



Déconnexion au Laos ^(THLA2)

Laos - Asie du Sud Est

10 jours

Prix à partir de 1795.00 EUR p.p.

Niveau

Type	Liberté avec guide
Specialiste de la destination	Olivier Delmée
Age minimum	18 ans
Hébergement	Hôtel de charme
Groupe	de 4 à 8 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	Guide local francophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



Les points forts de ce voyage

- une déconnexion totale du monde occidentale



Thematika

Bohey, 25
L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

Votre voyage

Découverte du Laos inconnu, déconnexion avec le monde occidental et reconnexion avec soi même. Feu de camp, cérémonie animiste, randonnée de nuit, balade en pirogue, visite du mystérieux site de la plaine des jarres

Jour 01 : Luang Prabang

[, -,D]

Accueil à l'aéroport de Luang Prabang par votre guide francophone. Transfert à l'hôtel et installation. Déjeuner libre selon horaires de vol.

Puis départ pour une première découverte à pied de la partie de Luang Prabang classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Vous monterez notamment **au sommet du Mont Phousi**, colline au centre de la péninsule qui permet d'avoir une vue panoramique sur la cité, la rivière Namkhan et le Mékong, ainsi que les montagnes environnantes. Dîner Sindat (spécialité fondue) dans un restaurant situé sur l'autre rive du Mékong auquel vous accéder uniquement par un petit pont en bambou selon la saison. Nuit en guest house

Jour 02 : Luang Prabang (city tour à pied) - XIENG MOUAK VALLEY

[B,L,D]

Après le petit déjeuner, poursuite de la visite de la ville à pied avec **le Vat Visoun**, le plus ancien temple de Luang Prabang et son stupa en forme de pastèque, **le Vat Mai à la toiture caractéristique**, **le Vat Sene et le Vat Xieng Thong**, le plus bel ensemble religieux de Luang Prabang, **le petit musée T.A.E.C** Déjeuner suite à la visite à Heun Chan la Maison de l'Héritage de l'Unesco situé dans une petite ruelle et dans un écrin de verdure.

Puis transfert jusqu'à la cascade de Tad Thong à la lisière du Nam Dong Park. Départ pour une petite marche à travers la forêt pour rejoindre le Hillside Nature Lifestyle Lodge. Dîner et Nuit au Hillside Nature Lifestyle Lodge.

Jour 03 : Hillside Nature Lifestyle Lodge / Khouang Sy / Luang Prabang

[B,L,-]

3h /4h de marche - Niveau modéré.

Petit déjeuner puis transfert jusqu'au village de Ban Long Lao, village habité par les populations Hmong et Kamu. Randonnée à pied à travers de beaux paysages pour rejoindre les belles chutes de Khouang Sy.

Découverte du site, avec temps libre pour la baignade. Déjeuner en contrebas du parc au restaurant Carpe Diem. Retour à Luang Prabang milieu d'après-midi par bateau en remontant le Mékong,

Arrêt à **Mékong Eden farm** en court de navigation pour rencontrer Om, un jeune et talentueux agronome Lao et visiter son potager bio et projet d'agroécologie communautaire. Moment libre selon la saison pour profiter de sa « plage » et d'un beau coucher de soleil avant le retour sur Luang Prabang.

Vous assisterez à la **cérémonie du Baci organisé par Om et les villageois avec un concert de musique traditionnelle - Boissons et petits snacks compris.** Le « **baci lao** » est une cérémonie collective au cours de laquelle, les esprits sont appelés à s'unir pour catalyser bonheur, chance et prospérité. Avant de procéder à la cérémonie, il est nécessaire de préparer un plateau garni d'offrandes appelé *ba khouane*.

Au centre de ce plateau on dispose des cornets de feuilles de bananier contenant des fleurs, des fruits, , des pâtisseries, de l'argent, des cierges, des verres d'alcool, des bâtonnets d'encens et des cordelettes de coton. Symbolisant les liens avec le monde spirituel.

Dîner libre. Nuit en guest house

Jour 04: Luang Prabang / Nong Khiaw / Muang Ngoi

[B,L-]

Ce matin, vous partez à l'assaut du Nord Laos dans une des plus belles régions karstiques du pays. Après 4h de route de Luang Prabang arrivée à Nong Khiaw, petit bourg en bord du Mékon. Déjeuner dans un restaurant local.

