

CAMBODGE – ANCESTRAL CAMBODGE – KHMCT008/08E



De 15h20 à 17h50



+5h en été / +6h en hiver

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

FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS DU 19/01/2021 AU 16/11/2021 inclus

VOTRE VOYAGE

Un voyage dans un pays plein de charme à la population accueillante. Un pays où les civilisations anciennes ont laissé un nombre important de vestiges, dont les incontournables temples d'Angkor. Vous découvrirez les marchés locaux où les habitants viennent vendre leur production artisanale, et vous visiterez une ONG locale spécialisée dans la fabrication de la soie. Vous pouvez aussi choisir en option de passer par le Vietnam, pour découvrir le Delta du Mékong et Ho Chi Minh.



ITINERAIRE

Jour 1 : Paris – Siem Reap

Envol à destination de Siem Reap. Repas et nuit en vol.

Jour 2 : Siem Reap • (25 km/env. 45 min)

Accueil par notre représentant et transfert à l'hôtel. Déjeuner libre. Vous assisterez au coucher de soleil au temple-montagne de Phnom Bakheng, dédié à Shiva. Dîner, nuit à l'hôtel Mémoire Siem Reap ou Angkor Holiday 4*.

Jour 3 : Siem Reap – Beng Mealea – Preah Vihear • (250 km/env. 4h30)

Visite des temples de Preah Khan et Neak Pean, temples bouddhistes et le Mebon oriental, temple hindou, conforme au concept du "temple-montagne". Déjeuner. Découverte du temple de Beng Mealea, qui offre la vision, rare aujourd'hui, des sanctuaires envahis par la végétation, tels que les premiers explorateurs les découvrirent. Dîner libre et nuit à l'hôtel de charme Preah Vihear Boutique 3* sup.

Jour 4 : Preah Vihear – Ko Ker – Siem Reap • (250 km/env. 4h30)

Visite du site Prasat Preah Vihear, inscrit au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Temple-montagne dédié au dieu hindou Shiva, s'étirant sur 800 m, il est composé d'une série de sanctuaires reliés par de longues galeries. Perché à 625 m, il offre une vue spectaculaire sur la plaine cambodgienne. Déjeuner panier-repas. Visite des temples de Koh Ker, ancienne capitale de l'Empire angkorien, qui regroupe plus d'une centaine d'édifices dont le Prasat Thom (pyramide à 7 niveaux couverte de grès) et le temple Linga. Au dîner, dégustation du plat "trei dott tik trei pa-em" (poisson cuit au four). Installation pour 3 nuits à l'hôtel Mémoire Siem Reap ou Angkor Holiday 4*.

Jour 5 : Siem Reap (temples d'Angkor) • (30 km/env. 1h)

Découverte en tuk-tuk visite du temple du 10e siècle : Prasat Kravan avec ses 5 tours en brique. Promenade parmi les fromagers géants lors de la découverte du temple Ta Prohm. Déjeuner. L'après-midi, visite de la porte sud d'Angkor Thom, le Bayon et ses 177 visages, le Baphûon, temple de forme pyramidale représentant le mythique mont Meru, le temple Phimeanakas, les terrasses aux Éléphants et du Roi lépreux. Au dîner, dégustation du plat "trei dott tik trei pa-em" (poisson cuit au four). Profitez-en pour aller vous balader sur le marché de nuit en centre-ville.

Jour 6 : Siem Reap (temples d'Angkor) • (80 km/env. 2h)

Vous visiterez le temple Banteay Srei, en grès rose finement sculpté et du temple de Banteay Samré. Déjeuner, dégustation du Amok de poisson au lait de coco. déjeuner L'après-midi, visite d'Angkor Wat, le plus saisissant des monuments d'Angkor dont les dimensions sont comparables à la Cité interdite de Pékin. En soirée, dîner-spectacle agrémenté par la fameuse et délicate danse des Apsaras. Nuit.

