



**Vietnam, Cambodge, Laos**

## L'Indochine mythique

*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 12/01/2025 au 02/12/2025 inclus**

**Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 28**

Rythme : **3/5** Histoire & culture : **4/5** Nature : **3/5**

The map illustrates a circular itinerary route across Vietnam, Laos, and Cambodia. Key stops include Pak Ou (Site culturel), Luang Prabang (Site naturel), Lac Nam Ngum (Site naturel), VIENTIANE (Site culturel), Temples d'Angkor (Site culturel), Siem Reap (Site culturel), Hanoi (Site culturel), Ninh Binh (Site naturel), Ha Long (Site naturel), Huê (Site culturel), Da Nang (Site culturel), Hoi An (Site culturel), Can Tho (Site naturel), and Cai Rang (Site naturel). The route starts in Hanoi, moves to Ninh Binh and Ha Long, then to Huê, Da Nang, and Hoi An. It then goes to Can Tho and Cai Rang via the Mekong River. From there, it heads west through Laos to Luang Prabang and Vientiane, before returning to Hanoi via the Temples of Angkor and Siem Reap. A legend at the bottom left explains symbols for 'Votre itinéraire' (dotted line), 'Transport' (bus icon), 'Site naturel' (green leaf), 'Site culturel' (red star), and 'Unesco' (blue temple).

Partez à la découverte du Vietnam, du Cambodge et du Laos, trois pays attachants dont les différences, les traditions séculaires et les paysages fabuleux se combinent à merveille. De la baie d'Halong et de la royale Huê aux mythiques temples d'Angkor pour finir à Luang Prabang, délicieuse et paisible bourgade au charme d'antan, offrez-vous un périple inoubliable en Asie.

### Les **INCONTOURNABLES** Nouvelles Frontières

- Les vols Paris/Hanoi direct et Vientiane/Hanoi/Paris avec Vietnam Airlines et 3 vols intérieurs pour plus de confort.
- Votre cadeau : une calligraphie originale porte-bonheur, réalisée par un maître calligraphe.
- Une bonbonne d'eau à disposition gratuitement dans le bus pour éviter les bouteilles plastiques : pensez à emporter une gourde !
- Plusieurs croisières : nuit en jonque sur la baie d'Halong, balade en barque sur la baie d'Halong terrestre et navigation sur le Mékong.
- Des rencontres-témoignage : avec une famille descendant de Mandarin et avec un ancien soldat qui a vécu la guerre.
- 3 jours pour visiter les mythiques temples d'Angkor.
- 3 jours pour découvrir la paisible Luang Prabang, au charme indéniable.
- De nombreuses dégustations culinaires de plats des trois pays.
- Un dîner costumé royal à Huê et un dîner-croisière sur le fleuve Saïgon.
- Du cyclopousse dans les ruelles animées de Hanoï.



## Jour 1 : Paris – Hanoï

Envol à destination d'Hanoï.

Repas et nuit à bord.



## Jour 2 : Hanoï – Mausolée de Hô Chí Minh – Musée d'Ethnologie (40 km / environ 1h)

Arrivée à **Hanoï**, accueil et assistance à l'aéroport par notre représentant muni du panneau Nouvelles Frontières (voir dans la fiche programme les informations relatives à l'accueil à l'aéroport). Transfert à Hanoï, ville culturelle et historique (chambre disponible à partir de 14 h).

Première découverte de la capitale à pied : la place Ba Dinh, l'extérieur du **mausolée d'Hô Chi Minh** et la **pagode au Pilier unique**. Tour en **cyclopousse** dans les ruelles animées du vieux Hanoï.

Déjeuner libre.

L'après-midi, visite du **musée d'Ethnologie**, qui abrite une impressionnante collection d'œuvres d'art et d'objets usuels de la vie quotidienne des différentes ethnies du Vietnam.

Promenade à pied dans le quartier pittoresque d'Hanoï : l'Opéra, puis le parc Ly Thai To et le lac de l'Épée restituée, où se trouve le temple Ngoc Son.

Dîner, nuit à l'hôtel à Hanoï.



## Jour 3 : Hanoï – Temple de la Littérature – Vélo et barque dans la Baie d'Halong terrestre – Ninh Binh (125 km / environ 2h30)

Découverte de la "triple religion" qui a beaucoup d'influence sur la culture du pays : le **temple de la Littérature**, dédié à Confucius, le **temple Quan Thanh, taoïste**, et la **pagode Tran Quoc, bouddhiste**. Route vers Hoa Lu, dans la "baie d'Halong terrestre". L'ancienne capitale a notamment été rendue célèbre grâce au film "Indochine". Découverte des **temples des rois Dinh et Lê**.

Déjeuner de spécialités locales à base de viande de chèvre, dans un cadre local et idyllique.

**Promenade à vélo** (1) puis **balade en barque** dans un paysage somptueux, au milieu des rizières, **grottes naturelles** et autres pitons calcaires. Un moment inoubliable...

Dîner et nuit à l'hôtel à Ninh Binh.

(1) Si les clients ne veulent pas faire la balade à vélo, ils attendront le reste du groupe, ou ils peuvent faire la promenade derrière un scooter (à demander au guide et à payer sur place, environ 5 à 7USD).



## Jour 4 : Ninh Binh – Nuit en jonque dans la baie d'Halong (210 km / environ 4h30)

Route vers Halong et visite d'une **fabrique de production de perles** et de confection de bijoux. Vous saurez tout sur le long processus de naissance d'une perle.

Embarquement à bord d'une **jonque pour une croisière dans la baie d'Halong**, au milieu de 1 600 îles aux formes insolites surnommées "pains de sucre". Inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, cette baie est l'une des grandes merveilles du Vietnam.

Déjeuner à bord, avec dégustation de fruits de mer frais pêchés dans la baie. Ce paysage mythique invite à la baignade (si le temps le permet). Découverte des grottes naturelles.

Dîner et nuit à bord de la jonque.



## Jour 5 : Baie d'Halong – Hanoï – Train de nuit pour Hué

(180 km / environ 4h)

Réveil au cœur de la 8<sup>e</sup> merveille du monde, en admirant ce paysage mythique.

Déjeuner à bord.

Retour vers la capitale. Arrêt au **village de la céramique** Dong Trieu et visite d'une fabrique (si le l'emploi du temps le permet).

Nuit à bord du train-couchettes climatisé, dans un compartiment de 4 personnes, à destination d'Hué (env. 13h de trajet - confort sommaire).

