



Cambodge, Laos

Indolent Laos et temples d'Angkor

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide.
Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

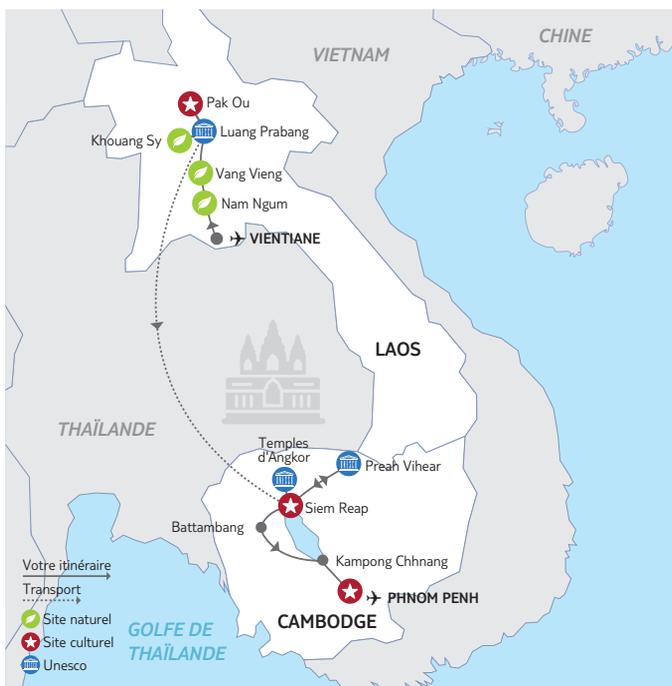
Valable pour les départs du 12/01/2024 au 06/12/2024 inclus

14h30 à 16h30 avec escale +5h en été, +6h en hiver

Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 24

Rythme : 3/5 Histoire & culture : 3/5 Nature : 3/5

VOTRE VOYAGE



Traversez le Laos, voguez sur le Mékong, profitez du charme ancestral et mystique de Luang Prabang et plongez dans les bains turquoise des chutes de Khouang, en pleine jungle. La splendeur du site d'Angkor, cœur battant du puissant empire khmer, au Cambodge, vous promet également de grandes émotions. Un circuit passionnant, riche en expériences et en découvertes.

Les **INCONTORNABLES** Nouvelles Frontières

- La magnificence des temples d'Angkor, site inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO.
- Une bonbonne d'eau à disposition gratuitement dans le bus pour éviter les bouteilles plastiques : pensez à emporter une gourde !
- La baignade dans les cascades de Khouang Sy et leurs nombreux bassins d'eau turquoise, environnés de jungle.
- Les grottes de Pak Ou au Nord Laos, sanctuaire abritant des centaines de bouddhas.
- La visite d'un village flottant sur le Tonlé Sap.
- 4 nuits à Luang Prabang, cette ville magique au charme paisible indéniabie et où il y a tant à découvrir !
- La détente dans les hôtels de qualité Sanctuary à Luang Prabang et au lac Nam Ngum, haltes charmantes et cosy.



Jour 1 : Paris – Vientiane

Vol à destination de Vientiane.
Nuit à bord.



Jour 2 : Vientiane (10 km / environ 45 min)

Arrivée à Vientiane et accueil à l'aéroport par notre représentant. Transfert à l'hôtel et installation.

Déjeuner libre.

En milieu d'après-midi, rendez-vous à la réception de l'hôtel avec votre guide. Puis départ pour une première découverte de la ville avec Patuxay, un Arc de triomphe à la laotienne qui domine les Champs-Élysées locaux. Visite du Vat Simuang, le monastère le plus fréquenté par les habitants de la capitale, avant de gagner les berges du Mékong au moment du coucher du soleil. Vous aurez un aperçu de l'ambiance locale entre guinguettes, marchés et séances de gym collectives.

Dîner dans un restaurant local, pour une première immersion dans la gastronomie laotienne. Nuit à l'hôtel Sabaidee@Lao 3*.



Jour 3 : Vientiane – Vang Vieng – Lac Nam Ngum

(150 km / environ 2h)

Poursuite de la découverte de la ville et de ses monuments avec les visites du Vat Sisaket, à l'influence siamoise, qui présente une architecture unique en son genre, du Vat Ho Phra Kheow et du Pha That Louang, grand stûpa devenu symbole national.

Déjeuner dans un restaurant local.

Puis route vers le nord en direction de Vang Vieng, avec ses somptueux paysages karstiques qui dominent les rizières. Découverte de la grotte Tham Thiang, située dans une falaise, en haut d'un escalier de 150 marches. Puis promenade à bord de pirogues sur la rivière Nam Song afin de découvrir les rives de Vang Vieng. Poursuite jusqu'aux bords du lac de la Nam Ngum et installation au Sanctuary Nam Ngum Resort 3*.

Apéritif au bord du lac pour profiter du coucher du soleil.

Dîner et nuit à l'hôtel.



Jour 4 : Nam Ngum – Train vers Luang Prabang

(40 km / environ 1h15)

Transfert en début de matinée à la gare de Vang Vieng. Installation à bord d'un train à destination de Luang Prabang. La toute nouvelle ligne de chemin de fer, inaugurée en décembre 2021, compte de nombreux tunnels et ponts. Elle traverse de splendides paysages de montagne. Arrivée à Luang Prabang, transfert et installation à l'hôtel Sanctuary Luang Prabang 3*sup.

Déjeuner local.

L'après-midi, départ à pied pour les premières visites de la ville, ancienne capitale royale, classée au patrimoine mondial par l'UNESCO. Découverte du Vat Visoun, le plus ancien temple de Luang Prabang, That Makmo et son stûpa, mais également le mont Phousi, colline sacrée située en plein centre-ville. On y accède par un long escalier qui serpente au milieu de nombreux pagodons chargés de légendes. À son sommet, le mont offre une vue panoramique sur la ville et ses fleuves.