Jour 7 : Siem Reap – Battambang • (165 km/env. 2h55)

Visite des ateliers des Artisans d'Angkor spécialisés dans la fabrication de la soie selon des méthodes traditionnelles. Poursuite vers Battambang, seconde ville du pays. Tour général de la cité pour voir le pont en fer, la maison de l'ancien gouverneur siamois (1830) et les belles maisons coloniales du centre-ville, la pagode Art déco de Damrei Saw et le marché de Psar Nat. Déjeuner; Rencontre avec l'association Phare Ponleu Selpak ou « La Lumière des Arts » qui améliore la vie d'enfants, de jeunes adultes et de leur famille (du lundi au vendredi hors jours fériés et vacances scolaires). Visite des locaux avec l'école maternelle, l'école de cirque, de danse, de musique et de dessins. Installation à l'hôtel Classy 4*. Dîner libre.

Jour 8 : Battambang – Phnom Penh • (295 km/env. 5h)

Promenade dans le marché couvert d'époque coloniale. Départ de Battambang pour longer la rive sud du grand lac Tonlé Sap. En chemin, visite de Kampong Luong, le plus grand village flottant du lac où vous découvrirez la vie quotidienne locale. Balade en bateau sur le lac. Déjeuner en route. Poursuite vers Kampong Chhnang pour visiter les ateliers des potiers et, plus loin, le village des ciseleurs d'argent. Arrivée à Phnom Penh. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Double Leaf 4*. Dîner.

Jour 9 : Phnom Penh • (25 km/env. 1h30)

Tour général de la ville pour voir le monument de l'Indépendance, le temple Wat Ounalom et la colline du Phnom qui donna son nom à la cité. Vous visitez le spectaculaire Palais royal de Phnom Penh, aux toits de tuiles vernissées, entouré de magnifiques jardins, puis découvrez la précieuse pagode d'Argent, pavée de 5 000 dalles d'argent massif, où trônent de superbes statues du Bouddha. Déjeuner. Visite du musée du Génocide Tual Sleng, une ancienne école secondaire qui a été transformée en grande prison sous les Khmers rouges, portant le nom de "S-21". Fin d'après-midi libre sur le marché central d'époque coloniale. Dîner libre.

Jour 10 : Phnom Penh – Kep • (160 km/env. 3h30)

Départ en direction du littoral sud. En chemin, visite du temple khmer de Tonle Bati érigé au 13e siècle. Plus loin, ce sont les ruines du temple de Phnom Chisor que vous découvrirez, perchées sur une colline dominant un vaste panorama. Déjeuner en cours de route. Visite des grottes sacrées de Phnom Chhnork et poursuite vers le littoral. Arrivée dans la station balnéaire de Kep qui connut ses heures de gloire à l'époque coloniale. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Kep bay 3* sup. Dîner.

Jour 11 : Kep

Journée libre à Kep (Repas libres) pour vous détendre sur la belle plage de sable fin. En option : excursion de la journée en bateau (30 min) vers l'île du Lapin, Koh Tonsay, aux décors paradisiaques.

Jour 12 : Kep – Kampot – Phnom Penh – Paris • (200 km/env. 4h55)

Dans les environs de Kampot, arrêt dans une plantation de poivre réputé être le meilleur au monde et tour de ville de Kampot avec quelques beaux bâtiments d'époque coloniale. Transfert à l'aéroport et vol retour pour Paris. Déjeuner libre. Dîner à bord.

Jour 13 : arrivée à Paris

EXTENSIONS OPTIONNELLES

Le voyage commence Extension balnéaire à Sihanoukville • 3 nuits

Hôtel Indépendance 4*

Hôtel Indépendance 4* (normes locales) : prolongez sur les plages de sable fin de Sihanoukville par 3 nuits à l'hôtel Indépendance 4*(nl) en petits déjeuners. Détendez-vous dans ce magnifique décor tropical. Sihanoukville propose de nombreux restaurants pour tous budgets et des bars très animés en soirée. Repas libres.

Hôtel de 46 chambres situé sur la plage de sable de Sihanoukville. Conçu par des architectes français en 1964, ce bâtiment fait partie de l'histoire du Cambodge et a connu des hôtes prestigieux, tels que Catherine Deneuve ou Jacqueline Kennedy. Repas libres.

Le voyage commence Extension au Vietnam • 5 nuits

Jour 12 : Kep – Kampot – Chau Doc

Après la visite de Kampot, déjeuner libre puis départ vers Chau Doc, première ville vietnamienne après la frontière. Passage de la frontière. Dîner-découverte culinaire : le Can Chua, soupe de poisson, ananas et tomates. Nuit à l'hôtel Chau Pho 3*.

