



THAÏLANDE

Balade Thaïlandaise

14 jours / 11 nuits

Circuit Découverte / Randonnée (niveau facile)

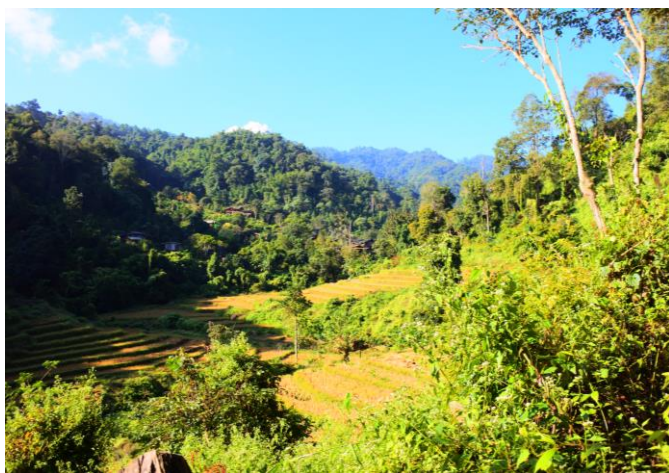


Pays du sourire et de la joie de vivre, la Thaïlande vous étonnera tant par la diversité et la beauté de ses paysages que par la richesse de son patrimoine culturel. Vous découvrirez également une gastronomie fine et appréciée dans le monde entier.

Vous visiterez Bangkok, mégapole hyperactive, fourmillante de vie où modernité et tradition se côtoient au quotidien. Puis, en remontant vers le Nord, vous approcherez la Thaïlande verte au cœur de ses origines, sans oublier Chiang Mai, Chiang Rai et leurs temples enchanteurs.

Vous partirez ensuite à la découverte de la jungle et à la rencontre des minorités ethniques montagnardes. Une expérience immersive inoubliable !

Découvrez sans plus attendre ce savant cocktail de culture et de nature, made in Thaïlande !



POINTS FORTS

- Un séjour itinérant de Bangkok à Chiang Mai hors des sentiers battus
- La découverte du célèbre temple blanc de Chiang Rai
- La visite d'un centre de protection éthique pour éléphants à Phitsanulok
- La découverte de la célèbre gastronomie thaïlandaise
- Les deux journées de randonnées dans les montagnes du triangle d'or
- Une nuit chez une tribu montagnarde

ITINERAIRE

JOURS 1 & 2 : VOL POUR BANGKOK

A votre arrivée à l'aéroport, vous serez accueillis à la porte 3 par notre correspondant anglophone. Transfert et installation à votre hôtel. En fonction de vos horaires de vol, vous pourrez en profiter pour faire un premier tour dans les rues animées de Bangkok. Fin de journée libre.

Repas libres

Transfert : 1h (50km, selon les conditions de circulation)

Hébergement : Hôtel

JOUR 3 : BANGKOK - KOH KRET - BANGKOK

Après le petit-déjeuner, à 8h, rendez-vous à la réception de votre hôtel pour y rencontrer votre guide francophone. Vous partirez dans le nord de Bangkok, et embarquerez sur un ferry public à destination de la presqu'île de Koh Kret. Cette île paisible au bord du Chao Phraya est réputée pour la cohabitation de plusieurs minorités ethniques dans les villages entourés de marais de nénuphars. Vous enfourcherez vos vélos et roulez sur de petites routes sur pilotis, et vous arrêterez notamment dans une fabrique artisanale de poterie, la spécialité de l'île.

