda	E,D,S	Hotel
9	Kolda  Tambacounda  Kedougou	E,D,S	Lodge
10	Kedougou  Iwol Ibel  Salemata	E,D,S	Campament
11	Salemata  Jaramusa  Afia	E,D,S	Campament
12	Afia  Dindefelo  Bandafassi	E,D,S	Casa local
13	Bandafassi  Tambacounda  Kolda	E,D,S	Hotel
14	Kolda  Bignona  Abené	E,D,S	Ecolodge
15	Abené  Kafountine  Banjul → Barcelona o Madrid	E,D	

E: Esmorzar D: Dinar S: Sopar

Dia 1 | BARCELONA o MADRID → BANJUL SENEGÀMBIA

Arribada a l'aeroport de Banjul (Yundum). Trasllat a l'hotel, situat al cor de l'anomenada "costa del somriure" de Gàmbia, a prop de la platja. Allotjament al [Balafoon Beach Hotel](#) o similar.

Dia 2 | SENEGÀMBIA (KAATONG i TANJIL)

Esmorzar. Ens dirigirem directament a la "costa del somriure". Més enllà dels grans ressorts, encara queden petits paratges de costa verge on es pot gaudir d'un ambient tropical i descobrir les tradicions locals d'aquest petit país de l'oest d'Àfrica. Dinar en un restaurant local de la població de Katoong. A la tarda, visita de Tanji, un petit port pesquer on l'explosió de colors, moviments i olors ens submergirà en la vida local d'aquest continent. Després tornarem al nostre allotjament a Senegàmbia per sopar i dormir. Allotjament.

Dia 3 | SENEGÀMBIA NDEMBAN BINTANG

Esmorzar. Avui emprendrem la ruta a l'interior del país. Agafarem una carretera en bones condicions i la brisa de la costa donarà pas a la calor de l'interior. Deixarem la regió de la costa oest per entrar a la regió central. Veurem que el paisatge canvia.

Després de creuar les terres altes de Kiang, deixarem enrere els sòls vermells amb restes d'arbres magnífics per entrar a una zona més propera a *bolongs*, aiguamolls i zones de cultius. Deixarem la carretera principal per dirigir-nos cap al poble de N'Demban, a la vora del riu Gàmbia. Allà descobrirem aquest enclavament d'ètnia Diola, que ens permetrà endinsar-nos a la cultura local i conèixer els modes de vida tradicionals d'aquesta ètnia. El petit enclavament de N'Demban, situat a la vora del riu, ens ajudarà a entendre la importància d'aquest recurs natural i la cultura que ha generat. Coneixerem algunes de les pràctiques més comunes a través de l'associació local de dones recol·lectores d'ostres. També visitarem l'hort comunitari (durant els mesos de la temporada seca) i podrem compartir amb les dones les feines de recol·lecció de les hortalisses, que acabaran al nostre plat. Dinarem a la comunitat de N'Demban i, a la tarda, farem un passeig amb barca per zona de manglars del riu Gàmbia. Després farem un breu recorregut per carretera fins a Bintang Bolong, un poble a la vora del riu Gàmbia, on ens allotjarem a un petit ecolodge local. Allotjament al Bintang Bolong Lodge o similar.

Dia 4 | BINTANG 🚐 THIONK ESSYL

Esmorzar. Inici del viatge a la Casamance (Senegal). Creuarem la frontera entre el Senegal i Gàmbia. Ens endinsarem als tropicals i frondosos boscos del Boulouf per arribar a Thionk Essyl, un interessant poble d'ètnia Diola. Allà dinarem a casa de la família Diatta, que ens rebrà amb un dinar tradicional, seguit d'un bon te a l'estil senegalès. Això ens donarà peu a introduir-nos a la cultura local. Farem una passejada pel poble per saludar les famílies, conèixer les cases i reconèixer les tradicions i l'estil de vida de l'ètnia Diola que habita aquesta regió. Aquest serà un bon moment per començar a fer una petita introducció a la llengua local. Practicarem la salutació i coneixerem els costums socials africans, la importància de la conversa, la diferent percepció del temps i el concepte d'hospitalitat. Allotjament a l'ecolodge Abekum o similar.