Dîner sindat, une spécialité de barbecue asiatique.



Jour 5 : Luang Prabang – Tuk-tuk – Palais royal – Vat Xieng Thong – Maison Heuan Chanh

[Suggestion pour les lève-tôt (entre 5 h 30 et 6 h – sans guide) : installez-vous à un carrefour en centre-ville, au lever du soleil, pour assister au défilé silencieux des bonzes en robe safran qui sortent tous les matins des nombreux temples de Luang Prabang en longues processions silencieuses, chercher nourriture et offrandes auprès des fidèles... Observez, photographiez ou filmez, mais en silence. Respectez-les, et abstenez-vous de perturber leur marche. Enfin, merci de ne pas acheter le riz préparé par les marchandes qui y voient l'opportunité de gagner quelque argent (il s'agit d'un rituel qui ne concerne pas les Occidentaux).]

Dans la matinée, poursuivez, avec un mode de transport traditionnel, le tuk-tuk, l'exploration de la ville en découvrant les nombreuses splendeurs qui s'y cachent. Vous aurez l'occasion de visiter le Palais royal, aujourd'hui Musée national, le Vat May, un temple du 18^e siècle coiffé d'une toiture à cinq pans et trois parasols, ou encore le Vat Xieng Thong. Ce temple de la Cité royale, le plus beau de la ville, est un vaste ensemble d'édifices sacrés qui constitue l'un des joyaux de l'art lao. Sans oublier Heuan Chanh, l'une des plus belles maisons traditionnelles de la ville, restaurée par l'UNESCO.

Déjeuner dans un restaurant en cours de visite.

Après-midi et soirée libres pour profiter de la ville à votre rythme.

[Suggestion : baladez-vous dans le marché de nuit qui s'installe tous les jours dans la rue principale de 17 h à 22 h.]

Dîner libre. (L'hébergement n'est pas loin du centre, aussi aurez-vous l'embarras du choix pour vous restaurer : restaurants pour tous les budgets, la plupart avec des menus en français, marché de nuits, gargotes...)

Nuit à l'hôtel.



Jour 6 : Luang Prabang – Cascades de Khouang Sy – Villages de tisserands – Luang Prabang (70 km / environ 1h45)

Le matin, départ par une belle route de campagne (environ 40 min) entre villages et rizières, vers les chutes de Khouang Sy. Nichées en pleine forêt luxuriante, celles-ci s'écoulent dans plusieurs bassins d'eau turquoise en cascades. Le site est vraiment de toute beauté !

Déjeuner au restaurant "Carpe Diem" situé en contrebas du site, à l'écart de la foule. Cet établissement propose une cuisine fusion pleine de saveur dans un décor de rêve... Vous serez entouré de petits bassins turquoise et pourrez même vous baigner entre deux plats ! Carpe Diem reverse 5 % de ses bénéfices à l'association "ASAS", qui construit des accès à l'eau potable et participe à la réhabilitation d'écoles dans les villages isolés du Nord Laos.

Retour à Luang Prabang dans l'après-midi, pour compléter votre tour de ville par une promenade à Ban Xang Khong et Ban Xieng Lek, deux villages de tisserands depuis des générations. Vous y observerez des artisans au travail ainsi que des ateliers de fabrication de papier de mûrier, et pourrez probablement faire quelques emplettes.

Soirée et dîner libres.

Nuit à l'hôtel.



Jour 7 : Luang Prabang – Grottes de Pak Ou – Visite du TAEC, "Traditionnal Art and Ethnology Centre" – Luang Prabang

(10 km / environ 30 min)

Départ pour le marché du matin et découverte des produits locaux. Vous serez ensuite conduit à l'un des embarcadères de Luang Prabang. Installation à bord d'un bateau lent privatisé et remontée du Mékong jusqu'à sa confluence avec la Nam Ou, où vous visiterez les grottes de Pak Ou. Ce sanctuaire abrite depuis des siècles des centaines de statuette de Bouddha déposées par les pèlerins.

Déjeuner dans un restaurant en face de Pak Ou.

Après manger, reprise de la navigation et descente du Mékong jusqu'à Luang Prabang. Visite du TAEC, "Traditionnal Art and Ethnology Centre", un petit musée exposant tenues et costumes traditionnels des différentes ethnies du pays. Fin de journée libre.

Dîner libre, puis nuit à l'hôtel.



Jour 8 : Luang Prabang – Vol vers Siem Reap

(temples d'Angkor) (environ)

Temps libre à Luang Prabang ou Siem Reap selon les horaires de vol. Envol de Luang Prabang pour Siem Reap (escale).

Déjeuner libre.

Transfert à l'hôtel. Temps libre pour vous balader sur le marché de nuit en centre-ville.

Vous serez regroupés avec les participants d'un autre circuit Nouvelles Frontières consacré au Cambodge.

Dîner.

Nuit à l'hôtel Memoire Siem Reap ou Angkor Holiday 3*sup.



Jour 9 : Siem Reap – Beng Mealea – Preah Vihear

(250 km / environ 4h30)

Vous voilà aux portes d'Angkor. Ce site archéologique considéré comme la 8^e merveille au monde, constitué de 200 temples dispersés sur 400 km², fut la capitale de l'empire khmer du 9^e au 15^e siècle. Visite des temples de Preah Khan et Neak Pean, temples bouddhistes, et du Mebon oriental, temple hindou. Conforme au concept du "temple-montagne", il représente le mont Meru en Inde, centre de la mythologie hindoue.

Déjeuner.

Découverte du temple de Beng Mealea, qui offre la vision, rare aujourd'hui, des sanctuaires envahis par la végétation tels que les premiers explorateurs les découvrirent.

Dîner libre et nuit à l'hôtel Preah Vihear Jaya 3*.