Dans l'après-midi, départ en bateau privatisé pour une **belle promenade sur la rivière Nam Ou**, au milieu de

superbes paysages de falaises karstiques jusqu'au village de Ban Sob Chaem, petit village de tisserands. ...Vous êtes dans la carte postale ! En fin de journée, retour en bateau à Muang Ngoi (3h de navigation aller-retour).

Muang ngoi est un petit bourg situé au nord du Laos, niché en plein cœur des montagnes karstiques et bordé par la rivière Nam Ou... Un petit air de bout du monde avec en bonus un paysage à couper le souffle... Ce sera également l'occasion de découvrir les ethnies Kamu et Hmongs qui peuplent encore cette région dans les montagnes du Nord Laos.

Selon le temps imparti, vous pourrez vous promener dans la forêt et profiter du point de vue panoramique de PhoiNoy sur la vallée. Petit sentier aménagé spartiatement dans la forêt (niveau modéré : 1h de marche) Diner libre. Nuit à l'hôtel.

Jour 05 : Nong Khiaw / Vieng Thong

[B,L,D]

4h de route sans les arrêts. Vous redescendrez en bateau la Nam Ou en matinée pour rejoindre Nong Khiaw ou votre véhucile vous attendra pour un départ pour la Vienthong en passant par une jolie route de montagne entre falaises karstiques, rizières et point de vue culminant sur toute la vallée entre deux virages. Déjeuner dans un restaurant local en cours de route.

Après ce temps de route, Arrivée à Vien thong vous ferez une petite ballade pour **vous dégourdir les jambes de 30 min jusqu'au source d'eau chaude cachée en plein milieu de la forêt** - Temps pour la relaxation, baignade et retour dans le bourg - Temps libre. Diner et nuit en auberge.

Jour 06 : Vieng Thong / Nam Ert Night Safari

[B,L,D]

Rencontre avec votre guide local et chauffeur vers 8h30 dans leur auberge de Muang Hiam (Viengthong). Qui vous donneront quelques informations sur le parc, sa biodiversité et histoire de la région, vous démarrerez l'aventure au cœur du parc national protégé de Nam Et-Phou Laouey. . Après 1,30/2h00 de transfert en voiture, vous arrivez à Muang Hiem, un village ethnique Khmu, situé en bordure de la zone protégée de la zone centrale. Le guide du village, les porteurs et les cuisiniers vous attendront sur place et vous donneront les premières instructions pour cette aventure hors du commun. Vous embarquerez dans une pirogue pour 1,30 /2h de navigation sur la rivière Nam Nern pour une observation ornithologique des espèces endémiques. Déjeuner **pique-nique local** dans le camp de base communautaire et installation dans vos bungalows construits en matériaux locaux dissimulés en plein milieu de la jungle. Petit temps libre, possibilité selon la saison de se baigner dans la rivière. En fin d'après-midi, vous réembarquez dans la pirogue pour remonter la rivière sur une petite heure avant de se poser et passer un moment convivial avec l'équipe des gardes forestiers, pour la plupart issus d'une famille de chasseur.

Dégustez **un dîner traditionnel** Khmu préparé par le groupe de cuisine du village vers 18h-19h - avant qu'il ne fasse nuit. *Il est important de prendre un dîner tôt afin que l'odeur de la nourriture et du feu ne soit pas forte lorsque vous visitez la plateforme d'observation de la faune plus tard dans la soirée.*

Après le dîner, profitez du feu de camp. Les guides pourront vous raconter des contes et des histoires de Khmu sur les dragons, la faune et les fantômes, mais aussi leur histoire chargée entre les guerres d'antan et activité de chasse aujourd'hui interdite?

Les guides informeront voyageurs sur les espèces d'animaux qu'ils peuvent voir et expliquer les règles et les attentes pour les mettre en lumière.

Il est important de suivre les règles introduites, telles que: ne pas parler, ne pas manger à la tour d'observation et comment retourner au camp au cas où vous auriez besoin d'aller aux toilettes...