Jour 13 : Chau Doc – Tra Su – Can Tho

Balade en bateau pour rejoindre village flottant de Chau Doc et visite d'un élevage de poissons chats. Puis visite du village cham musulman Chau Giang. Déjeuner local. Visite de la réserve ornithologique de Tra Su. Dîner, Installation pour 2 nuits à l'hôtel Iris 4*.

Jour 14 : Can Tho – Sa Dec – Can Tho

Promenade en bateau sur le canal de Cai Nong avant de découvrir l'un des plus grands marchés flottants du delta : celui de Cai Rang. Puis visite de la maison de Binh Thuy où fut tourné le film L'Amant. Route pour Sa Dec, surnommé "jardin de la Cochinchine". Déjeuner local. Visite de la ville coloniale Sa Dec: la pagode confucéenne Kien An Cung, l'école primaire Truong Vuong (extérieur) où étudia Marguerite Duras ; le marché local coloré. Retour à Can Tho. Dîner.

Jour 15 : Can Tho - My Tho - Hô Chi Minh

Route pour My Tho. À l'arrivée, embarquement sur la rivière Tiên à la découverte des petits îlots environnants (Long, Lan, Qui et Phung). Visite au fil de l'eau d'une fabrique artisanale de bonbons à la noix de coco et dégustation de fruits de saison. Arrêt pour une dégustation de thé au miel. Promenade en calèche. Découverte des environs à bord d'un petit sampan à rames. Déjeuner de poisson oreille d'éléphant, une spécialité du Delta. Route vers Hô Chi Minh. Dîner croisière sur la rivière Saigon ou dîner spectacle. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Cicila 4*.

Jour 16 : Hô Chi Minh

Visite des incontournables pour une découverte de la ville : la cathédrale Notre-Dame (extérieur) ; la poste centrale et du musée de la Guerre. Déjeuner local, dégustation du célèbre Pho. Dans

l'après-midi, départ pour la découverte du quartier commerçant chinois de Cho Lon avec son marché Binh Tay et sa pagode. Dîner local. Nuit.

Jour 17 : Hô Chi Minh - Paris

Libre jusqu'au transfert à l'aéroport pour le vol de retour. Déjeuner libre, dîner à bord.

Jour 18 : Arrivée à Paris.

À NOTER :

Hotels cités ou similaires.

Pensez à réserver en option une extension balnéaire à la plage de sable de Sihanoukville ou une extension au Vietnam à la suite du circuit. Si le niveau du lac est trop bas (de février à juillet), nous pouvons prévoir la visite d'un village flottant, puis un transfert en véhicule (2 h 30 de route/180 km). Une photo d'identité numérisée sera prise à l'entrée du site pour la confection de votre Angkor Pass. Chaque participant devra toujours être en possession de celui-ci pour chaque entrée sur le site. Ce circuit peut regrouper d'autres voyageurs francophones de notre production TUI.

FORMALITES & SANTE



Nous vous recommandons de vous occuper de votre visa (à faire avant votre départ) dans des délais confortables.

Possibilité de faire une demande de visa de tourisme en ligne (le visa d'affaires est exclu de ce service), en se connectant sur : www.evisa.gov.kh

NB : ce E-visa ne permet pas l'entrée par tous les postes frontière terrestre (consulter la liste). Veuillez vérifier avant de faire la demande en ligne. Vous pouvez aussi demander le visa directement à l'arrivée à ces postes frontières internationaux.

Le service des visas électroniques est géré par le Ministère des Affaires étrangères au Cambodge.

Attention, les informations passeport suivantes sont nécessaires à la réservation de votre voyage pour tous les participants : nom, prénom, date et lieu de naissance, nationalité, numéro, date, lieu d'émission et date de fin de validité du passeport.

Ces informations sont données sous toute réserve de modifications. Nous vous invitons à vérifier les formalités avant votre départ.

ADRESSE UTILE

Ambassade de France au Cambodge

1, boulevard Monivong
BP 18
Phnom Penh
Tel : +855 23 260 210

Il est nécessaire d'avoir un Visa pour le Vietnam. Nous vous recommandons de vous en occuper (à faire avant votre départ) dans des délais confortables.