Jour 10 : Preah Vihear – Ko Ker – Siem Reap (250 km / environ 4h30)

Visite du site Prasat Preah Vihear, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Temple-montagne dédié au dieu hindou Shiva, s'étirant sur 800 m, il est composé d'une série de sanctuaires reliés entre eux par de longues galeries. Perché à 625 m, le Prasat Preah Vihear offre une vue spectaculaire sur la plaine cambodgienne.

Déjeuner panier-repas.

Visite des temples de Koh Ker, ancienne capitale de l'empire angkorien, qui regroupe plus d'une centaine d'édifices dont le Prasat Thom (pyramide à sept niveaux couverte de grès) et le temple Linga.

Au dîner, dégustation de plats traditionnels.

Installation pour 3 nuits à l'hôtel Memoire Siem Reap ou Angkor Holiday 3*sup.



Jour 11 : Temples d'Angkor en tuk-tuk – Monastère Ta Prohm, prisonnier des racines (30 km / environ 1h)

Visite en tuk-tuk d'un temple du 10^e siècle, le Prasat Kravan, avec ses cinq tours en brique. Promenade parmi les fromagers géants, ces arbres gigantesques dont les racines se sont enchevêtrées aux pierres du temple Ta Prohm, créant un décor insolite et mystérieux à la "Tomb Raider".

Déjeuner.

L'après-midi, visite de la porte sud d'Angkor Thom, le Bayon et ses 177 visages visibles, le Baphûon, temple de forme pyramidale symbole du mont Meru, le temple Phimeanakas ainsi que les terrasses des Éléphants et du Roi lépreux.

Au dîner, dégustation de curry de bœuf.

Profitez également de la soirée pour vous balader sur le marché de nuit qui se tient en centre-ville.

Nuit à l'hôtel.



Jour 12 : Temples d'Angkor Wat – Temple Banteay Srei – Danse des Apsaras (80 km / environ 2h)

Vous visiterez le temple Banteay Srei, en grès rose finement sculpté, ainsi que le temple de Banteay Samré.

Pour le déjeuner, dégustation d'amok de poisson au lait de coco.

L'après-midi, visite d'Angkor Wat, le plus saisissant des monuments d'Angkor, dont les dimensions sont comparables à celles de la Cité interdite de Pékin.

En soirée, dîner-spectacle agrémenté par la fameuse et délicate danse des Apsaras.

Nuit à l'hôtel.



Jour 13 : Siem Reap – Association "La Lumière des Arts" – Battambang (165 km / environ 3h30)

Visite des ateliers des Artisans d'Angkor, spécialisés dans l'artisanat et la sculpture sur bois ou sur pierre. Cette association a permis, au sortir de la guerre, de faire revivre de nombreuses traditions locales qui avaient presque disparu. Poursuite vers Battambang.

Déjeuner.

Tour général de la cité pour y voir le pont en fer, la maison de l'ancien gouverneur siamois (1830) et les belles maisons coloniales du centre-ville, la pagode Art déco de Damrei Saw et le marché de Psar Nat. Rencontre avec l'association Phare Ponleu Selpak ou "La Lumière des Arts" (du lundi au vendredi, hors jours fériés et vacances scolaires). Visite des locaux avec l'école maternelle et les écoles de cirque, de danse, de musique et de dessins.

Installation à l'hôtel Classy 4*.

Dîner libre.



Jour 14 : Battambang – Village flottant sur le Tonlé Sap – Phnom Penh (295 km / environ 7h)

Promenade dans le marché couvert d'époque coloniale. Départ de Battambang pour longer la rive sud du grand lac Tonlé Sap. En chemin, visite de Kampong Luong, le plus grand village flottant du lac, où vous découvrirez la vie quotidienne locale. Balade en bateau sur le lac.

Déjeuner en cours de route.

Poursuite vers Kampong Chhnang pour visiter les ateliers des potiers et, plus loin, le village des ciseleurs d'argent. Arrivée à Phnom Penh.

Installation pour 2 nuits à l'hôtel Phnom Penh Katari 4*.

Dîner.



Jour 15 : Phnom Penh – Palais royal – Musée du génocide-S21

Visite de Phnom Penh pour voir le monument de l'Indépendance, le temple Wat Ounalom et la colline du Phnom. Vous visitez le spectaculaire Palais royal puis découvrez la précieuse pagode d'Argent, pavée de 5 000 dalles d'argent massif, où trônent de superbes statues de Bouddha.

Déjeuner.

Moment d'histoire douloureux lors de la visite du musée du Génocide Tuol Sleng, ancienne école secondaire transformée en grande prison sous les Khmers rouges, portant le nom de "S21". Fin d'après-midi libre sur le marché central d'époque coloniale.

Dîner libre.

Nuit à l'hôtel.



Jour 16 : Phnom Penh – Paris

Temps et déjeuner libres jusqu'au transfert à l'aéroport. Vol retour pour Paris.
Dîner et nuit à bord.



Jour 17 : Arrivée à Paris

À noter : • Ce circuit regroupe d'autres voyageurs francophones de notre production Nouvelles Frontières, que vous retrouverez le jour 8 au Cambodge.

• **Merci de nous transmettre dès la réservation une copie du passeport de chaque participant (obligatoire pour réserver le trajet en train Vang Vieng/Luang Prabang).** Notez qu'il n'existe que très peu de vols entre Luang Prabang et Siem Reap. La compagnie est parfois amenée à déplacer le jour de ce vol et nos équipes à le décaler, en réaménageant le programme en conséquence.

• **Une photo d'identité numérisée sera prise à l'entrée du site d'Angkor pour la confection de votre Angkor Pass.**

• **Plusieurs dîners sont libres dans des sites où vous aurez le choix pour vous restaurer pour peu cher ; votre guide pourra vous conseiller selon vos envies de découverte gustative.**

INFORMATIONS PARTICULIÈRES

• REPAS

PENSION COMPLÈTE à l'exception de 8 repas : les déjeuners des jours 8 et 16, les dîners des jours 5, 6, 7, 9, 13 et 15. Les choix sont variés et peu coûteux.