L'après-midi, retour à Bangkok pour visiter le sublime temple de Wat Pho, avec son imposante statue du Bouddha couché de près de 46 mètres de long ! Vous finirez par flâner dans le marché aux fleurs, dont les nombreuses couleurs et senteurs éveilleront vos sens. Fin de journée libre à Bangkok.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 2h30 dont 30min en ferry

Hébergement : Hôtel

JOUR 4 : BANGKOK - KANCHANABURI

Le matin, vous prendrez la route en direction du marché flottant de Don Wai, un lieu authentique bordé de canaux ornés de nénuphars et de maisons en bois, prisé par les Thaïlandais. Ce sera l'occasion de déguster les fameux « Luk Chup », de petites douceurs thaïes colorées à base de haricots et de lait de coco. Ensuite, cap au nord, vers la ville de Kanchanaburi, aux abords de la rivière Kwai. Vous disposerez d'un peu de temps libre pour explorer son pont emblématique et pourquoi pas faire quelques emplettes dans le marché voisin !

Après le déjeuner, vous atteindrez le parc national d'Erawan, où sept cascades aux eaux turquoise se succèdent le long d'un sentier. Les plus audacieux pourront atteindre les dernières cascades au travers un chemin étroit, idéales pour une baignade dans un cadre sauvage et luxuriant. Fin de journée libre et nuit à Kanchanaburi.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 3h45 environ

Hébergement : Hôtel



JOUR 5 : KANCHANABURI - AYUTTHAYA

Aujourd'hui, vous visiterez la grotte de Krasae, nichée à flanc de montagne le long du célèbre chemin de fer de la rivière Kwai. Elle abrite notamment un petit sanctuaire bouddhiste à l'intérieur et offre une vue spectaculaire sur le paysage environnant. Vous poursuivrez la journée en pénétrant dans l'ancienne capitale du royaume Siam, la belle Ayutthaya ! Classée au Patrimoine mondial de l'UNESCO, le quartier historique de la ville héberge des vestiges majestueux des temples Wat Ratcha Burana et Wat Phra Mahathat. Ce dernier surprend par sa tête de Bouddha en pierre entrelacée dans les racines d'un arbre centenaire. Au détour d'un temple, vous pourrez vous essayer à la spécialité locale d'Ayutthaya : le « Roti Sai Mai », une crêpe fondante et sucrée qui ravira vos papilles ! Soirée libre à Ayutthaya.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 4h

Hébergement : Hôtel

JOUR 6 : AYUTTHAYA - PHICHIT - PHITSANULOK

Le matin, vous vous dirigerez vers un charmant hameau de la province de Phichit, et serez accueillis chaleureusement par une famille de fermiers qui vous présenteront les secrets et techniques de culture du riz au travers une belle balade dans les champs.

De retour dans la maison familiale, vous aurez l'opportunité d'assister vos hôtes dans la préparation du repas. Vous apprendrez à confectionner le dessert traditionnel « Bua Loy », de délicieuses boulettes de farine de riz fourrées au chocolat et d'autres petites douceurs. Après avoir dégusté les plats préparés, vous vous initierez à l'art de l'origami en fabriquant un « Pla Tapien » à partir de feuilles de bananier ou de bambou, avant de remercier la famille pour ce moment convivial de partage.

Vous continuerez votre voyage vers Phitsanulok, grande ville située au bord de la rivière Nan, où vous passerez la nuit.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 5h (dont 3h30 Ayutthaya – Phichit)

Hébergement : Hôtel

JOUR 7 : PHITSANULOK - CENTRE DE PROTECTION POUR ELEPHANTS

Cette matinée sera dédiée à l'exploration d'un centre de protection pour les éléphants. Vous vous promènerez à pied en compagnie des pachydermes du centre, un moment magique et inoubliable au cœur d'une jungle en pleine éveil ! Vous aiderez le personnel soignant à préparer la nourriture pour la matriarche du groupe sous le chant matinal des oiseaux. Vous serez même sensibilisés aux soins apportés à ces grands mammifères, avant de revenir tranquillement à l'hôtel.

L'après-midi, vous profiterez du temps libre pour vous détendre à la piscine et vous reposer.

En fin de journée, vous partirez à bord d'un tuk-tuk pour rejoindre le centre-ville de Phitsanulok. A la manière d'un food tour, plusieurs arrêts seront prévus pour savourer des plats locaux, avec la possibilité pour les plus audacieux, de goûter aux insectes grillés !