Depuis 2017, il est possible d'obtenir un e-visa.

Ces informations sont données sous toute réserve de modifications. Nous vous invitons à vérifier les formalités avant votre départ.

ADRESSE UTILE

Ambassade de France au Vietnam

57 rue Tran Hung Dao, Hanoi

Tel. (84-24) 39 44 57 00

SANTE, VACCINS, RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Aucun vaccin n'est obligatoire, cependant, certains sont conseillés : traitement anti paludéen (classification 3) pour certaines régions, mise à jour DTP. Un répulsif anti-moustique serait également utile. A voir avec son médecin traitant.

INFORMATIONS PAYS

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, course en mototaxi, fruits ou boissons achetés à un étal de marché, par exemple). Mais pour régler les notes des restaurants, hôtels et les transports, il est utilisé la plupart du temps le dollar.

Essayer donc d'avoir un maximum de petites coupures (1 et 5 \$).

Taux de change : 1 Euro = 4 850 R et 1 USD = 4100 R. (Mis à jour en octobre 2020)

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

Au Vietnam : les Dong sont à privilégier, bien que les dollars américains soient facilement acceptés. L'euro n'est accepté que dans les grandes villes (Hanoi et Saigon). Nous vous conseillons d'emporter des euros en espèces qui se changent partout (en coupures maximum de 100 euros). Dans les grandes villes ou zones touristiques, vous trouverez des distributeurs automatiques de billets (DAB). Ne pas apporter de traveller chèque : n'étant pas acceptés dans les commerces, ils sont totalement inutiles. Garder avec soi une réserve d'argent liquide en dollars US ou en Euros. Taux d'échange monnaie : 1 Euro = 27 370 Vietnam Dongs et 1 USD = 23 180 Vietnam Dongs. (Mis à jour en octobre 2020)

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

Savoir-vivre et coutumes

Religion d'état depuis 1989, le bouddhisme Theravāda compte 14,2 millions d'adeptes, soit 96,4 % de la population. Les autres religions sont l'Islam (2,1 % de la population, dont la plupart des Chams), le christianisme (1 %, pratiqué par de nombreux Vietnamiens et certains Khmers).

La plupart des fêtes sont célébrées aux mêmes dates chaque année, certaines fêtes comme le nouvel an Khmer, Pchum Ben et la fête des eaux suivent le calendrier lunaire et se déplacent de quelques jours avant ou après chaque année.

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, 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 varient d'une année sur l'autre, en fonction du calendrier lunaire sur lequel la plupart sont calquées.

Souvenirs et artisanat

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

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.

Langue

La langue officielle du Cambodge est le cambodgien, ou le Khmer. Cette langue appartient à la famille de langue (Austro-asiatique) Khmère.

Le français avait été la deuxième langue la plus populaire jusqu'aux années 1990, avant que l'anglais fasse son apparition. Des dialectes vietnamiens et chinois sont d'autres langues parlées.

Le Vietnam connaît une grande diversité linguistique, puisqu'il compte 75 langues appartenant à différentes familles : austro asiatique (viêt, muong, khmer) ; tai-kadai (langues tà) ; 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. En dehors, le Vietnam fait partie de la francophonie : en effet, le pays, ancienne colonie française, comporte une minorité francophone (environ 120 000 francophones « réels » ou partiels) essentiellement constituée de personnes âgées ayant connu l'époque coloniale. Aujourd'hui, le français reste très peu enseigné dans les écoles du pays.

INFORMATIONS CIRCUIT

BON A SAVOIR

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont perçues différemment selon les pays.

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

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

Ne pas s'asseoir sur le piédestal des statues

Ne pas présenter ses pieds devant Bouddha.

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

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

Ne pas élever la voix.

Ne pas toucher pas la tête des enfants.

Code de conduite pour les visiteurs d'Angkor :

Capitale de l'Empire Khmer du IXe au XVe siècle, Angkor était, au XIIe; le plus grand centre urbain du Monde. De nos jours, il demeure un site sacré tant pour les Bouddhistes que pour tous ceux qui le considèrent comme un lieu de culte, de prière ou de méditation.