• VOL LUANG PRABANG au Laos / SIEM REAP au Cambodge.

Les compagnies desservant cette ligne peuvent modifier leurs jours de vols sans préavis, nous amenant à avancer ou différer d'1 jour le transfert et à réaménager les visites en conséquence pour respecter le programme.

Ce circuit regroupe d'autres voyageurs francophones de notre production Nouvelles Frontières, que vous retrouverez le jour 8 au Cambodge.



Cambodge

INFORMATIONS CIRCUIT

ACCOMPAGNEMENT

Vous serez accompagnés d'un chauffeur et d'un guide local francophone pendant toute la durée du circuit sauf pendant les journées libres.

POURBOIRES

Les pourboires sont une source importante de revenu pour les guides et chauffeurs. Bien sûr ils doivent être donnés en signe de remerciement et sont à votre libre appréciation cependant ils ne doivent pas être négligés ; si vous êtes satisfait, il est d'usage de laisser pour le guide (min 3€ ou USD/jour/personne) et le chauffeur (min 2€ ou USD/jour/personne) Petits pourboires à prévoir également pour les bagagistes des hôtels, garde chaussures, cyclopoisses, bateliers (1 à 2 € par personne environ).

TRANSPORT

Le circuit est effectué à bord d'un bus, minibus ou d'une voiture climatisés, selon le nombre de participants. Le réseau routier est en constante amélioration mais l'état des routes sur l'ensemble du pays reste en mauvais état et inégal.

HEBERGEMENT

-Selon l'état des réservations nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires, de même catégorie que ceux cités dans le programme détaillé.

-La liste définitive des hôtels est disponible :

a) pour les circuits accompagnés en groupe : auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ sur le site Tui espace Pro, dans les INFOS VENTES / circuits accompagnés liste hôtels circuits : <https://www.espacepro.to/Salesinformation.aspx>.

b) pour les circuits privés "Découverte du Cambodge et du Laos" ou les extension 3 nuits Angkor d' Au pays du Dragon" : dans votre carnet de voyage 15 jours avant votre départ.

- Hôtels : les chambres sont composées de deux lits séparés ou d'un grand lit. La chambre triple est une chambre avec un grand lit 2 places + un lit d'appoint.



FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES (1)

- Passeport en cours de validité au moins 6 mois après la date de retour.

Il est nécessaire d'avoir un visa pour rentrer au Cambodge :

- A) • Entrée au Cambodge en remontant le Mékong entre le Vietnam et le Cambodge :

circuit DE LA BAIE D'HALONG AUX TEMPLES D'ANGKOR – HAN/REP

Le E-visa cambodgien n'est pas accepté pour entrer Cambodge par le poste frontière

Côté Vietnam : SONG TIEN - Côté Cambodge KAOAM SAMNOR/ KANDAL MEKONG,

Le visa est délivré sur place, il faut prévoir 35 US\$/personne en espèce + 1 photo d'identité.

- B) • Entrée au Cambodge à l'aéroport de Siem Reap ou de Phnom Penh

Pour les circuits VIETNAM avec extension 3 nuits aux temples d'Angkor en arrivée SIEM REAP

Et Pour les circuits en arrivée à Siem Reap ou Phnom Penh:

- PUZZLE + extension 3 nuits aux temples d'Angkor
- HISTOIRES ET PAYSAGES + extension 3 nuits aux temples d'Angkor
- SAVEURS VIETNAMIENNES + extension 3 nuits aux temples d'Angkor
- AU PAYS DU DRAGON + extension 3 nuits aux temples d'Angkor
- INDOLENT LAOS ET TEMPLES D'ANGKOR
- ANCESTRAL CAMBODGE
- CAMBODGE AUTHENTIQUE
- CAMBODGE ET LAOS AUTREMENT
- L'INDOCHINE MYTHIQUE
- circuit privé DECOUVERTE DU CAMBODGE ET DU LAOS

2 possibilités pour obtenir le Visa cambodgien :

- Soit en ligne sur le site officiel : <https://www.evisa.gov.kh>

tarif : 36 US\$ (au 01/05/23)

- Soit, il est aussi possible de faire le visa directement à l'aéroport d'arrivée Siem Reap ou Phnom Penh, cependant, cela peut être long et faire attendre le reste du groupe c'est pourquoi nous déconseillons cette solution.

- Si un formulaire vous demande le nom de l'hôtel de la 1^{re} nuit au Cambodge : merci de renseigner :

Arrivée Phnom Penh : Hotel KATARI, N° 61 Chrun You Hak 294, Phnom Penh 12000 Cambodia

Arrivée Siem reap : Hotel MEMOIRE SIEM REAP HOTEL, National Road 6 Siem Reap, 17252, Cambodia

- Il est vivement recommandé de disposer d'un d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (chirurgie, hospitalisation, etc.) et de rapatriement sanitaire, au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.
- Les mineurs voyageant seuls ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire.
- Nous vous recommandons de vous munir d'une copie papier recto-verso de vos certificats et formulaires ou de numériser ceux-ci sur votre propre adresse électronique.
- Les réservations de nuit d'hôtels ou autres documents d'approbation venant du prestataire à destination ne sont pas nécessaires pour faire un visa d'entrée au LAOS ou au CAMBODGE et nous ne pouvons pas vous les fournir. Les sites cités ci-dessus pour obtenir le E-Visa émanent de sites gouvernementaux officiels. Il se peut que des organismes prestataire de Visa vous demandent d'autres informations qui ne sont pas officielles ou obsolètes, nous ne pourrions pas vous les fournir.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Traitement antipaludéen (classification groupe 3) pour certaines régions. Être à jour dans ses vaccinations habituelles (DTP et ROR). Anti-moustique recommandé. Encéphalite Japonaise en zone rurale

FORMALITÉS COVID

L'autorité cambodgienne a levé le 3 octobre 2022 l'obligation de présenter une preuve de vaccination contre le Covid-19 lors de l'entrée sur le territoire, que ce soit aux frontières aérienne, terrestre ou maritime.