Dia 5 | THIONK ESSYL 🚐 ZIGUINCHOR 🚐 OUSSOUYE

Esmorzar. Continuació a Ziguinchor, la capital de la Casamance i una ciutat emblemàtica de l'època colonial francesa. Visitarem el mercat d'artesanía tradicional de la ciutat i un mercat on podrem barrejar-nos amb la gent local. Dinar en un restaurant local. Continuació a Oussouye, on dedicarem la tarda a fer una passejada amb bicicleta de muntanya per un trajecte que discorre entre arrossars i manglars. Passarem pels pobles animistes de les rodalies d'Oussouye. Finalment, gaudirem d'un bon sopar amb ambient festiu i local. Allotjament a l'ecolodge Aljowe o similar.

Nota: El recorregut amb bicicleta és pla i no es requereix experiència; de totes maneres, es pot fer a peu si es prefereix.

Dia 6 | OUSSOUYE 🚐 CAP SKIRRING 🚐 OUSSOUYE

Esmorzar. Al matí coneixerem el projecte Kalamisso, una iniciativa d'inserció laboral per a dones amb diversitat funcional del departament d'Oussouye. Aquest projecte es materialitza en una cooperativa i està format per un grup de dones artesanes que es dediquen a treballar la fulla de palma de manera tradicional. Des d'Oussouye ens dirigirem a la costa atlàntica per conèixer el poble de Cap Skirring. Deixarem enrere la identitat més tradicional per entrar a un redute turístic on el sol i la platja centren l'atenció de tots els habitants. D'ambient caribeny i bohemí, hi resideixen artistes locals. Sopar en un allotjament local. Allotjament a [Chez Campos, Cap Skirring](#) o similar.

Dia 7 | OUSSOUYE 🚐 EDIONGOU 🚐 ERUBALIR 🚐 ENAPORE 🚐 SELEKI

Esmorzar. Sortida a Ediongou, on agafarem una barca fins a l'illa animista Erubalir. Podrem gaudir de la visita d'aquest poble, impregnat de fortes tradicions ancestrals i on els fetitxes animistes són presents per tot el poble. Seguidament visitarem les cases tradicionals construïdes sota el model de "casa impluvium" del Regne Bandial, unes cases típiques de l'ètnia Diola. Dinar al poblat d'Erubalir. Continuarem amb barca per tornar al continent. El nostre vehicle ens esperarà a Enampore i ens dirigirem a Séléki. Allotjament a Villa Joie o similar.

Dia 8 | SELEKI 🚐 ENAMPORE 🚐 ZIGUINCHOR 🚐 KOLDA

Esmorzar. Tornada a la carretera principal. De camí pararem al poble d'Enampore per fer una passejada i poder veure els fetitxes animistes a les portes de les cases tradicionals. Continuació a Ziguinchor i dinar en un restaurant local. Després emprendrem el camí a la ciutat de Kolda. Arribada i tarda lliure. Possibilitat de relaxar-nos a la piscina de l'allotjament o visitar la ciutat. Allotjament al Hotel Hobbe o similar.

Dia 9 | KOLDA 🚐 TAMBACOUNDA 🚐 KEDOUGOU

Esmorzar. Sortida amb cotxe cap al País Bassari, la regió més meridional de l'interior del Senegal, on habiten els pobles Bassari i Bedik. Viatjarem per bones carreteres i gaudirem d'un paisatge cada cop més agrest, caracteritzat per una sabana arbustiva de muntanyes petites. Aquestes petites muntanyes són el refugi de les darreres tribus animistes del Senegal, pobles de difícil accés que encara conserven les seves tradicions ancestrals, com la pràctica de l'animisme. Dinar en un restaurant local de Tambacounda i continuació de la ruta. Creuarem el Parc Nacional de Nikolo-Koba fins arribar a Kedougou, porta d'entrada al País Bassari, on dormirem. Allotjament a Le Bedik, Kedougou o similar.

Dia 10 | KEDOUGOU 🚐 PUEBLOS BEDIK 🚐 SALEMATA

Esmorzar. Continuació a Ibel, un poble situat a 15 km de Kedougou. Des d'aquí iniciarem un trekking al llogaret Bedik d'Iwol. Deixarem el cotxe a peu de pista i ens endinsarem amb el guia local pels llogarets Bedik per conèixer la seva forma de vida, que gira al voltant del cultiu del mill. Dinar tipus pícnic.