Dîner à bord sous forme de panier-repas.



## Jour 6 : Hué – Cité impériale – Dîner costumé royal

Arrivée matinale à la gare d'Hué, une ville classée au patrimoine mondial par l'UNESCO. Petit déjeuner et découverte culinaire du "Bun Bo Hue", un plat de nouilles d'Hué à la viande de bœuf. Bâtie autour de la rivière des Parfums, Hué est l'ancienne capitale impériale. Visite de la **citadelle et de la cité impériale**, entourée de jardins magnifiques. La découverte de ce site classé au patrimoine de l'UNESCO, somptueux et grandiose, revêt un très grand intérêt.

Retour à Hué et installation à l'hôtel.

Déjeuner.

Repos et détente selon votre convenance. Visite de la **pagode de la dame Céleste**.

Le soir venu, vous vous prendrez pour un mandarin ou un empereur le temps d'un dîner costumé royal avec musique traditionnelle, à l'occasion duquel vous revêtirez les tuniques flamboyantes d'antan.

Nuit à l'hôtel Park View 4\* (avec piscine).



## Jour 7 : Hué – Mausolée de l'Empereur Tu Dúc – Fabrique de chapeaux et d'encens – Déjeuner chez une famille de descendants de Mandarin – Musée Cham – Hoi An

(150 km / environ 4h30)

À Hué, balade à pied au **marché local Dong Ba**. Visite du **mausolée de l'empereur Tu Dúc**. À quelques pas du cœur de Hué, dans un village aux abords de la Cité Impériale, jadis résidence des mandarins royaux, **rencontrez un descendant des illustres mandarins** qui vous contera l'histoire captivante de sa famille et du village, avec l'aide du guide.

Déjeuner dans la famille d'un repas traditionnel local.

Découverte de l'**artisanat : chapeaux coniques, bâtons d'encens et cerfs-volants**. Passage du col des Nuages, célèbre pour son point de vue exceptionnel, et visite du **musée Cham** de Da Nang abritant la plus belle collection de sculptures cham au monde.

Dégustation du "cao lau".

Dîner et nuit à Hoi An.



## Jour 8 : Hoi An – Vélo dans les villages artisanaux – Da Nang – Envol pour Hô Chi Minh-Ville (240 km / environ 4h30)

Visite d'**Hoi An**, inscrite au patrimoine mondial par l'UNESCO. Autrefois port d'embarquement des épices et de la soie, du 15<sup>e</sup> au 17<sup>e</sup> siècle, la ville offre un bel ensemble architectural à la fois vietnamien, chinois, japonais et colonial. Promenade dans la vieille ville d'Hoi An parmi les **maisons antiques et les vieux temples**, le **pont japonais** couvert et la **maison communale Phuc Kien**.

Initiation culinaire et déjeuner-dégustation.

Découverte de l'artisanat : **les lanternes et les filatures de soie**. Balade à vélo (non obligatoire) dans les villages alentour, avant votre vol de Da Nang à Hô Chi Minh.

Transfert puis dîner découverte du "bánh xèo", une crêpe chaude croustillante.

Nuit à l'hôtel dans le centre d'Ho Chi Minh ville.



## Jour 9 : Hô Chi Minh – Can Tho, dans le delta du Mékong

(220 km / environ 4h30)

Visite du **delta du Mékong** entre les villages de Cai Be et Vinh Long. Découverte d'une **fabrique artisanale de bonbons à la noix de coco**, visite d'une maison traditionnelle en bois, dégustation de fruits de saison et de thé, puis promenade dans les villages entre les vergers.

Déjeuner de spécialités, avec la dégustation du poisson appelé "oreilles d'éléphant".

**Navigation en petit sampan** à rames. Route pour Can Tho, située au centre du delta du Mékong, dont elle est la 2<sup>e</sup> plus grande ville. Chaque jour, pirogues et sampans chargés de fruits et de légumes animent son marché flottant.

Dîner et nuit à Can Tho.



## Jour 10 : Marché flottant – Cholon – Fabrique de laque – Témoignage d'un ex-soldat – Dîner-croisière – Hô Chi Minh

(200 km / environ 4h30)

Balade en bateau sur le canal de Cai Nong, avant une découverte du **marché flottant** de Cai Rang. Retour vers Hô Chi Minh et déjeuner en route.

Tour au **quartier chinois Cholon** et au marché local de Binh Tay, puis visite du **temple Thiêng Hâu**. Passage par une fabrique d'**objets en laque** pour découvrir cet artisanat.

M.Linh, **ancien soldat du sud vietnam** parlant français, qui a vécu la guerre qui opposa les sud vietnamiens aux troupes du nord viendra livrer son **témoignage sur la guerre**. Il a aussi été enrôlé dans l'armée régulière vietnamienne pour libérer le Cambodge du régime des Khmers rouges. Il donnera son éclairage et partagera son vécu sur toutes les facettes du conflit.\*

Dîner-croisière sur le fleuve Saïgon.

Un **cadeau d'adieu** vous sera remis en souvenir de votre voyage au Vietnam : une **calligraphie originale** d'un idéogramme porte-bonheur, réalisée par un maître calligraphe.

Nuit à l'hôtel à Ho Chi Minh-ville.

\*cette rencontre peut se dérouler soit le jour 10, soit le lendemain le jour 11 selon le planning de Mr Linh et/ou le timing de votre programme.



## Jour 11 : Musée de la Guerre – Vol d'1h15 pour Siem Reap

(Cambodge) (240 km / environ 4h30)

**Visite d'Hô Chi Minh-ville**, ex-Saïgon, avec ses villas et bâtiments administratifs dont le style témoigne de l'occupation française. La ville connaît une forte animation au sein de son marché central. Passage devant les anciens quartiers coloniaux, la poste centrale, le palais de la Réunification et la cathédrale Notre-Dame.

Déjeuner.

Visite du **musée de la Guerre**, puis transfert (sans guide) à l'aéroport d'Hô Chi Minh et vol direct pour Siem Reap, au Cambodge (1h15). La ville de Siem Reap se situe à une dizaine de kilomètres du complexe archéologique d'Angkor.

Dîner et installation pour 3 nuits à l'hôtel à Siem Reap, hôtel très bien placé dans l'ancien quartier de Siem Reap, proche du marché qui bénéficie d'un rooftop avec 2 piscines. Chambre coquette avec parquet exotique.