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner- Dîner (léger)

Transfert : 1h45

Hébergement : Hôtel

JOUR 8: PHITSANULOK - SUKHOETHAI - PHAYAO

Départ matinal vers Sukhothai, la première capitale du royaume du Siam fondée au 13e siècle. Considérée comme le berceau de la civilisation thaïlandaise, la ville abrite de nombreux vestiges inscrits au Patrimoine mondial de l'UNESCO. À vélo, vous explorerez le parc historique, où se dresse le majestueux Wat Mahat, construit sous le règne du premier roi de Sukhothai, ainsi que le magnifique Wat Si Sawai, inspiré de l'architecture khmère.

Après le déjeuner, vous continuerez votre voyage vers Phayao, un charmant village au bord de son lac éponyme. Vous embarquerez pour une paisible balade en bateau, et pourrez admirer la riche biodiversité entourant le lac ainsi que son ancien temple englouti, vieux de 500 ans ! Vous pourrez



apercevoir quelques habitants récolter les jacinthes d'eau, des plantes aquatiques utilisées afin de créer des ustensiles et des chapeaux. Dîner libre et nuit à l'hôtel à Phayao.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 5h30 (dont 4h30 Sukhothai - Phayao)

Hébergement : Hôtel

JOUR 9 : PHAYAO - CHIANG RAI - LES MONTAGNES DU TRIANGLE D'OR

A l'aube, vers 5h, il sera possible d'assister à la cérémonie d'offrandes aux moines.

Après le petit-déjeuner, départ aux aurores vers Chiang Rai, porte d'entrée des montagnes du Triangle d'Or, à la frontière de la Thaïlande, du Laos et de la Birmanie. A votre arrivée, vous déposerez vos bagages à l'hôtel et préparerez un petit sac avec le nécessaire pour vos deux prochains jours de trek, où vous aurez la chance de passer une nuit au cœur d'une tribu. Vous serez ensuite déposés au village Baan Huy Khom, où commencera une marche de 15 km à travers rizières, champs de maïs, bananeraies et plantations d'ananas. Accompagnés de votre guide et d'un guide anglophone parlant le dialecte local, vous découvrirez des panoramas époustouffants et ferez une pause bien méritée au pied d'une magnifique cascade, où vous pourrez vous rafraîchir.

Vous atteindrez enfin le village d'Akha, où vous passerez la nuit. Vous découvrirez le quotidien de cette tribu montagnarde en partageant un verre de leur whisky de riz et en échangeant sur leur culture autour du feu. Vous aurez également l'opportunité de participer à la préparation du repas du dîner !

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

Transfert : 2h

Marche : 15km / 4h (dénivelés positifs)

Hébergement : Chez l'habitant (confort sommaire)

IMPORTANT : Il faudra prévoir un sac à dos avec quelques affaires personnelles (du change, une tenue, anti-moustique etc..) pour la nuit dans le village. Vous retrouverez vos bagages dès le lendemain soir.

JOUR 10 : LES MONTAGNES DU TRIANGLE D'OR - CHIANG RAI

Ce matin, vous débuterez la journée par un délicieux petit-déjeuner typique chez vos hôtes. Après avoir remercié les villageois pour leur hospitalité, vous commencerez la randonnée du jour. Le sentier suit une rivière, offrant de superbes vues sur les plantations des tribus, notamment des champs de thé et de café. Vous traverserez une forêt de bambous surplombant les rizières, un cadre parfait pour y préparer le déjeuner ! Tous ensemble, vous allumerez le feu de camp et cuisinerez des plats typiques que vous dégusterez ensuite. Vous descendrez ensuite vers une source chaude, parfaite pour détendre vos jambes et savourer la tranquillité de la nature environnante. Entre-temps, votre chauffeur viendra à votre rencontre pour vous ramener à Chiang-Rai, après avoir quitté votre guide local.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Marche : 8km / 2h30 (dénivelés négatifs)

Transfert : 30min

Hébergement : Hôtel

JOUR 11 : CHIANG RAI - CHIANG MAI

Aujourd'hui, il est temps de découvrir les emblèmes du Nord de la Thaïlande ! Vous prendrez la route vers Chiang Mai, avec une première halte au sublime Wat Rong Khun, également connu sous le nom de « temple blanc ». Ce chef-d'œuvre artistique allie le style traditionnel des temples à des éléments décoratifs plus modernes, offrant une expérience visuelle unique.