(1) Toutes ces informations sont valables au 01/07/23 et pour les ressortissants français et sont



Mise à jour du programme le 08 décembre 2023

données à titre indicatif, elles peuvent évoluer sans préavis. Informations valables pour des vols directs de/vers la France. En cas de transit certains pays peuvent demander des formalités supplémentaires. Nous vous recommandons de consulter le site du Ministère des Affaires Étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

CLIMAT

Au Cambodge : Il y a deux saisons : La saison sèche commence en novembre et se termine en avril. Les températures restent autour de 30 degrés et les journées sont ensoleillées. La période de mousson dure de mai à octobre. L'air est très humide et très chaud (35 degrés) avec des pluies violentes mais courtes. Au Cambodge, quelle que soit la saison, il subsiste pratiquement toujours une humidité résiduelle dans l'atmosphère. Les températures varient de 20°C en janvier, le mois le plus frais, à 35°C et plus en avril et mai, les mois les plus chauds de l'année.

CUISINE

La cuisine cambodgienne mélange les influences vietnamienne, thaïlandaise, chinoise et française. L'alimentation est à base de riz et de soupes. Il y a davantage de plats de poissons (pêchés dans le Tonlé Sap ou le Mékong) et de poulets que de viandes de bœuf et de porc. Parmi les nombreux fruits exotiques, la mangue et les ananas ont un goût unique au Cambodge.

Il est vivement déconseillé de consommer de l'eau du robinet ou des boissons contenant de la glace pilée, en revanche, les glaçons sont sans danger.

La plupart des repas sont pris dans des restaurants locaux.

PRISES ELECTRIQUES

220 volts. Les prises sont conformes aux normes européennes. Les coupures et baisses de tension sont fréquentes, mais ont tendance à diminuer ces dernières années. Pas besoin d'adaptateur.

MONNAIE

La monnaie cambodgienne est le riel (KHR), mais le dollar américain (1) est omniprésent et cohabite au quotidien avec la monnaie nationale. D'une manière générale, on utilise les riels pour les menues dépenses (cigarettes, journaux, course en mototaxi, fruits ou boissons achetés à un étal de marché, par exemple). Mais pour régler les notes des restaurants, hôtels et les transports, il est utilisé la plupart du temps le dollar. Essayer donc d'avoir un maximum de petites coupures (1 et 5 \$). Pour connaître son taux de change actuel, vous pouvez consulter le site : www.xe.com

Attention : personne ni aucun commerce ou banque au Cambodge n'accepte les billets en US Dollar s'ils sont en peu déchirés, tâchés, marqués ou même troués d'une épingle, vérifier bien vos billets au moment de l'achat !

SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES

Religion d'état depuis 1989, le bouddhisme Theravāda compte 14,2 millions d'adeptes, soit 96,4 % de la population. Les autres religions sont l'Islam (2,1 % de la population, dont la plupart des Chams), le christianisme (1 %, pratiqué par de nombreux Vietnamiens et certains Khmers). La plupart des fêtes sont célébrées aux mêmes dates chaque année, certaines fêtes comme le nouvel an Khmer, Pchum Ben et la fête des eaux suivent le calendrier lunaire et se déplacent de quelques jours avant ou après chaque année.

Bon à savoir

Comme dans tous les pays très religieux, quelques règles simples doivent être observées dans les lieux de culte et une attitude contraire peut être mal interprétée.

Il est d'usage de se déchausser dès l'entrée dans l'enceinte d'une pagode ou en entrant dans une maison.

Les épaules et les cuisses doivent être couvertes pour la visite des temples et de tout établissement d'état, à commencer par le Palais Royal. Les châles ou étoffes type foulard ne sont pas autorisés sur les épaules nues. Il faut un vêtement fermé qui couvre, en haut, les épaules et, en bas, short mi long ou jupe qui descende au niveau des genoux.

Ne pas s'asseoir sur le piédestal des statues

Ne pas pointer ses pieds en direction du Bouddha.

Essayer d'être discret lorsque vous prenez des photos. Par exemple, lorsque vous photographiez des gens qui prient ou des femmes qui se lavent, à la rivière ou au puits (c'est très irrespectueux aux yeux des Cambodgiens).

Ne pas pointer les choses avec le pied ou même placer vos pieds au-dessus d'une personne.

Ne pas élever la voix.

Ne pas toucher la tête des enfants.

SOUVENIR ET ARTISANAT

L'artisanat au Cambodge a pratiquement disparu pendant la période des Khmers rouges, il est en train de renaître doucement. Le pays propose désormais un choix raisonnable de produits artisanaux que l'on peut trouver sur les marchés, dans les boutiques ou directement chez l'artisan. Les souvenirs les plus populaires sont : les soieries et textiles, le poivre de Kampot, les bijoux en or et en argent, la vannerie et des souvenirs d'Angkor.

LANGUE

La langue officielle du Cambodge est le cambodgien, ou le khmer. Cette langue appartient à la famille de langue (Austro-asiatique) khmère. Le français avait été la deuxième langue la plus populaire jusqu'aux années 1990, avant que l'anglais fasse son apparition. Des dialectes



BOUCLER SA VALISE

Bagages

Prévoyez de préférence une valise à roulette et un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

Vêtements

Prévoyez des vêtements légers (coton) et clairs ainsi qu'une veste et une laine, un vêtement de pluie (en période de mousson). Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics. Les épaules et les cuisses doivent être couvertes pour la visite des temples. Chaussures : Une paire de chaussure de marche confortable, et une paire de chaussures imperméables en cas de pluies.