A la tarda baixarem fins a Ibel, on ens esperarà el nostre vehicle per traslladar-nos al poble de Salemata, d'ètnia Bassari, on ens allotjarem en un campament tradicional. Allotjament al Campament Le Peluum o similar.

Dia 11 | SALEMATA 🚐 JARAMUSSA 🚐 AFIA

Esmorzar. Al matí ens dirigirem al poble d'afia, on ens instal·larem al campament Tacomayo. Després de dinar al campament, farem una passejada pel poble d'afia fins arribar al poble mandinga de Jaramussa. Allà podrem veure com obtenen el llard de Karité amb mètodes tradicionals i ancestrals a partir del processament del fruit de l'arbre de karité, típic en aquesta regió del País Bassari. Allotjament al Campament Tacomayo o similar.

Dia 12 | AFIA 🚐 DINDEFELO 🚐 BANDAFASSI

Esmorzar. Visita de la Reserva Comunitària de Dindefelo on farem un trekking per la famosa cascada i podrem gaudir d'un bany a les seves refrescants aigües. Dinar tipus pícnic a la cascada i tornada a peu a Dindefelo, on trobarem el nostre vehicle que ens traslladarà fins a Bandafassi. Ens allotjarem a Chez Leontine, on resideix una dona emprenedora d'ètnia Bedik. Al capvespre podrem fer una passejada per veure la posta de sol des d'Ethiowar, en unes altes roques que ens permetran veure un gran paisatge del País Bassari. Allotjament a Chez Leontine o similar.

Dia 13 | BANDAFASSI 🚐 TAMBACOUNDA 🚐 KOLDA

Esmorzar. Ens acomiadarem Bandafassi per començar un dia de trajecte amb cotxe. Travessarem el riu Gàmbia i podrem gaudir d'aquest paratge selvàtic i de l'ambient que ens ofereix aquest important recurs natural al seu pas pel Senegal. El riu Gàmbia és un dels més grans d'Àfrica Occidental, amb més de 1.130 km des del seu naixement a les muntanyes de Futa Yallon, al nord de Guinea, fins a la desembocadura a la ciutat de Banjul, a la vora de l'oceà Atlàntic. Després emprendrem un llarg trajecte per carretera per deixar enrere el País Bassari i entrar a la regió de la Casamance. Passarem per Tambacounda, on dinarem. Continuarem la ruta fins a Kolda, el primer poble d'aquesta regió senegalesa coneguda com el graner del país. Les experiències que haurem tingut ens permetran entendre millor la cultura Bassari i veure amb altres ulls aquests nous paisatges. Acabarem el trajecte a Kolda, un poble de majoria ètnia Peul. Allotjament a l'Hotel Hobbe o similar.

Dia 14 | KOLDA 🚐 BIGNONA 🚐 ABENÉ

Esmorzar. Al matí visitarem la Cooperativa DEGGO, on un grup de dones confeccionen diferents articles a partir de la famosa *tela wax*. Seguidament, agafarem la carretera per dirigir-nos cap a la Casamance. Dinar a Bignona. Continuació cap al nord de la Casamance fins al poble d'Abéné, on podrem passejar i visitar el petit port de pescadors. Després de sopar gaudirem del so dels djembes amb un grup de músics locals. Allotjament a l'ecolodge Nyahbingi o similar.

Dia 15 | ABENÉ 🚐 KAFOUNTINE 🚐 BANJUL ✈️ BARCELONA o MADRID

Esmorzar. Al matí ens dirigirem al poble de Kafountine, uns dels ports pesquers artesanals més importants de l'Àfrica Occidental. Allà coneixerem de prop la tradició pesquera i el procés de construcció tradicional de les piragües. Dinar en un restaurant local a Abené. Després emprendrem la ruta de tornada a Gàmbia. Farem el trajecte per carretera i ens dirigirem a les terres de Kiang, a Gàmbia. Passarem de l'ètnia dels Diola a la dels Mandiga i Peul, i de les terres tropicals de la Casamance a les terres àrides de Gàmbia. A continuació, trasllat a l'aeroport de Banjul per agafar vol de tornada. Fi dels serveis.