Dès votre arrivée à Chiang Mai, en cours d'après-midi, vous visiterez le Wat Phra That Doi Suthep. Perché sur une colline, ce temple est célèbre pour son stupa recouvert de feuilles d'or. On y accède par un funiculaire ou un escalier de 300 marches dont les rampes représentent le dragon bouddhiste appelé « Naga ». Vous terminerez cette journée sur une belle note, puisque vous serez invités à déguster des spécialités montagnardes Kantoke, le tout sublimé par un spectacle de danses traditionnelles.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner



Transfert : 4h

Hébergement : Hôtel

JOUR 12 : CHIANG MAI ET SES ALENTOURS

Pour cette dernière journée de visite, vous roulez vers Ban Mae Kampong, un village de montagne situé au nord de Chiang Mai, réputé pour sa production de café et de son thé fermenté, connu sous le nom de « miang ». Vous ferez une petite balade dans le centre-ville, puis continuerez en direction de la magnifique cascade de Mae Kampong, composée de sept chutes d'eau. Vous terminerez cette belle matinée par un déjeuner accompagné d'une dégustation du café ou du thé produits localement.

De retour à Chiang Mai, direction le quartier des artisans ! Laissez libre cours à votre créativité et participez à un atelier de peinture sur ombrelles ou éventails, où vous pourrez exprimer l'artiste qui sommeille en vous ! Enfin, vous terminerez votre aventure au marché de Warorot, situé au bord de la rivière Ping. Dans ce marché animé, vous pourrez déguster le khaep moo, une spécialité locale de chips de porc, pour une ultime immersion dans la délicieuse cuisine thaïlandaise !

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Marche : 2h30 (faibles dénivelés, du village aux chutes d'eau)

Transfert : 3h

Activité optionnelle : Massage traditionnel Thaïlandais (1h, à réserver sur place à 900 THB/personne)

Hébergement : Hôtel

JOUR 13 : CHIANG MAI - VOL RETOUR VERS LA FRANCE

Selon les horaires de vos vols, vous profiterez d'un peu de temps libre pour effectuer vos derniers achats, avant d'être transférés vers l'aéroport de Chiang Mai pour votre retour en France.

Repas compris : Petit-déjeuner

Transfert : 20min

JOUR 14 : ARRIVEE EN FRANCE

Vous arriverez soit le Jour 13 soit le Jour 14 en France (en fonction de vos horaires de vol).

IMPORTANT :

Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.

Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout événement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.



LE PRIX

Le prix comprend

- Les vols internationaux
- Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- L'hébergement comme indiqué dans l'itinéraire (en base chambre double partagée)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Le guide local francophone du J3 au J12
- Le guide local anglophone pour le trek les J9 et J10 (incluant le guide francophone)
- Tous les transferts mentionnés au programme
- Les visites des sites indiqués dans l'itinéraire

Le prix ne comprend pas

- Toutes prestations non mentionnées au programme
- Les repas non indiqués comme "compris" dans l'itinéraire (entre 5 et 15€ par repas)
- Le supplément single éventuel (390€/personne)
- Les boissons
- Les pourboires
- Les dépenses personnelles
- Les assurances rapatriement et multirisques
- Les frais de dossier (15€)

Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.

LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single

VOTRE VOYAGE

Le groupe

De 4 à 14 participants.

Sur certaines dates, il sera possible de confirmer le départ dès deux participants.