## Jour 12 : Temples d'Angkor – Déjeuner chez l'habitant dans le complexe d'Angkor – Angkor Wat – Banteay Srei – Dîner-spectacle de danses d'Apsara (80 km / environ 1h30)

Début des visites des **temples d'Angkor**. Cité perdue au milieu de la jungle cambodgienne, le **site archéologique d'Angkor** s'étend sur 400 km<sup>2</sup> et témoigne de la magnificence de l'empire khmer qui régna en maître sur la région du 9<sup>ème</sup> au 15<sup>ème</sup> siècle. Le site est constitué d'une multitude de temples et de bassins hydrauliques qui illustrent le haut degré de développement de la civilisation khmer. Depuis, des archéologues passionnés du monde entier travaillent à la réhabilitation de cette merveille architecturale, lieu de culte religieux et bouddhiste qui alimente de multiples légendes.

Pour le repas du midi, nous vous invitons à une **immersion totale en compagnie des habitants d'Angkor**. Partez dans une maison traditionnelle située au cœur du complexe des temples. Durant le repas, un membre de la famille qui vous accueille vous présentera les divers ustensiles de la vie quotidienne qu'on trouve dans ces maisons, à commencer par les différentes nasses utilisées pour attraper les poissons dans les mares alentours, mais pas seulement... Un rare moment de partage et de découverte !

Visite du plus impressionnant des temples-montagnes : **Angkor Wat**, dédié à Vishnu, classée au Patrimoine mondial de l'UNESCO.

Déjeuner.

Le temple-montagne symbolise le mythique mont Meru en Inde, représentation terrestre des dieux et centre du monde, aussi bien dans la mythologie hindoue que bouddhiste. Les murs autour du centre figurent les montagnes entourant le monde tandis que les douves de forme rectangulaire symbolisent l'océan cosmique. Vous découvrirez aussi le temple en grès rose de Banteay Srei, dédié aux femmes.

**Dîner-spectacle de danses traditionnelles khmères**, aussi appelées danses d'Apsara. Nuit à l'hôtel.



## Jour 13 : Les temples d'Angkor en tuk-tuk – Le monastère Ta Prohm, prisonnier des racines – Le Bayon (25 km / environ 1h)

Découverte d' **Angkor en tuk-tuk** . Vous prenez la direction des temples de **Preah Khan et de Neak Pean**, avant de poursuivre par la visite des **temples Thommanon et Chau Say Tevoda**. Le **monastère Ta Prohm**, prisonnier des racines des fromagers et de ficus géants, revêt une ambiance de cité perdue à la "Indiana Jones", où s'entremêlent ruines ancestrales et végétation envahissante.

Déjeuner.

Après le repas, découverte de la **porte sud d'Angkor Thom : le Bayon** et ses 173 visages actuellement visibles, la terrasse des Éléphants et la terrasse du Roi lépreux. Point d'orgue, vous assisterez au coucher du soleil sur les douves de la cité d'Angkor Thom.

Dîner et nuit à l'hôtel.



## Jour 14 : Le lac Tonlé Sap et ses villages lacustres – Bénédiction par les moines – Siem Reap – Vol d'1h30 vers Luang Prabang (Laos)

Départ pour **Kompong Kleang**, un village lacustre typique qui offre une plongée dans la vie des communautés peuplant le grand lac Tonlé Sap. **Naviguez à travers les canaux** et découvrez l'ingéniosité des maisons sur pilotis, rythmées par les saisons et les crues du lac (en fonction du niveau des eaux). L'occasion de s'aventurer hors des sentiers battus et de s'immerger dans un mode de vie unique.

Pendant le déjeuner, partagez un repas avec les habitants et échangez sur leurs traditions. Autre moment de partage, de spiritualité et d'immersion lors d'une **cérémonie de bénédiction par des moines**. Le bouddhisme theravāda est pratiqué par 95% des Cambodgiens qui sont nombreux à demander la bénédiction des moines de leur pagode pour tous les moments importants de leur existence.

Temps libre jusqu'au transfert à l'aéroport et vol (1h30 si vol direct) à destination de **Luang Prabang**\*

Accueil à l'aéroport, transfert et installation à l'hôtel. Vous partirez pour une première découverte de la ville, **ancienne capitale royale**, classée au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'UNESCO, avec l'**ascension du Mont Phousi**, une colline sacrée située en plein centre-ville. On accède à son sommet, qui offre une vue panoramique sur la ville et ses fleuves, par un long escalier serpentant au milieu de nombreux pagodons chargés de légendes.

Dîner dans un restaurant local et nuit dans un petit hôtel dans le **quartier historique de Luang Prabang**.

\* en fonction des horaires du vol, les visites de Luang Prabang pourront être ajournées.



## Jour 15 : Luang Prabang – Grottes de Pak Ou sur le Mékong – Luang Prabang

[Suggestion pour les lève-tôt (entre 05 h 30 et 06 h 00 - sans guide) : Postez-vous à un carrefour du centre-ville, au lever du soleil, pour observer le 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...]

Départ, avec un mode de transport traditionnel, le **tuk-tuk**, pour une matinée d'exploration de la ville : le **marché du matin** de Ban Pakham et ses produits locaux, le **Palais Royal**, aujourd'hui Musée National, le **Vat May**, un temple du 18<sup>e</sup> siècle coiffé d'une toiture à cinq pans et trois parasols... Vous serez séduit par la paix de Luang Prabang et la multitude de ses temples ouvragés ainsi que ces ruelles qui s'animent le soir pendant le marché de nuit. Vous serez ensuite conduits à l'un des embarcadères de Luang Prabang. Installation à bord d'un bateau lent privatisé et **croisière sur le Mékong** jusqu'à l'embouchure de la rivière Nam Ou pour y visiter les **grottes de Pak Ou**, un sanctuaire abritant depuis des siècles des centaines de statuettes de Bouddha déposées par les pèlerins.

Déjeuner à bord.

Puis, reprise de la navigation pour revenir à Luang Prabang. Arrêt et promenade à Ban Xang Khong et Ban Xieng Lek, deux **villages de tisserands** depuis des générations, où vous pourrez observer des artisans au travail, visiter des ateliers de fabrication de papier de mûrier et, pourquoi pas, faire quelques emplettes. Retour à l'hôtel et fin de journée libre.

Dîner libre et nuit à l'hôtel.