●● PREU PER PERSONA 2025

SERVEIS DE TERRA

Mínim 3 persones:	2.250€
Mínim 4 persones:	2.150€
Mínim 5-6 persones:	1.900€
Mínim 7-8 persones:	1.700€
Mínim 9-12 persones:	1.650€
Suplement habitació individual:	300€

Revisió de preus: El preu del viatge podrà modificar-se per variacions del preu del transport derivat del cost del combustible, de les taxes i els impostos inclosos en el contracte i recàrrecs turístics d'aterratge i d'embarcament o desembarcament en ports i aeroports, així com per la variació en el tipus de canvi aplicat al març 2025. En cap cas, es revisarà a l'alça durant els 20 dies anteriors a la data de sortida del viatge.

●● SORTIDES 2025

12 juliol
16 agost
11 octubre
1 desembre

●● GRUP MÍNIM / MÀXIM

La realització d'aquest viatge requereix la participació d'un mínim de 3 persones i màxim de 12. De no arribar a aquest mínim, l'agència te dret a anul·lar el viatge a més tardar fins 20 dies naturals abans de l'inici del viatge.

●● SERVEIS INCLOSOS / NO INCLOSOS

INCLOU

- 14 nits en hotels o lodge en habitacions dobles en regim de pensió completa.
- Trasllats aeroport – hotel – aeroport.
- Transport en mini bus amb AC i xofer.
- Transports fluvials.
- Guia de parla castellana gran coneixedor de la regió i que domina les llengües locals (wolof, diola, mandinga).
- Activitats detallades en el itinerari i les visites a les entitats i projectes.
- Assegurança d'assistència en viatge i anul·lació fins 1.000€ (gratuïta)

NO INCLOU

- **Vol i taxes:** Sortida Barcelona o Madrid (Tarifa en base a la companyia ROYAL AIR MAROC classe S): 860€ (taxes incloses calculades març/25). L'opció d'una altra companyia o tipus de tarifa comporta una variació del preu.
- Visat.
- Begudes i menjars no especificats.
- Excursions opcionals.
- Propines.
- Cap altre servei no especificat.

●● PÒLISSES OPCIONALS DE DESPESES D'ANUL·LACIÓ, MORT O INVALIDESA I AMPLIACIÓ DE COBERTURES

Degut a que tant les companyies aèries com els prestadors dels serveis tenen condicions d'anul·lació molt estrictes, Altair Viatges posa a la vostra disposició assegurances especials de despeses d'anul·lació per cobrir les quantitats que considereu segons els vostres interessos. Queden excloses les activitats físicoesportives en el medi natural i esports d'aventura. [Consulteu suplement i el detall de les cobertures en cada cas.](#)

●● CANCEL·LACIONS

El viatger en qualsevol moment abans de l'inici del viatge pot resoldre el contracte havent d'abonar una penalització que equivaldrà al preu del viatge combinat menys l'estalvi de costos i els ingressos derivats de la utilització alternativa dels serveis de viatge.

●● PERSONES MOBILITAT REDUÏDA (PMR)

Persona la mobilitat de la qual per participar en el viatge es troba reduïda per motius de discapacitat física, sensorial o locomotriu, permanent o temporal; discapacitat o deficiència intel·lectual; o qualsevol altra causa de discapacitat, o per l'edat, i la situació de la qual requereixi una atenció adequada i l'adaptació a les seves necessitats particulars del servei posat a disposició de la resta de participants. Si algun dels interessats en fer un viatge a mida és PMR haurà d'informar-nos per poder consultar si el viatge a mida pot ser o no dissenyat per cobrir les seves necessitats.

●● RESERVES I FORMES DE PAGAMENT

Per formalitzar la reserva s'abonarà un dipòsit mínim del 40% del preu total del viatge. Aquest percentatge podrà variar en funció de les condicions dels diferents proveïdors. La resta es liquidarà com molt tard 10 dies abans de la data de sortida. S'accepten com mètodes de pagament: transferència bancària, xec nominatiu o targeta (exceptuant Amex i Dinners). Per a pagaments en efectiu consultar condicions legals.