C'est aussi un centre de vie active depuis plusieurs générations. Plus de 130000 personnes y habitent actuellement.

Pour enrichir votre expérience et préserver Angkor pour les générations à venir, nous vous saurions gré de bien vouloir respecter les règles suivantes.

Sont prohibés, dans les lieux sacrés, les shorts et les jupes courtes au-dessus des genoux ainsi

que les décolletés exposant les épaules. Le port de robes décentes est fortement encouragé pour la visite d'Angkor.

ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT

La personne qui vous accompagne saura vous faire partager son goût du voyage et sera votre interlocuteur privilégié. Guides locaux francophones dans chaque pays sauf durant les journées libres), il saura mieux que quiconque vous faire découvrir son pays.

TRANSPORT

Le circuit est effectué à bord d'un bus, minibus ou voiture climatisés, bateau et tuk-tuk.

Le réseau routier au Cambodge est en constante amélioration mais l'état des routes sur l'ensemble du pays reste inégal et assez médiocre surtout après la saison des pluies.

Les accès aux sites visités et aux transports fluviaux ou terrestres peuvent parfois être difficiles.

Nous recommandons aux participants d'être prudents même en l'absence de signalisation spécifique.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Vos bagages (un par personne) seront acheminés à chaque étape dans les hôtels. Vous ne portez que votre sac à dos de la journée avec vos effets personnels (appareil photo, protection solaire...).

HEBERGEMENT

Hôtels sélectionnés pour leur qualité. Selon l'état des réservations nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires dans certains endroits. La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ.

Nuits en hôtels : les chambres sont composées de deux lits séparés ou d'un grand lit. La chambre triple est une chambre double avec un lit d'appoint.

INFORMATIONS PRATIQUES

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

Les températures varient de 20°C en janvier, le mois le plus frais, à 35°C et plus en avril et mai, les mois les plus chauds de l'année. Le Vietnam est un pays ouvert sur la mer et qui s'étire sur environ 2500 kms 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 pleut ailleurs. Les saisonnalités sont donc différentes pour chaque région du pays.

Important : Décembre, Janvier, Février correspondent à l'hiver et la saison froide : 8-17°C. Dans les régions montagneuses, la température peut descendre à 0°C quelques jours, forte humidité, temps couvert et gris, peu de journées ensoleillées. Prévoir des vêtements chauds.

Le Nord Vietnam (Hanoi, Ha Long, Hoa Lu, Mai Chau, Sapa, Cao Bang). 4 saisons bien distinctes : Les mois de décembre, janvier et février correspondent à la saison froide : 8-17°C, forte humidité, temps plutôt gris. Les mois de mars et avril correspondent à la première belle saison : 25-35°C, forte humidité, beau temps avec souvent une brume de chaleur. Les mois de mai, juin, juillet et août correspondent à la belle saison chaude : 28-40°C, forte humidité, beau temps avec souvent une brume de chaleur, de grosses averses sont possibles en fin de journée ou la nuit (1 à 2 heures). Les mois de septembre, octobre et novembre correspondent à la deuxième belle saison, c'est un véritable été indien : 20-30°C, humidité faible, ciel ensoleillé. C'est la meilleure saison pour visiter le nord du Vietnam. Le Centre Vietnam (Hué, Danang, Hoi An, Quy Nhon, Nha Trang, Dalat et Hauts Plateaux du Centre). 3 saisons distinctes :

Les mois de janvier, février, mars, avril, mai et septembre correspondent à la belle saison : 25-35°C, forte humidité, beau temps, avec souvent une brume de chaleur. Les mois de juin, juillet et août correspondent à la belle saison chaude : 30-40°C, forte humidité, beau temps avec souvent une brume de chaleur, des grosses averses en fin de journée ou la nuit (1 à 2 heures).

Les mois d'octobre, novembre et décembre correspondent à la saison orageuse : 15-20°C, forte humidité, pluies abondantes, temps variable. C'est la période des queues de typhon qui viennent de la mer de Chine et qui peuvent provoquer des inondations plus ou moins importantes.

Le Sud Vietnam (Phan Thiet, Saigon, Can Tho, Chau Doc, Phu Quoc). 3 saisons distinctes : Les mois de janvier, février, mars, octobre, novembre et décembre correspondent à la belle saison : 20-30°C, beau temps.