## Jour 16 : Luang Prabang – Cascades turquoise de Khouang Sy – Luang Prabang (70 km / environ 1h45)

Ce matin, départ par une belle route de campagne sillonnant entre villages et rizières pour découvrir les **chutes de Khouang Sy**, l'un des plus beaux sites naturels du Laos (trajet d'environ 45 minutes). Nichées en pleine forêt luxuriante, les chutes s'écoulent en cascades dans plusieurs bassins d'eau turquoise.

Déjeuner dans un restaurant local.

Retour à Luang Prabang en début d'après-midi et reprise des visites de la ville avec : **Vat Visoun**, l'un des plus anciens temples de la ville et That Makmo, son stupa à la forme caractéristique de pastèque ; le **TAEC**, "Traditional Art and Ethnology Centre", un petit musée exposant tenues et costumes traditionnels des différentes ethnies du pays ; Heuan Chanh, l'**une des plus belles maisons traditionnelles** de la ville, restaurée par l'UNESCO ; le **Vat Xieng Thong** ; le **Temple de la Cité Royale**, le plus beau de la ville. Ce dernier, considéré comme l'un des joyaux de l'architecture religieuse lao, consiste en un vaste ensemble d'édifices sacrés.

Soirée libre pour profiter de la ville à votre rythme, et dîner libre.

Suggestion : baladez-vous dans le marché de nuit qui s'installe tous les jours dans la rue principale, entre 17 h et 22 h. Nous avons choisi un hébergement non loin du centre à pied, aussi aurez-vous l'embarras du choix pour vous restaurer (restaurants pour tous les budgets, la plupart avec des menus en français, mais aussi les gargotes du marché de nuits...).

Nuit à l'hôtel.



## Jour 17 : Luang Prabang – Train vers Vang Vieng – Pirogue à Vang Vieng – Lac de Nam Ngum (40 km / environ 1h30)

Matinée et déjeuner libres.

Puis transfert à la gare ferroviaire de Luang Prabang et départ en train (1) à destination de **Vang Vieng**. La nouvelle ligne de chemin de fer compte de nombreux tunnels et ponts. Elle permet de rejoindre Vang Vieng en heure environ.

Si le temps le permet, **promenade en pirogue sur la rivière Nam Song et visite de la grotte Tham Tjiang**, avant un transfert routier sur les rives du **lac de la Nam Ngum**.

Installation dans un hôtel paisible sous forme de bungalows en bordure du lac.

Dîner et nuit à l'hôtel.

(1) Pour procéder à la réservation des billets, nous avons besoin d'un scan de votre passeport. Merci de nous transmettre ce document dès votre réservation et obligatoirement avant D-60 autrement vous risquez d'être séparé du groupe ou qu'un supplément soit appliqué par la compagnie de train.



## Jour 18 : Lac de Nam Ngum – Vientiane – Paris

(125 km / environ 1h45)

Début de matinée libre avant un transfert pour rejoindre **Vientiane**. Visite des principaux monuments de la Capitale du Laos : le **Vat Sisaket** et le **Vat Ho Phra Keo**, devenu un petit musée ; le Pha That Luang, grand reliquaire devenu le symbole national, représentant à la fois la religion bouddhique et la souveraineté Lao ; le **Patuxaï**, arc de triomphe érigé à la mémoire des victimes des guerres pré-révolutionnaires.

Déjeuner dans un restaurant local et temps libre jusqu'au transfert à l'aéroport pour le vol retour.



## Jour 19 : arrivée à Paris. :

- À noter :** - Ce circuit pourra être regroupé, à certaines dates, avec un autre circuit de notre production Nouvelles Frontières.
- Trajet en train local en cabine-couchettes climatisée de 4 personnes (pas de cabine individuelle) : 2 prises électriques à disposition sous la tablette centrale de la cabine + une prise USB individuelle en tête de lit. Un confort simple compensé par une expérience authentique.
- Pendant la fête du Têt mi-février, le programme pourra être modifié, et certaines visites annulées et remplacées.

## ACCUEIL A L'AÉROPORT D'HANOI

Après avoir récupéré vos bagages, dirigez-vous vers la sortie. Après avoir franchi les portes coulissantes qui mènent à l'extérieur, retrouvez notre représentant muni d'un panneau "Nouvelles Frontières - Tui" devant le pilier n°9 (visible depuis la rue)

Ne partez pas avec un Taxi ou une personne qui n'a pas le panneau "Nouvelles Frontières - Tui".

## INFORMATIONS PARTICULIÈRES

### REPAS

**Pension complète** à l'exception des 4 repas libres : les déjeuners des jours 2 et 17 ; les dîners des jours 15 et 16.

### VOLS AVEC VIETNAM AIRLINES

Il est obligatoire de rentrer tous les noms et prénoms tels qu'inscrits sur le passeport.

### DEPART DE PROVINCE avec vol international Vietnam Airlines

si vous disposez de 2 e-tickets séparés : 1 pour les vols Air France Province/Paris AR, et 1 pour les vols long courrier sur Vietnam Airlines AR, un réenregistrement des bagages sera nécessaire à Paris.

### VOLS D'ARRIVEE ET DE DEPART

Pour ceux qui réservent d'autres vols que ceux prévus pour ce groupe par Nouvelles Frontières, prévoir un vol avec :

- une arrivée à Hanoi avant 14h00.
- un départ de Vientiane après 19h00.

### VOLS INTERIEURS :

sur Vietnam Airlines, maximum 20kg en soute et 7kg en cabine.

si le vol international est réservé pour le groupe du circuit sur un stock acheté par NF et le vol est sur la Cie VN : les billets sont inclus avec le billet Paris / Vietnam ; autrement les billets sont remis sur place.

### NUIT EN TRAIN LOCAL AU VIETNAM

De Hanoi à Huê, trajet en train local en cabine-couchettes climatisée de 4 personnes (pas de cabine individuelle) avec 2 prises électriques à disposition sous la tablette centrale de la cabine ainsi qu'une prise USB individuelle en tête de lit. Un confort simple, compensé par une expérience authentique.

Possibilité avec supplément de n'être qu'à 2 dans le compartiment de 4 personnes + 75 € / personne (tarif à titre indicatif à reconfirmer). En remplacement du train, avec supplément : vol Hanoi /Huê avec transferts, dîner et nuit et petit déjeuner à l'hôtel à Huê : + 205 € / personne (tarif à titre indicatif à reconfirmer).

### TRAJET EN TRAIN AU LAOS : IMPORTANT

Des trains modernes et rapides traversent le Laos depuis peu.