Puis, vous redescendrez la rivière de nuit, moteur coupée afin de pouvoir observer à la lampe frontale les animaux de nuit encore présents dans le parc. Les animaux les plus communs que vous pourriez repérer comprennent Sambar et le cerf aboyeur (AKA muntjak) et diverses espèces de civettes, bien que, si chanceux, vous pouvez voir aussi d'autres animaux protégés tels que les ours, dhole, plusieurs espèces de chats sauvages et autres.

Veillez porter des vêtements chauds car il peut faire très froid tard le soir ou la nuit.

A noter: ce projet a reçu en 2013 et 2014 le prix du World Tourism Award pour son projet de conservation et

formation des guides en éco-tourisme.

Retour dans le camp de base pour une veillée. Nuit sur place

Jour 07 : Nam Ert Night Safari / Phonsavan

[B,L, D]

Réveil matinal pour une ballade dans la jungle, découverte des plantes médicinales, d'un ancien stupa et de l'ancienne voie aérienne utilisée pendant la guerre contre les français puis les américains. **Petit-déjeuner** une fois au retour du camp de base. Vous repartirez à bord de votre pirogue pour revenir sur Muang Hiem vous votre chauffeur vous attendra pour partir en direction de la région de la Plaine de Jarres, autre site mystérieux et légendaire du Laos.

Puis transfert par la route jusqu'à Phonsavan pour une arrivée en fin de journée ...

Installation à l'Auberge de la Plaine des jarres située dans les hauteurs de la ville au milieu de la forêt - Dîner et Nuit sur place

Jour 08 : Phonsavan / Plaine des Jarres / Phonsavan

[B,L,D]

2h de marche - Niveau facile

Petit déjeuner, puis transfert au centre Mulberry Farm. Découverte de ce centre de sériculture, et de toutes les étapes de la production de la soie, de la culture des plants de murier bio pour l'élevage des vers jusqu'au tissage.

Déjeuner dans un restaurant local, puis départ en véhicule privé pour les sites 2 et 3 de la Plaine des Jarres, occasion de courtes ballades à pied dans 2 environnements assez différents : forêt de résineux pour le site 2, traversée de rizières pour le site 3.

Le mystère de la plaine des jarres à Xieng Khoang : *Située près de la ville de Phonsavan, dans la province du Xieng Khouang, sur un plateau situé à 1000 mètres d'altitude, la plaine des jarres propose au voyageur une visite énigmatique et insolite au milieu d'une région peuplée de minorités ethniques: hmong et thaïs... Ce impressionnant site archéologique qui a été découvert par une archéologue française, Mme Madeleine Colani en 1930 reste encore une énigme jusqu'à aujourd'hui.*

Vous retournerez sur Phonsavan en fin de journée. Dîner et Nuit sur place

Jour 09 : Phonsavan / Vientiane

[B, L,-]

Après le petit déjeuner,

- Visite du musée UXO de la ville faisant une place importante à l'histoire contemporaine de la région, et notamment les bombardements massifs subis pendant la guerre du Vietnam.
- Départ pour le site 1 de la Plaine des Jarres, le plus important de la région présentant les plus belles Jarres. Déjeuner dans un restaurant local

Puis transfert à l'aéroport de Phonsavan pour prendre un vol en direction de Vientiane

Horaires à définir en fonction des rotations de la compagnie Lao Airlines. (à ce jour : QV402 13 :20 - 13:50)

Arrivée à Vientiane et transfert à l'hôtel.

Puis : visite du Vat si Muang, le temple le plus fréquenté de la ville, ainsi que de Vat Sisaket. ; épargné lors des raids siamois sur Vientiane au 19^e siècle, il est le plus vieux et probablement le plus beau des temples de Vientiane.

En fin d'après-midi vous ferez promenade sur les rives du Mékong pour le coucher du soleil où les habitants de la capitale aiment venir s'adonner à des activités physiques ou faire des emplettes sur le marché de nuit. Dîner libre dans un restaurant local. Nuit en hôtel

Jour 10 : Vientiane / Départ

[B,-,-]

Petit déjeuner puis temps libre jusqu'au transfert à l'aéroport de Vientiane.

Option visite de la ville.