Matériel

Lunettes de soleil. Crème de protection contre le soleil et les insectes (moustiques en particulier). Une casquette, ou un chapeau. Vos affaires de toilettes personnelles. Petite pharmacie personnelle.

RECOMMANDATIONS MINI LEXIQUE

Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont perçues différemment selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez, prenez le temps de créer des liens. Là aussi, écoutez les conseils de votre guide ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. Par exemple, si vous souhaitez prendre une personne en photo, demandez-lui toujours sa permission. Le meilleur moyen qu'elle accepte est d'avoir établi un contact préalable. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout va... Cela incite souvent les enfants à mendier, pour éviter ce genre de dérive, mieux vaut se référer aux structures locales compétentes (faire un don à l'école, à l'hôpital, au chef du village etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté...) et éviter les comportements exubérants.

Votre environnement

L'eau est un bien précieux dans de nombreux pays (désertiques ou non), ne la souillez pas (prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables). Les animaux que vous pouvez rencontrer sont chez eux, ne les dérangez pas et essayez de passer inaperçus... Enfin certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. Bref, ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est nécessaire d'être ponctuel au rendez-vous donné par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent remettre en cause l'organisation des visites prévues. Recommandations pratiques

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité ou téléchargez-les dans une plateforme du genre google drive pour pouvoir y accéder depuis n'importe quel ordinateur. - Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre à l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nouvelles Frontières et notre prestataire ne peuvent être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.

Mini-lexique

Bonjour : Sousday

Au revoir : Lyhaïe

Merci : Arkoun

Oui : baa (pour les hommes) et cha (pour les femmes)

Non : Até

Lorsque vous dites merci en cambodgien, « Arkoun », joindre les mains, au niveau de la poitrine, paumes face à face, doigts vers le haut sous le menton.

En revanche, pour Bonjour, « Sousday » et au revoir, « Lyhaïe », il n'est pas nécessaire de joindre ses mains au niveau de la poitrine. Un geste de la main, comme en France, suffit.





Laos

INFORMATIONS CIRCUIT

ACCOMPAGNEMENT

Vous serez accompagnés d'un chauffeur et d'un guide local francophone pendant toute la durée du circuit (à l'exception des journées libres).

POURBOIRES

Les pourboires, employés en signe de remerciement, sont une source importante de revenus pour les guides et les chauffeurs. Ils restent à votre libre appréciation mais ne doivent pas être négligés. Lorsque le service vous apporte satisfaction, il est d'usage d'en laisser au guide (au moins 3 € ou 3 \$ par jour et par personne) et au chauffeur (au moins 2 € ou 2 \$). Prévoyez également des petits pourboires pour les bagagistes des hôtels, les garde-chaussures, les conducteurs de cyclo-poussettes et les bateliers (1 à 2 € par personne environ).

TRANSPORTS

- Au Laos, la ville de Luang Prabang et les chemins d'accès à certains sites trop étroits ne nous permettent pas de circuler avec des bus de grande capacité. En fonction du nombre de participants, nous serons donc amenés à utiliser ponctuellement 2 minivans plutôt qu'un seul bus ou minibus. Tous ces véhicules, quelle que soit leur capacité, sont climatisés. Notez également que le réseau routier est en constante amélioration, mais que son état général reste inégal et aléatoire selon la région et la saison.

- Trajet en train : des trains modernes et rapides traversent le Laos depuis peu. Pour satisfaire aux exigences des autorités laotiennes et procéder à la réservation des billets, nous aurons besoin d'un **scan de votre passeport (page d'identité avec photo, lisible et complète).**

Merci de nous transmettre ce document dès votre réservation.

En principe, ne sont pas autorisés à bord du train : les liquides de plus de 100 ml (mais vous pouvez transporter plusieurs contenants de 100 ml), les batteries externes de recharge, les objets tranchants tels que ciseaux, couteaux suisses ou autres, les sprays et aérosols ainsi que tous les articles portant la mention ou le logo "inflammable".

HÉBERGEMENT

Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires et de même catégorie que ceux cités dans le programme détaillé.

La liste définitive des établissements est disponible :

a) pour les circuits accompagnés en groupe : auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ, sur le site de TUI / Espace pro, dans "INFOS VENTES/Circuits accompagnés/Liste hôtels circuits" (<https://www.espacepro.to/Salesinformation.aspx>).

b) pour le circuit privé "Découverte du Cambodge et du Laos" : dans votre carnet de voyage, 15 jours avant votre départ.

Hôtels : les chambres doubles sont composées de deux lits séparés ou d'un grand lit. Le plus souvent, la chambre triple consiste en une chambre double dans laquelle est installé un lit d'appoint.



FORMALITÉS & SANTÉ

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES (1)

Pour satisfaire aux exigences des autorités laotiennes et procéder à la réservation des billets de train, nous avons besoin d'un scan de votre passeport (page d'identité avec photo, lisible et complète).

Merci de nous transmettre ce document dès votre réservation.

- Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de retour.

A) Entrée au Laos à l'aéroport de Vientiane ou Luang Prabang

- Circuit "Mosaïque d'ethnies" – VTE/VTE
- Circuit "Indolent Laos et Temples d'Angkor" – VTE/PNH
- Circuit "Découverte du Cambodge et du Laos" – PNH/LPQ/VTE
- Circuit "Indochine mythique" - HAN/SGN/REP/LPQ/VTE

Visa obligatoire, 3 formules possibles :

- **Sur place à l'arrivée au Laos, aux aéroports de Vientiane ou Luang Prabang**, pour 41 \$US en espèces (tarif au au 1/07/23). Nous vous conseillons néanmoins de l'obtenir avant votre départ, de manière à éviter les files d'attente sur place et de passer plus rapidement les contrôles douaniers.