Pour satisfaire aux exigences des autorités laotaines et procéder à la réservation des billets, 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 et obligatoirement avant D-60 autrement vous risquez d'être séparé du groupe ou qu'un supplément soit appliqué par le compagnie de train.

La compagnie nationale du train interdit certains produits à bord du train : les liquides de plus de 100 ml (mais vous pouvez transporter plusieurs contenants de 100 ml), les objets tranchants tels que ciseaux, couteaux suisses ou autres, les sprays et aérosols (attention les sprays anti-moustique et spray de mousse à raser sont interdits), la cigarette électronique, ainsi que tous les articles portant la mention ou le logo "inflammable".

Notre prestataire peut acheminer vos produits interdits dans le train, par la route moyennant quelques USD (à régler directement sur place auprès de votre guide). Au vu de la logistique et des 6h de route d'acheminement par la route, vos produits seront récupérés le lendemain.

## VOS HÉBERGEMENTS

Voici les noms des hôtels prévus pour ce circuit.

Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires de même catégorie. La classification est donnée en noms locaux :

HANOI : De la Seine 3\* / Minasi Premium 3\* / La Rosa 3\* ou similaire

NINH BINH : The Vissai 4\* / MT collection 4\* ou similaire

jonque en BAIE D'HALONG : Oriental Sail / Garden Bay-Tonkin cruise ou similaire

HUÉ : Park View Hotel 4\* / Mondial 4\* ou similaire

HOI AN : Hoi An Garden Palace 4\* / Hoi An River Beach 4\* ou similaire

HO-CHI-MINH : Sen Viet 3\* / Elios 3\* / Cecilia 3\* ou similaire

CAN THO : Holiday One 4\* / Nesta Hotel 4\* ou similaire

SIEM REAP : Koulen central 4\* ou similaire

LUANG PRABANG centre historique : Villa deux rivières 3\* ou similaire

NAM NGUM : Sanctuary Nam Ngum 4\* ou similaire

### Hôtels :

Pratiquement tous les hôtels du circuit en dehors d'Hanoï, d'Ho Chi Minh-ville et de Luang Prabang sont dotés d'une piscine.

L'enregistrement dans la plupart des hôtels s'effectue à partir de 14h.

Les chambres triples ont un grand lit 2 places et un lit d'appoint.

**La liste définitive des hôtels** est disponible auprès de votre agence de voyage environ 15 jours avant le départ.



NOUVELLES  
FRONTIERES



NOUVEAU

## Voyagez avec l'essentiel.

Billets d'avion, carnet de voyage, itinéraire détaillé...

Retrouvez tout votre voyage sur l'appli **Nouvelles Frontières**

Téléchargez  
l'appli





# Vietnam

## INFORMATIONS CIRCUIT VIETNAM

Décalage horaire : +5h en été, +6h en hiver

Temps de vol : 11h30 à 14h00 sans escale

15h à 18h avec escale

### ACCOMPAGNEMENT

Les guides et les chauffeurs locaux, francophones, changent pour chacune des 3 régions : le nord, le centre, le sud.

Ils ne seront pas présents pendant les journées libres, durant la nuit en train-couchettes et pendant la traversée en bateau entre Chau Doc au Vietnam et Phnom Penh au Cambodge du circuit De la Baie d'Halong aux temples d'Angkor.

### POURBOIRES

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

### TRANSPORT

Le circuit est effectué à bord d'un bus ou d'un minibus climatisé.

Si le réseau routier est en constante amélioration, l'état des routes vietnamiennes reste très moyen et de qualité inégale.

### 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 hôtels est disponible :

- 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>).
- pour les circuits privés "Au Pays du Dragon" et "Balade Vietnamienne" : 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 VIETNAM

## FORMALITÉS ADMINISTRATIVES (1)

- **Passeport valide au moins 6 mois après la date de retour.**
- exemption de visa jusqu'à **45 jours** de séjour au Vietnam. Les ressortissants français sont dispensés de visa vietnamien. Les autres nationalités doivent se renseigner auprès des services consulaires du Vietnam.
- Il est recommandé de disposer d'un **contrat d'assistance** ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire signée par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

## FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.
- **ATTENTION** : Recrudescence des cas de dengue localement. Il convient donc d'utiliser des mesures de protection contre les moustiques.
- La **cigarette électronique est interdite** par la loi au Vietnam à partir de 2025.

(1) Toutes ces informations, **valables pour les ressortissants français**, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

# INFORMATIONS PAYS VIETNAM

## CLIMAT

Le Vietnam est un pays ouvert sur la mer, qui s'étire sur environ 2500 kilomètres du nord au sud. Il est donc rare que le temps soit uniforme sur tout le territoire. Bien souvent, alors qu'il fait beau dans une région, il peut pleuvoir dans une autre. Par conséquent, les saisonnalités sont différentes pour chaque région du pays.

Important : les mois de décembre, janvier et février correspondent à l'hiver et à la saison froide. La température varie alors de 8 à 17 °C en moyenne. Dans les régions montagneuses, la température peut descendre à 0 °C pendant quelques jours, avec une forte humidité, un temps gris et peu de journées ensoleillées. Prévoir des vêtements chauds.

Dans le **nord du Vietnam** (Hanoi, Ha Long, Hoa Lu, Mai Chau, Sapa, Cao Bang), on observe 4 saisons bien distinctes :

- les mois de décembre, janvier et février correspondent à la saison froide, avec des températures allant de 8 à 17 °C, une forte humidité et un temps plutôt gris ;
- les mois de mars et avril correspondent à la première belle saison, avec des températures de 25 à 35 °C, une forte humidité, du beau temps et, souvent, une brume de chaleur ;
- les mois de mai, juin, juillet et août correspondent à la belle saison chaude, avec des températures de 28 à 40°C, une forte humidité, du beau temps, une brume de chaleur fréquente et de grosses averses possibles en fin de journée ou la nuit, pendant 1 à 2h ;
- les mois de septembre, octobre et novembre correspondent à la deuxième belle saison. C'est un véritable été indien, avec des températures comprises entre 20 et 30 °C, une faible humidité et un ciel ensoleillé. C'est la meilleure saison pour visiter le nord du pays.