En cas d'un vol le soir, possibilité de visiter la capitale du Laos avec :

. le Vat Ho Phra Kheow. Ayant un temps abrité le Bouddha d'Emeraude aujourd'hui à Bangkok, ce temple a été détruit par les siamois, et reconstruit par les dans le courant du 20^E siècle. Il abrite aujourd'hui un petit musée d'art religieux.

. le That Luang. Grand stupa abritant une relique du bouddha, sa forme est emblématique des reliquaires au Laos, le long du Mékong. C'est un des symboles du Laos, apparaissant sur les armoiries du pays

. le Patuxay, arc de triomphe construit au 20^e siècle, avec du ciment fourni par les américains initialement pour la construction de pistes d'aéroport. De son sommet, on peut jouir d'une belle vue sur la ville.

Dates et prix

Promotion

Départs complet

Départ assuré

Destination

Thème

Départ

Retour

Durée

Info pays



Laos

Encore peu visité, le Laos est un pays qui a conservé un caractère authentique, aidé en cela pas le faible développement du réseau routier dans les montagnes du Nord. Les fleuves et les rivières du pays constituent les principales artères de communication. Le Mékong, l'un des plus longs fleuves d'Asie, parcourt intégralement le pays du nord au sud, de la frontière sino-thaïlandaise à la frontière cambodgienne.

Formalités administratives

Laos

Un passeport d'une validité minimale de 6 mois à compter de la date d'entrée.

+ Un Visa obtenu préalablement auprès de l'ambassade ou du consulat (validité de 30 jours maximum prolongeable sur place)

OU

Un Visa obtenu aux aéroports internationaux et aux frontières terrestres.

Conseil(s) santé

Laos

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Vaccins spécifiques : Hépatite A, malaria obligatoires, schistosomiase, fièvre jaune recommandés.

Paludisme et dengue

Il est aussi prudent de se protéger contre le paludisme. Demandez conseil à votre médecin traitant.

Nous vous conseillons vivement d'emporter également des répulsifs anti-moustiques. Nous préconisons les produits de la gamme Insect Ecran (au DEET 50%) qui sont parmi les plus efficaces.

Pour plus d'informations sur les précautions à prendre au niveau santé, vous pouvez consulter le site Internet de SMI (Service Médical International) : www.smi-voyage-sante.com

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- Les transferts, les excursions et visites mentionnés au programme jour 01 à l'arrivée à Luang Prabang jusqu'au départ de Vientiane le Jour 10,
- L'hébergement en chambre double/twin avec le petit-déjeuner dans les établissements prévus au programme
- Les repas (menus aux saveurs locales servis avec de l'eau) comme mentionnés dans le programme
- Les services d'un ou plusieurs guides accompagnateurs locaux parlant français jour 01 à l'arrivée à Luang Prabang jusqu'au départ de Vientiane le Jour 10,
- Une bouteille d'eau par jour et par personne,
- Le port des bagages (sauf impossibilité logistique),
- Le suivi francophone de notre agence locale 24 heures /24 et 7 jours / 7,
- Le vol xiang Kouhang / Vientiane

Le prix ne comprend pas

- Les boissons consommées au cours des repas et/ou en dehors (mini bar),
- Les dépenses à caractère personnel et l'assurance de voyage,
- Les pourboires (4 usd/jour/pax pour les guides, 2 usd/jour/pax pour les chauffeurs et 1usd/pax pour les porteurs/serveurs),
- Les « early check-in » ou « late check-out » dans les hôtels sélectionnés et les consommations mini bar ou autres, non prévues au programme,
- Toutes les prestations non mentionnées dans le programme : repas, visites, services, les frais d'autorisation pour l'utilisation des caméras et appareils photos sur certains sites,
- Les taxes de sortie d'aéroport et les éventuelles hausses de carburant (0\$ à ce jour le 04/01/2017)
- Les frais de visa Laos sur place, à la charge du client : 31 USD /personne + 1 photo d'identité. Le prix du visa est de 35 USD /pers. pour les passeports belges ; gratuit pour les passeports suisses,
- Les autres vols non mentionnés dans « ces prix comprennent ».

Vous préparer à partir

Préparation physique

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).



Thematika

Bohey, 25

L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et banché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).

- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.