Les mois d'avril et mai correspondent à la belle saison chaude : 30-35°C, beau temps, brume de chaleur.

Les mois de juin, juillet, août et septembre correspondent à la saison des pluies : 30-35°C, temps variable, fortes pluies, brume de chaleur.





Pension complète à l'exception de 7 repas libres au Cambodge.

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

Il est vivement déconseillé de consommer de l'eau du robinet et les glaçons. La plupart des repas sont pris dans des restaurants locaux.

La gastronomie vietnamienne se compose d'influences multiples, les plats les plus importants : pho (soupe de nouilles), com (le riz), nem (plat vietnamien le plus populaire). Tout comme le riz et le nuoc mam, les épices ont une grande place dans la cuisine vietnamienne. La situation du Vietnam, offre un grand choix de poissons et de crustacés. La viande est également très présente dans les menus : volaille, bœuf, porc...En dessert, vous pourrez apprécier ananas, banane, pamplemousse, mangue, mangoustan, ramboutan, longane selon la saison.

Il est vivement déconseillé de consommer de l'eau du robinet et les glaçons
La plupart des repas sont pris dans des restaurants locaux.



Les pourboires ne sont pas obligatoires mais sont toujours bien appréciés. Ils doivent être employés en signe de remerciement. Si vous êtes satisfait du service, il est d'usage de laisser un pourboire au guide, accompagnateur et chauffeur. Prévoir environ 5€ par jour et par personne.

Petits pourboires à prévoir également pour les bagagistes des hôtels, garde chaussures, rickshaws, charmeur de serpent, 4*4, démonstration de turban, toilettes.



Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV sera une protection efficace pour votre objectif.

Pas de droits particuliers à acquitter pour photographier ou filmer au Cambodge, sauf à Angkor où l'utilisation de matériel professionnel est soumise à autorisation.

Dans certains endroits, les photos sont interdites... merci de respecter scrupuleusement les consignes à ce sujet, afin d'éviter tout désagrément.



220 volts dans les villes et 110 volts dans les zones rurales. Les prises sont conformes aux normes européennes ou américaines. Les coupures et baisses de tension sont fréquentes, mais ont tendance à diminuer ces dernières années. Par précaution, prévoir un adaptateur.

BOUCLER SA VALISE



Bagages

Prévoyez de préférence un sac souple de 20 kg maximum et quelques fois 10kg sur certains vols intérieurs, et sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

Vêtements

Prévoyez des vêtements légers (coton) et clairs ainsi qu'une petite veste et une petite laine, un vêtement de pluie (en période de mousson).

Une tenue correcte est souhaitable dans tous les lieux publics.

Chaussures

Une paire de chaussure de marche confortable, et une paire de chaussure imperméable en cas de pluies.

Matériel

Lunettes de soleil.

Crème de protection contre le soleil et les insectes (moustiques en particulier).

Une casquette, ou un chapeau, et un foulard.

Une serviette de toilette et vos affaires de toilettes personnelles.

Petite pharmacie personnelle.

VOYAGE ET PARTAGE

La vie en groupe

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

Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages.

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

Si malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons de la communiquer à votre agence.

Vos rencontres

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

RECOMMANDATIONS

- Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Assurez votre matériel vidéo et photo. Si vous prenez une partie de votre budget en chèques de voyage, prenez soin de noter séparément les numéros.
- Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité.
- Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nous et notre prestataire ne pouvons être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.

BIBLIOGRAPHIE

Le Guide du Routard : "Cambodge" - Ed Hachette
- Guide "Cambodge" - Ed Lonely Planet;

MINI LEXIQUE

Bonjour : johm riab sua / sua s'dei
Au revoir : lia suhn hao-y
Merci : aw kohn
Oui : baat (pour les hommes) et jaa (pour les femmes)
Non : te

- Guide Bleu Évasion : "Vietnam" - Ed Hachette ;
- Le Guide du Routard : "Vietnam" - Ed Hachette ;
- Guide "Vietnam" - Ed Lonely Planet;

MINI LEXIQUE

Bonjour : Xin chào
Au revoir : Xin chào
Merci : Cảm ơn
Oui : Vâng
Non : Không

**Nous vous souhaitons un
très beau voyage !**