Au **centre du Vietnam** (Hué, Danang, Hoi An, Quy Nhon, Nha Trang, Dalat et Hauts Plateaux du Centre), on observe 3 saisons distinctes :

- les mois de janvier, février, mars, avril, mai et septembre correspondent à la belle saison, avec des températures de 25 à 35 °C, une forte humidité, du beau temps et, souvent, une brume de chaleur ;
- les mois de juin, juillet et août correspondent à la belle saison chaude, avec des températures de 30 à 40 °C, une forte humidité, du beau temps, une brume de chaleur fréquente et parfois de grosses averses en fin de journée ou la nuit (1 à 2h) ;
- les mois d'octobre, novembre et décembre correspondent à la saison orageuse, avec des températures de 15 à 20 °C, une forte humidité, des pluies abondantes et un temps variable. C'est la période des queues de typhon qui viennent de la mer de Chine et peuvent provoquer des inondations plus ou moins importantes.

Dans le **sud du Vietnam** (Phan Thiet, Saigon, Can Tho, Chau Doc, Phu Quoc), on observe 3 saisons distinctes :

- les mois de janvier, février, mars, octobre, novembre et décembre correspondent à la belle saison, avec des températures qui vont de 20 à 30 °C et du beau temps ;
- les mois d'avril et mai correspondent à la belle saison chaude, avec des températures comprises entre 30 et 35 °C, du beau temps et une possible brume de chaleur ;
- les mois de juin, juillet, août et septembre correspondent à la saison des pluies, avec 30 à 35 °C, un temps variable, de fortes pluies et une brume de chaleur.

## CUISINE

La spécificité de la cuisine vietnamienne repose sur des mélanges d'herbes et d'épices que l'on ne trouve nulle part ailleurs, ainsi que sur des méthodes de cuisson et un ensemble d'habitudes alimentaires propres au peuple vietnamien. La cuisine vietnamienne est moins connue que d'autres cuisines asiatiques, comme les cuisines chinoise, japonaise ou thaïlandaise. Elle n'en est pas moins savoureuse ! La cuisine offerte par la maîtresse de maison vietnamienne se doit à la fois d'exprimer son respect vis-à-vis des convives et de démontrer sa propension au labeur. Il est vivement déconseillé de consommer de l'eau du robinet ou des boissons contenant de la glace pilée. Les glaçons sont, en revanche, sans danger.

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

## PRISES ELECTRIQUES

220 volts dans les villes. Les prises sont conformes aux normes européennes ou américaines mais les coupures et baisses de tension sont fréquentes. Par précaution, prévoir un adaptateur.

## MONNAIE

Au Vietnam, les Dong sont à privilégier pour payer les petites sommes de moins de 10-12 €. Pour les plus grosses dépenses, les dollars USD ou les EUROS sont acceptés dans les grandes villes. Seuls les billets sont acceptés, pas les pièces.

Vous trouverez des bureaux de change facilement dans les villes principales ainsi que des distributeurs automatiques de billets (DAB). N'apportez pas de chèques de voyage : ils ne sont pas acceptés.

Pour connaître les taux de change actuels, vous pouvez consulter le site : [www.xe.com](http://www.xe.com).

**Attention :** aucun vendeur, aucun commerce et aucune banque n'acceptera de dollars américains ou d'Euros si les billets sont déchirés, tachés, marqués ou même troués d'une épingle. Vérifiez bien leur état avant de partir en voyage !

## **SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES**

Les Vietnamiens vivent depuis des siècles dans un univers moral et religieux façonné par des croyances et des valeurs issues du culte des ancêtres, du bouddhisme, du confucianisme et du taoïsme, sans oublier le christianisme (catholicisme et protestantisme) ainsi que l'islam (très minoritaire). Le culte des ancêtres est la plus vieille pratique religieuse du Vietnam, antérieure au bouddhisme, au catholicisme et au confucianisme. Les Vietnamiens considèrent que les âmes de leurs parents survivent après leur mort et qu'elles protègent leurs descendants. Les dates des principales fêtes y varient d'une année sur l'autre, en fonction du calendrier lunaire sur lequel la plupart sont calquées.

## **SOUVENIR ET ARTISANAT**

Le Vietnam propose un large choix de produits artisanaux que l'on peut trouver sur les marchés, dans les boutiques ou directement chez l'artisan. Parmi les grands classiques : le café, les tissus, les laques, les lanternes et le fameux chapeau conique.

## **LANGUES**

Le Vietnam connaît une grande diversité linguistique, puisqu'on y entend 75 langues appartenant à différentes familles : austro-asiatique (viêt, muong, khmer) ; tai-kadai (langues tày) ; hmong-mien (hmong) ; austronésienne (cham, jarai) ; sino-tibétaine (chinois). La langue officielle, le vietnamien, est aujourd'hui écrite au moyen d'un alphabet dérivé de l'alphabet latin. Aujourd'hui, le français est très peu enseigné.

# **BOUCLER SA VALISE VIETNAM**

### **Bagages**

Prévoyez de préférence une valise à roulettes, ainsi qu'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) et des vêtements chauds de décembre à février pour Hanoï et le nord.

Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics. Les épaules et les cuisses doivent être couvertes pour la visite des temples. Enfin, apportez une paire de chaussures de marche confortables ainsi qu'une paire de chaussures imperméables en cas de pluie.

### **Matériel**

- lunettes de soleil
- crème de protection contre le soleil et les insectes (moustiques en particulier)
- casquette ou chapeau et foulard
- serviette de bain et affaires de toilettes personnelles
- petite pharmacie personnelle

Soucieux de réduire l'impact des voyageurs sur l'environnement, nous limitons autant que possible l'usage de bouteilles d'eau en plastique. Nous vous conseillons d'emporter une gourde que vous pourrez remplir sur place. Merci pour votre action à nos côtés.

# RECOMMANDATIONS - MINI LEXIQUE VIETNAM

## 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. Assurez votre matériel vidéo et photo.
- Emportez 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 : Xin chào

Au revoir : Xin chào

Merci : Cám n

Oui : Vâng

Non : Không



# Cambodge

## INFORMATIONS CIRCUIT CAMBODGE

Décalage horaire : +5h en été, +6h en hiver.

Temps de vol : de 16h à 19h avec escale.

### 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 sont une source importante de revenus pour les guides et les chauffeurs. Bien sûr, ils doivent être donnés en signe de remerciement et sont donc à votre libre appréciation. Ils ne doivent cependant pas être négligés : si le service vous apporte satisfaction, il est ainsi d'usage de laisser un pourboire pour le guide (minimum 3 € ou 3 \$US par jour et par personne) et le chauffeur (min. 2 € ou 2 \$US par jour et par personne). Prévoyez également des petits pourboires pour les bagagistes des hôtels, les garde-chaussures, les conducteurs de cyclopousses et les bateliers (1 à 2 € par personne environ).