●● INFORMACIÓ PRÀCTICA

VISATS

Els ciutadans espanyols proveïts de passaport amb validesa superior a 6 mesos no necessiten visat per entrar i romandre al Senegal en estades de menys de 90 dies. Per a Gàmbia, cal tenir un passaport amb una validesa superior a 6 mesos. No cal visat per a una estada de fins a 28 dies. Tot i això, s'ha de pagar una taxa de seguretat de 1000 dalasi o 20 euros a l'arribada i, de nou, una taxa de 1000 dalasi / 20 euros a la sortida del país.

Hi ha una taxa al punt fronterer de Senegal a Gàmbia, te un cost d'uns 15€ per persona, pot variar segon circumstancies locals.

CARACTERÍSTIQUES DEL VIATGE

Viatge amb sortides garantides amb un mínim de 3 persones amb cotxe amb xofer-guia de parla castellana durant tota la ruta. Aquest viatge ens portarà des de l'esplendor comercial de la costa gambiana fins al País Bassari, l'única zona muntanyosa de tot el Senegal, passant pels tradicionals poblats animistes de la Casamance. Els ritmes i els colors d'aquestes tres regions guiaran aquest viatge marcat pel contacte cultural. Un itinerari molt complet que ens permetrà introduir-nos a l'Àfrica negra subsahariana convivint amb les tradicions i els estils de vida. Tot plegat a través dels valors del turisme responsable, que ens garanteixen una experiència autèntica i respectuosa.

Equipatge imprescindible: Roba lleugera, calçat tancat, tovallola, sandàlies i petita motxilla per poder reduir l'equipatge durant les excursions o sortides curtes. Crema solar i repel·lent de mosquits. Durant la temporada de pluges (estiu) és imprescindible portar impermeable. No cal portar mosquitera, tots els allotjaments ofereixen a les habitacions.

Diners en efectiu: Per poder pagar les taxes frontereres especificades a l'itinerari, recomanem portar un mínim de 60-70€ per persona en efectiu. També és recomanable portar certs diners en efectiu, ja que aquí els pagaments amb targeta de crèdit als establiments són molt poc freqüents. Desaconsellem fer el canvi de divisa a l'origen o a l'aeroport de Gàmbia. El nostre guia us recomanarà una casa de canvis que ofereix un millor canvi de divisa.

DIVISES

La moneda a Senegal és el Franc Cefa (CFA), consultar canvi a [XE converter](#).

La moneda nacional a Gàmbia és el Dalasi (GMD), consultar canvi a [XE converter](#).

CLIMA

El Senegal gaudeix d'un clima tropical, amb temperatures mitjanes durant tot l'any d'entre 26°C i 30°C. Té també una breu estació de pluges entre els mesos de juny i octubre, amb tempestes sobtades, però espectaculars. La temporada turística al Senegal va d'octubre a juny, quan el clima és més fresc, sec i còmode. El moment més segur per a evitar la pluja és de mitjans de novembre a abril. Durant la temporada de pluges, de juliol a setembre, la humitat és molt alta i durant el dia fa molta calor. Durant els mesos de pluja, alguns dels parcs nacionals són inaccessibles i estan tancats, encara que també durant aquesta època el paisatge és molt verd i bonic.

Gàmbia té un clima subtropical amb dues estacions. Durant l'estació seca (d'octubre a juny), l'Harmatán, vent que prové del desert, travessa algunes vegades Gàmbia durant els mesos de desembre, gener i febrer. L'estació plujosa a Gàmbia dura de juliol a setembre i es caracteritza per les pluges sovint diluvianes i la presència de tornados. El clima és calorós durant tot l'any i la presència del sol és excepcional.

SEGURETAT

Sobre qüestions de seguretat, recomanem consultar la pàgina web del Ministeri d'Afers Exteriors [Senegal](#) / [Gàmbia](#).

●● PER SABER MÉS DEL SENEGAL I GÀMBIA

Utilitza el ampli fons bibliogràfic de la Llibreria Altaïr. Hem recopilat un conjunt de guies, mapes i llibres sobre [Senegal](#) i [Gàmbia](#) que pots consultar amb la finalitat de submergir-te en el territori a través de la literatura.

●● CONDICIONS GENERALS

Les condicions generals es troben a la nostra [web](#).