Séjour de 13 jours

Jour 1 : Départ vers le Costa Rica / San José

Jour 2 : Visite du volcan Irazú. Visite de la basilique de Cartago. Départ vers la communauté d'accueil. Activité d'accueil et installation dans les familles.

Jour 3 : AM : Implication communautaire. **PM :** Visite de la communauté, visite d'une plantation de café et activité sportive avec les enfants. Soirée: Petit atelier d'espagnol

Jour 4: AM : Implication communautaire. **PM :** Visite d'une volière à papillons et baignade dans un centre récréatif.

Jour 5 : Journée de repos à la plage avec la possibilité d'ajouter une activité optionnelle payante (ex: cours de surf, équitation et baignade dans les cascades, tour de bateau — dauphins et plongée en apnée).

Jour 6: **AM :** Implication communautaire. **PM :** Atelier d'e cuisine avec les familles et festin collectif pour goûter les réalisations. **Soirée :** Cours de danse.

Jour 7 : AM : Implication communautaire. **PM :** Visite d'un trapiche (transformation artisanale de la canne à sucre) et baignade à la rivière.

Jour 8 : AM : Visite de l'usine de transformation du café et travail environnemental (compost). **PM :** Conférence de CoopeAgri sur la coopérative et le commerce équitable et visite de la ville de San Isidro (parc de la cathédrale, marché, etc.).

Jour 9 : AM : Temps libre en famille ou activité dans la communauté. **PM :** Activité avec les enfants e t temps libre dans la communauté. Préparation du souper avec les femmes de la communauté. Souper communautaire et soirée d'au revoir.

Jour 10 : Parcours de tyroliennes en forêt, pique-nique et transport vers le parc national du Mont Chirripó. Souper et nuitée dans une petite auberge.

Jour 11 : AM : Randonnée de 7 km dans le parc national du Mont Chirripó (bon défi physique). **PM :** Détente dans les eaux thermales. Souper et nuitée à l'auberge.

Jour 12 : Départ pour San José et visite à la foire artisanale.