### TRANSPORT

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

### HÉBERGEMENT

- 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 "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 extensions 3 nuits "Angkor" et "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 CAMBODGE

## FORMALITÉS ADMINISTRATIVES (1)

### 1/ Passeport en cours de validité et valable au moins 6 mois après la date de votre retour.

2 / **Formalités d'immigration** au Cambodge : le formulaire électronique obligatoire "Cambodia e-Arrival card" remplace le formulaire d'immigration standard d'arrivée en papier. Cette formalité est obligatoire et **indépendante du Visa**.

La demande s'effectue sur le site officiel <https://www.arrival.gov.kh/> dans les 7 jours qui précèdent l'arrivée au Cambodge. Pour les clients qui seront déjà en voyage dans les 7 jours qui précèdent l'entrée au Cambodge, vous pourrez faire la procédure de demande depuis votre smartphone ou depuis l'ordinateur d'un hôtel (selon disponibilité de l'ordinateur et selon l'hôtel). Nous vous conseillons de télécharger à l'avance une photo d'identité ou de vous prendre en photo, afin de pouvoir insérer cette photo sur le formulaire e-arrival dans les 7 jours avant l'arrivée au Cambodge.

Une fois le formulaire électronique complété, les voyageurs reçoivent un QR-code à présenter aux autorités cambodgiennes.

NB : la formalité de Cambodia e-Arrival card, ne concerne pas le **circuit DE LA BAIE D HALONG AUX TEMPLES D ANGKOR**, car le passage de la frontière a lieu sur le Mékong. La procédure e-arrival card ne concerne que les arrivées aux aéroports du Cambodge.

### 3/ VISA obligatoire pour rentrer au Cambodge :

#### A) • VISA : Entrée au Cambodge en remontant le Mékong entre le Vietnam et le Cambodge : circuit "DE LA BAIE D'HALONG AUX TEMPLES D'ANGKOR"

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

Côté Vietnam : SONG TIEN - Côté Cambodge KAOAM SAMNOR/ KANDAL MÉKONG

Le visa est délivré sur place : prévoir 36 \$US/personne en espèces.

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

circuits VIETNAM avec extension 3 nuits aux temples d'Angkor avec arrivée à l'aéroport de Siem Reap et circuits en arrivée aux aéroports de Siem Reap ou de Phnom Penh :

- PUZZLE + extension 3 nuits aux temples d'Angkor
- HISTOIRES ET PAYSAGES + 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 DÉCOUVERTE 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 au 01/01/2025 : 30 \$US)

• soit directement à l'aéroport d'arrivée (Siem Reap ou Phnom Penh), mais la démarche peut être longue et vous contraindre à faire attendre le reste du groupe (c'est pourquoi nous déconseillons cette solution). tarif au 01/01/2025 : 35 \$US.

- Si vous devez renseigner le nom de l'hôtel de la première nuit au Cambodge sur un formulaire, merci de renseigner :

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

Arrivée Siem reap : Hotel KOULEN CENTRAL, Sivatha, Sangkat Svaydangkum Siem Reap, Cambodia

\*\*\*\*\*

• **CONTRAT D'ASSISTANCE fortement recommandé.** Il faut souscrire quasi obligatoirement 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 prestataires proposant des visas vous demandent d'autres informations qui ne sont pas officiellement requises ou obsolètes : là encore, nous ne serons pas en mesure de vous les fournir.

## FORMALITÉS SANITAIRES

Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Traitement antipaludéen (classification groupe 3) pour certaines régions.
  - Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
  - Anti-moustique recommandé.
  - Encéphalite japonaise en zone rurale.
- La cigarette électronique est interdite par la loi au Cambodge.

(1) Toutes ces informations, valables au 01/09/2024 pour les **ressortissants français**, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. 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 CAMBODGE

## CLIMAT

Au Cambodge, il y a deux saisons.

Lors de la saison sèche, qui commence en novembre et se termine en avril, les températures restent autour de 30 °C et les journées sont ensoleillées.

La période de mousson dure de mai à octobre. L'air est très humide et très chaud (35 °C), 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 locale 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 buffle et de porc. Parmi les nombreux fruits exotiques cultivés au Cambodge, la mangue et les ananas ont ici un goût unique.

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

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

## PRISES ÉLECTRIQUES

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. Vous n'aurez pas besoin d'adaptateur.

## MONNAIE

La monnaie cambodgienne est le riel (KHR), mais le dollar américain est omniprésent et cohabite au quotidien avec la monnaie nationale. D'une manière générale, on utilise les riels pour les menues dépenses (cigarettes, journaux, courses en mototaxi, fruits ou boissons achetés à un étal de marché, par exemple). Mais pour régler les notes des restaurants et hôtels ou les transports, le dollar est utilisé la plupart du temps. Essayer donc de vous procurer un maximum de petites coupures (1 et 5 \$US).

Pour connaître le taux de change actuel, vous pouvez consulter le site : [www.xe.com](http://www.xe.com).

Attention : personne au Cambodge, dans les commerces ou les banques, n'accepte les billets en dollars américains dès lors qu'ils sont un peu déchirés, tachés, marqués ou même troués d'une épingle. Vérifiez 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 du pays sont l'Islam (2,1 % de la population, dont la plupart sont des Chams) et le christianisme (1 %, pratiqué par de nombreux Vietnamiens et certains Khmers). La plupart des fêtes sont célébrées aux mêmes dates chaque année, mais certaines d'entre elles, comme le nouvel an Khmer, Pchum Ben et la fête des eaux, suivent le calendrier lunaire et varient par conséquent de quelques jours d'une année sur l'autre.

## Bon à savoir

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

- Il est d'usage de se déchausser dès l'entrée dans l'enceinte d'une pagode ou 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 de type foulard ne sont pas autorisés sur les épaules nues. Il faut un vêtement fermé qui couvre, en haut, les épaules et, en bas, un short mi-long ou une jupe descendant au niveau des genoux.
- On ne s'assied pas sur le piédestal des statues.
- On ne pointe pas ses pieds en direction du Bouddha.
- Essayez 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).
- Vous ne devrez pas pointer les choses avec le pied, ou même placer vos pieds au-dessus d'une personne.
- Il convient de ne pas éléver la voix.
- Au Cambodge, on ne doit pas toucher la tête des enfants.