- **E-Visa en ligne sur le site** : <https://www.laoevisa.gov.la/apply>, pour 50 \$US. Cette option n'est disponible que pour les points d'entrée suivants : Vientiane - Wattay International Airport, Luang Prabang International Airport, Pakse International Airport. Cet e-Visa est valide 60 jours à partir de la date d'approbation, pour une durée de séjour de 30 jours maximum.

- **Visa délivré par l'ambassade du Laos à Paris**. Vous devrez remplir le formulaire téléchargeable sur le site de l'ambassade : <https://laoevisa.gov.la/index>. Il faudra également fournir une photo d'identité et régler un montant forfaitaire de 35 € (tarif à reconfrmer sur le site). La demande peut également être déposée directement à l'ambassade, ou bien envoyée par courrier recommandé avec accusé de réception.

Si l'un des formulaires que vous devez remplir vous demande le nom de **l'hôtel où vous séjournerez la première nuit**, merci d'indiquer :

- si arrivée à Vientiane (circuits "Mosaïque d'ethnies" et "Indolent Laos") => Hotel S2 Boutique T2 Road, Ban Thongtoun Village, Chanthaburee District, Vientiane - Laos.

- si arrivée à Luang Prabang (circuits "Indochine Mythique" et "Découverte du Cambodge et du Laos") => Hotel Sanctuary, Ban Aham, Luang Prabang District & Province - Laos.

B) Entrée au Laos depuis la frontière terrestre avec le Cambodge (Circuit "Cambodge et Laos autrement" - PNH/VTE)

Votre Visa sera délivré sur place, à l'arrivée au Laos, au poste frontière de Nong Nok Khiene (au Laos), pour 41 \$US (tarif au au 1/07/23). *

Si l'un des formulaires que vous devez remplir vous demande le nom de **l'hôtel où vous séjournerez la première nuit**, merci d'indiquer => Hotel Senesothxeune - Ban Khang Kong, Muang Khong, Champassack Province, Laos.

- Il est recommandé de souscrire un **contrat d'assistance ou d'assurance** couvrant tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Les **mineurs** voyageant seuls, ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent présenter une autorisation de sortie de territoire.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.
- **Les réservations de nuit d'hôtels ou autres documents d'approbation** venant du prestataire à destination ne sont pas nécessaires pour obtenir un visa d'entrée au LAOS ou au CAMBODGE. Nous ne serons donc pas en mesure de vous les fournir. Il se peut également que des prestataires proposant l'obtention de visa vous demandent d'autres informations, non officielles ou obsolètes, que nous ne pourrions pas non plus vous communiquer. Pour vos démarches, privilégiez les sites gouvernementaux officiels mentionnés plus haut.

FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Traitement anti paludéen (classification groupe 3).
- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

FORMALITÉS COVID

- Un contrat d'assistance ou d'une assurance prévoyant la prise en charge des frais d'hospitalisation et de quarantaine en cas de contamination au COVID-19 en cours de séjour est vivement recommandé.

(1) Toutes ces informations, données à titre indicatif, sont valables au 01/07/23 et ne concernent que les ressortissants français. Elles portent



Mise à jour du programme le 08 décembre 2023

sur des vols directs de/vers la France et sont susceptibles d'évoluer sans préavis. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.



INFORMATIONS PAYS

CLIMAT

Au Laos, où le climat est tropical et influencé par la mousson, on compte 3 saisons principales : la saison des pluies, de mai-juin à octobre, la saison "fraîche", de novembre à février, et la saison chaude, de mars à mai-juin. Les précipitations, très variables d'une année sur l'autre, fluctuent également selon les régions et les altitudes.

Il en est de même pour les températures, qui varient grandement en fonction de l'altitude ou des saisons. Ainsi lors de la saison fraîche, en plaine, il peut faire frais le matin, voire froid, alors que la journée reste très agréable. En montagne, il n'est pas rare d'enregistrer des températures comprises entre 0 et 5 °C lors de la saison fraîche. Pendant la saison chaude, la température peut largement dépasser les 35 °C dans la journée, que ce soit en plaine ou en altitude.

CUISINE

Le Laos offre une belle variété de plats. Le poisson d'eau douce, le poulet et le porc sont souvent à l'honneur, tandis que le riz constitue l'aliment de base. De nombreuses soupes vous seront également proposées. Parmi les spécialités locales que vous aurez l'occasion de déguster, le Mok pa consiste en un poisson cuit à l'étouffé dans une feuille de bananier.

En dessert, vous apprécierez les fruits exotiques disponibles au gré des saisons : banane, ananas, papaye, noix de coco, mangue, pastèque, mangoustan, ramboutan, fruit du dragon...

La consommation d'eau du robinet ou de boissons contenant de la glace pilée est vivement déconseillée. Les glaçons, en revanche, ne présentent aucun danger.

La plupart de vos repas seront pris dans des restaurants locaux.

PRISES ÉLECTRIQUES

220 volts dans les villes et 110 volts dans les zones rurales. Les prises sont conformes aux normes européennes ou américaines. Des coupures et baisses de tension peuvent survenir. Par précaution, prévoyez un adaptateur et une batterie nomade.

MONNAIE

Au Laos l'unité monétaire est le kip (LAK). Les Laotiens utilisent également fréquemment le baht thaïlandais ou le dollar américain (1). Les euros peuvent être changés dans la plupart des banques, dans les bureaux de change ou chez les bijoutiers. Des distributeurs de billets ont été installés dans toutes les grandes villes du pays, de Paksé à Luang Prabang.

Pour connaître le taux de change actuel, vous pouvez consulter le site : www.xe.com.

Attention : aucun vendeur ni commerce n'acceptera de billets en dollars américains s'ils sont un peu déchirés, tachés, marqués ou même troués d'une épingle. Pensez donc à vérifier vos billets au moment de régler vos achats !

SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES

Le Laos est sous l'influence du bouddhisme Theravāda depuis près de 8 siècles. La plupart des Laotiens ont d'ailleurs le bouddhisme pour religion. Toutefois, cela ne les empêche pas de conserver un fond animiste très présent et de croire aux esprits, connus localement sous le nom de "pi". Comme une grande partie des minorités ethniques recensées dans le pays, les habitants qui ne sont pas bouddhistes sont animistes. Au Laos, on trouve également quelques catholiques, souvent d'origine vietnamienne, essentiellement concentrés dans les grandes villes de sud du pays (Thakkek, Savanakkhet ou Paksé).

Les dates des principales fêtes varient d'une année sur l'autre, en fonction du calendrier lunaire sur lequel se basent la plupart d'entre elles. Les Laotiens étant très pudiques, vous ne les verrez pas se serrer la main ni s'embrasser pour se dire bonjour. Il est de coutume de saluer en joignant les mains au niveau de la poitrine, tout en inclinant légèrement la tête.

Bon à savoir

Comme dans tous les pays très religieux, quelques règles simples doivent être observées dans les lieux de culte, où certaines attitudes pourraient être mal interprétées.

Il est ainsi d'usage de se déchausser dès l'entrée d'une pagode ou d'une maison. Les épaules et les cuisses doivent être couvertes pour la visite des temples.

On ne doit ni s'asseoir sur le piédestal des statues, ni pointer ses pieds en direction du Bouddha.

Par ailleurs, restez le plus discret possible lorsque vous prenez des photos, notamment s'il s'agit de gens qui prient ou de femmes qui se lavent, à la rivière ou au puits.

Enfin, pendant toute la durée de votre séjour au Laos, retenez qu'on ne pointe pas les choses avec le pied, qu'on ne place jamais ses pieds au-dessus d'une personne, qu'on n'élève pas la voix et qu'on ne doit pas non plus toucher la tête des enfants.

SOUVENIRS ET ARTISANAT

Le Laos propose un choix raisonnable de produits artisanaux que vous trouverez sur les marchés, dans les boutiques ou directement chez l'artisan. Il s'agit essentiellement de vanneries, de textile, d'argenterie, de sculpture sur bois ou d'articles en papier de mûrier. Certaines boutiques de Luang Prabang vendent également des objets de décoration raffinés ou des antiquités. Veillez à ne pas rapporter de statues de Bouddha anciennes, qui pourraient vous être confisquées à la sortie du territoire.



LANGUE

La langue officielle du Laos, parlée dans l'ensemble du pays, est le lao. Cette langue de la famille tai-kadai est très proche du thaïlandais. Dans certaines régions isolées, et notamment au sein des minorités ethniques, certaines personnes ne parlent que leur dialecte. Dans les régions frontalières et les grandes villes, le chinois et le vietnamien sont de plus en plus parlés. De moins en moins pratiqué, le Français est maintenant largement supplanté par l'anglais, parlé dans les grandes villes et dans la majorité des lieux touristiques.

BOUCLER SA VALISE

Bagages

Prévoyez de préférence une valise à roulettes et un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

Vêtements

Emportez des vêtements clairs et légers, idéalement en coton, ainsi qu'une veste, une laine, un vêtement de pluie pour la période de mousson et des vêtements chauds de décembre à février, pour le nord du pays. Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics. Les épaules et les cuisses doivent être couvertes pour la visite des temples.

Chaussures

Nous vous conseillons d'emmener une paire de chaussures de marche confortables et une paire de chaussures imperméables en cas de pluie.

Matériel

N'hésitez pas à glisser dans vos bagages :

- une paire de lunettes de soleil ;
- une crème de protection contre le soleil et les insectes (les moustiques en particulier) ;
- une casquette ou un chapeau, ainsi qu'un foulard ;
- une serviette de bain et vos affaires de toilettes personnelles ;
- une petite pharmacie personnelle.



RECOMMANDATIONS - MINI LEXIQUE

Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont différemment perçues selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez et de créer avec elles des liens privilégiés. Là encore, les conseils de votre guide seront précieux ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. À titre d'exemple, il convient de demander sa permission à toute personne que vous souhaitez prendre en photo. Établir un contact préalable est le meilleur moyen qu'elle réponde favorablement. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout-va. Cela peut en effet inciter les enfants à mendier. Afin d'éviter ce genre de dérive, mieux vaut s'en remettre aux structures locales compétentes (pour faire un don à l'école, à l'hôpital, au chef du village, etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté, etc.) et à éviter les comportements exubérants.

Votre environnement

L'eau est un bien précieux dans de nombreux pays, désertiques ou non : ne la souillez pas ! Pour ce faire, prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables. Les animaux que vous pouvez rencontrer dans la nature y sont chez eux : ne les dérangez pas et faites-vous discrets. Enfin, certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. En bref : ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté, aussi certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est notamment nécessaire d'être ponctuel aux rendez-vous donnés par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent en effet remettre en cause l'organisation des visites prévues et pénaliser injustement le reste des participants.

Recommandations pratiques

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter avec vous des objets de valeur. Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité ou téléchargez-les sur une plateforme de type Google Drive pour pouvoir y accéder depuis n'importe quel ordinateur.

Ne laissez jamais vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus ou un restaurant. Chaque fois que cela est possible, placez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé.

Observez les règles élémentaires de prudence. Nouvelles Frontières et notre prestataire ne sauraient être tenus pour responsables des conséquences de tels vols ou pertes.

Mini-lexique

Bonjour : sabaïdii (et joindre les mains au niveau de la poitrine).

Au revoir : sabaïdii ou la kone (prononcer "laconne")

Merci : khawp jaï (prononcer "krop chāi")

Oui : tchao ou doï

Non : bo