## SOUVENIR ET ARTISANAT

L'artisanat cambodgien, qui a pratiquement disparu pendant la période des Khmers rouges, 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 les artisans. Les souvenirs les plus populaires sont les soieries et les textiles, le poivre de Kampot, les bijoux en or et en argent, la vannerie et les 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 était la deuxième langue la plus populaire jusqu'aux années 1990, avant que l'anglais ne fasse son apparition. Parmi les autres langues parlées dans le pays figurent des dialectes vietnamiens et chinois.

# BOUCLER SA VALISE CAMBODGE

## Bagages

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

## Vêtements

Prévoyez des vêtements légers (coton) et clairs, ainsi qu'une veste, une laine et 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

Emportez une paire de chaussure de marche confortables et une paire de chaussures imperméables en cas de pluie.

## Matériel

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

Soucieux de réduire l'impact des voyageurs sur l'environnement, nous limitons autant que possible l'usage de bouteilles d'eau en plastique. Nous vous conseillons d'emporter une gourde que vous pourrez remplir sur place. Merci pour votre action à nos côtés.

# RECOMMANDATIONS & MINI LEXIQUE CAMBODGE

## 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 des objets de valeur.
- Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité ou téléchargez-les sur une plateforme du type Google Drive pour pouvoir y accéder depuis n'importe quel ordinateur.
- Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avion) dans votre chambre, votre bus ou au restaurant. Chaque fois que cela est possible, laissez-les plutôt dans le coffre à l'hôtel ou votre valise fermée à clé.
- Observez les règles élémentaires de prudence. Nouvelles Frontières et notre prestataire ne sauraient être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.

## Mini-lexique

**Bonjour** : Sousday

**Au revoir** : Lyhaïe

**Merci** : Arkoun

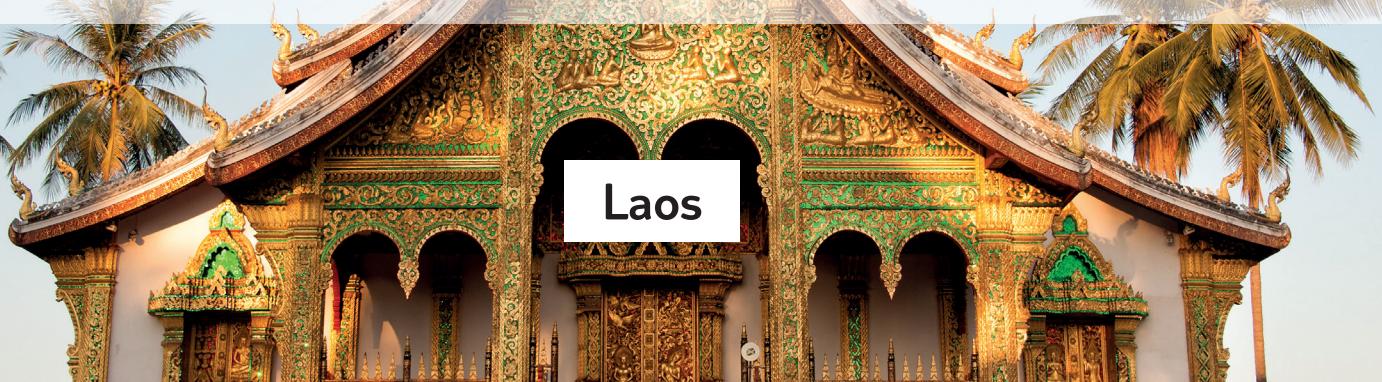
**Oui** : baa (pour les hommes) et cha (pour les femmes)

**Non** : Até

Bon à savoir : lorsque vous dites merci en cambodgien, "Arkoun", joignez les mains au niveau de la poitrine, paumes face à face, les doigts vers le haut sous le menton.

En revanche, pour dire 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 LAOS

Décalage horaire : +5h en été, +6h en hiver

Temps de vol : 15h à 18h avec escale

### 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-pousses et les bateliers (1 à 2 € par personne environ).

### TRANSPORTS

#### TRAJET EN TRAIN : IMPORTANT

Des trains modernes et rapides traversent le Laos depuis peu.

Pour satisfaire aux exigences des autorités laotaines et procéder à la réservation des billets, 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 et obligatoirement avant D-60 autrement vous risquez d'être séparé du groupe ou qu'un supplément soit appliqué par la compagnie de train.

La compagnie nationale du train interdit certains produits à bord du train : les liquides de plus de 100 ml (mais vous pouvez transporter plusieurs contenants de 100 ml), les objets tranchants tels que ciseaux, couteaux suisses ou autres, les sprays et aérosols (attention les sprays anti-moustique et spray de mousse à raser sont interdits), la cigarette électronique, ainsi que tous les articles portant la mention ou le logo "inflammable".

Notre prestataire peut acheminer vos produits interdits dans le train, par la route moyennant quelques USD (à régler directement sur place auprès de votre guide). Au vu de la logistique et des 6h de route d'acheminement par la route, vos produits seront récupérés le lendemain.

**ROUTES** : 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.

### 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 LAOS

## FORMALITÉS ADMINISTRATIVES (1)

Pour satisfaire aux exigences des autorités laotIennes et procéder à la réservation des billets des billets de train, 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.

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

## 1/ VISA

### 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 reconfirmer 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 Thongtoum 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.

## 2/ CARTE D'IMMIGRATION Depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2025

Carte d'immigration digitale obligatoire à faire dans les 3 jours avant l'arrivée aux points suivants :

Aéroport international de Luang Prabang et de Vientiane (Wattay) sur le site <https://immigration.gov.la>

Un QR code sera généré et à présenter soit sur votre téléphone soit en format papier.

Le formulaire papier sera encore possible à l'arrivée dans les premiers temps jusqu'à fin 2025.

\*\*\*\*\*

- Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir 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 pourrons pas non plus vous communiquer. Pour vos démarches, priviliez 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.

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

## 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](http://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 LAOS

## 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 ;
- une petite pharmacie personnelle.

Soucieux de réduire l'impact des voyageurs sur l'environnement, nous limitons autant que possible l'usage de bouteilles d'eau en plastique.

Nous vous conseillons d'emporter une gourde que vous pourrez remplir sur place. Merci pour votre action à nos côtés.

# RECOMMANDATIONS - MINI LEXIQUE LAOS

## 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 chai")

**Oui** : tchao ou doï

**Non** : bo