Niveau

Circuit découverte / randonnée de niveau facile (3 jours de marche). Cet itinéraire ne comporte aucune difficulté technique, mais il convient toutefois d'avoir une bonne condition physique justifiée par une pratique d'une activité physique régulière pour le trek des J9 et 10. Le J9, la randonnée se traduit par du dénivelé positif, c'est-à-dire que la quasi intégralité de la marche progresse en montée. Le J10, ce sera le contraire, elle progressera en descente. Les temps de marche sont donnés à titre indicatif ; les randonnées peuvent être plus ou moins longues selon la saison, le taux d'humidité et de chaleur,



pouvant allonger les temps de marche. Des petits passages à forte montée peuvent se présenter sur certaines visites et randonnées (pour rejoindre la tribu ou les temples par exemple).

Encadrement

L'encadrement est assuré dès votre arrivée à l'aéroport de Bangkok par un correspondant anglophone, qui vous attendra en porte 3 à la sortie de l'aéroport. Du jour 3 au jour 12, vous serez en compagnie de votre guide local francophone (rencontre le jour 3 au matin, vers 8h généralement). Vous serez accompagnés d'un guide anglophone en plus pour les deux jours de trek, en J9 et 10.

Transport

Minibus, bateau et transports locaux (train, métro, bateau taxi etc...)

Portage des bagages

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...). Vos autres bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre en véhicule.

Pour le trekking des jours 9 et 10, vos bagages resteront à l'hôtel de Chiang Mai. Vous devrez transporter un sac à dos avec tout le nécessaire et votre duvet (facultatif) pour les nuits chez l'habitant.

Repas/Boissons

- Les petits-déjeuners seront pris à l'hébergement.
- Les déjeuners seront pris sous forme de pique-nique ou dans des restaurants locaux.
- Les dîners seront pris à l'extérieur ou à l'hébergement.
- Les boissons ne sont pas comprises.
- Certains repas seront libres.

Hébergement

En chambre double partagée avec deux lits séparés (ou en single, avec supplément) dans des hôtels sympatiques et confortables de catégories locales 3 et 4*. Veuillez noter que le confort sera sommaire chez l'habitant et qu'il n'y aura pas de chambre individuelle possible. Il convient de prendre en considération que les nuits passées chez l'habitant se feront dans un espace commun avec matelas au sol et moustiquaires. Les sanitaires seront communs.

A titre indicatif, nous pouvons vous proposer ces hébergements ou équivalents :

Bangkok: iSanook Bangkok Hotel (ou similaire) / 2 nuits

Kanchanaburi : The Zeit River Kwai (ou similaire) / 1 nuit

Ayutthaya : Kwans Hotel (ou similaire) / 1 nuit

Phitsanulok : Topland Hotel (ou similaire) / 2 nuits

Phayao : Phuglong Hotel (ou similaire) / 1 nuit

Triangle d'Or : Chez l'habitant / 1 nuit

Chiang Rai : The Sann Hotel (ou similaire) / 1 nuit

Chiang Mai : Eurasia Hotel (ou similaire) / 2 nuits

Les hôtels sont donnés à titre indicatif sous réserve de disponibilité au moment de la réservation/confirmation du circuit. En cas d'indisponibilité, un hôtel de qualité équivalente sera proposé. Veuillez noter que la classification hôtelière et l'insonorisation des chambres est différente de celles constatées en France. Des bruits peuvent se faire entendre. Des boules Quies sont recommandées.

EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS : vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (notamment en cas d'inscription tardive).



Aérien

Les vols entre Paris et l'aéroport de Bangkok s'effectuent sur des compagnies régulières.

Vous recevrez votre convocation aéroport avec vos horaires d'avion définitifs quelques jours avant le départ. Pour vos réservations de pré et post acheminements, nous vous conseillons d'acheter des prestations (avion, train, hôtels, etc.) modifiables ou remboursables afin d'éviter tous risques de perte financière en cas de modification ou annulation de votre voyage.

Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants (liste non exhaustive) :

- Instruments tranchants comme les couteaux, rasoirs, limes à ongles, ou les ciseaux dont la lame dépasse 6cm
- Liquides, aérosols, gels et pâtes dans des contenants de plus de 100 ml (boissons, eau minérale, soupes, parfums, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, dentifrice, savons liquides, déodorants, etc...)
- Piles

Si vous avez des médicaments type inhalateur (asthme), traitements insuline, ou autres, munissez-vous d'une prescription de votre médecin ou de votre pharmacien.

Pour plus de précisions, consultez :

<http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagage-de-cabine/>

AVANT LE DEPART

Formalités d'entrée

Nous vous recommandons de vérifier les informations ci-dessous avant votre départ auprès des autorités concernées (ambassades, consulats), puisque des modifications peuvent avoir lieu.

- Pour tous les ressortissants français, le passeport, dont la validité est au moins égale à 6 mois à compter de la date de retour en France est obligatoire. Assurez-vous que votre passeport ne comporte pas d'anomalie particulière ni de déchirure sous peine de refus d'entrée sur le territoire.
- A partir du 1er mai 2025, tous les voyageurs étrangers devront impérativement faire une demande d'autorisation d'entrée sur le territoire dans les 72 heures précédant leur arrivée. Appelée la Thaïlande Digital Arrival Card – TDAC, la délivrance du document pour entrer en Thaïlande est disponible sur le site du gouvernement <https://tdac.immigration.go.th/>. Cette demande est gratuite à ce jour. Veuillez noter que son obtention ne constitue pas un droit d'entrée. Vous devez en plus, vous munir de votre passeport valide, d'un billet de retour et de justificatifs de ressources pour la durée de leur séjour.
- Depuis le 15 juillet 2024, les ressortissants français peuvent séjourner en Thaïlande jusqu'à 60 jours sans visa.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade de Thaïlande votre pays de résidence.

IMPORTANT : Veuillez noter que lors de votre inscription, vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement. Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir



sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Pour plus d'informations, un site utile : <http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/>

Santé

- Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour la Thaïlande, il est important d'être à jour dans vos vaccinations. Les vaccins diphtérie-tétanos-poliomyélite, fièvre typhoïde, et hépatites virales A et B sont recommandés. La vaccination contre la rage et encéphalite japonaise peuvent être proposés dans certains cas.
- Un traitement contre le paludisme est conseillé. Pensez à prendre des répulsifs anti-moustiques.
- Sur place, nous vous conseillons de ne pas boire l'eau du robinet. Préférez les eaux en bouteilles capsulées, ou pensez à purifier l'eau avec des capsules d'hydroclonazone. Évitez l'ingestion de glaçons, de jus de fruits frais, de légumes crus, de fruits non pelés et d'aliments (poisson, viande, volaille, lait) insuffisamment cuits. Pensez à vous laver régulièrement les mains avant chaque repas.

Demandez l'avis de votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.

Equipement

Bagage :

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 15kg avec un seul bagage par personne. Pensez à vous munir d'un cadenas.

Pensez à prendre un sac à dos pour y transporter vos affaires personnelles durant les 2 jours de trek (environ 35/40L) et éventuellement un petit sac à dos pour y mettre vos affaires de la journée pour les journées de visites.

Vêtements :

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- Les chaussures de randonnée à tiges hautes sont préconisées pour une meilleure tenue du pied et de la cheville. (Évitez les chaussures neuves, ou essayer les bien avant. Il est très important qu'elles soient imperméables et confortables)
- Un sac de couchage pour les nuits chez l'habitant ou un sac à viande (des couvertures pourront être fournies sur place)
- Sandales ou tennis pour le soir
- Chaussures pour aller dans l'eau
- Un sac imperméable pour votre appareil photo/passeport (pendant la descente en radeau)
- Paires de chaussettes (de randonnée et pour le soir)
- Pantalon de trekking
- Short ou bermuda
- Maillot de bain
- Serviette de bain
- Chemises ou T-shirts à matière respirante
- Polaire chaude
- Cape ou veste de pluie
- Foulard ou paréo pour les visites de temples (si épaules ou genoux découverts)
- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Trousse de toilette



- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Des boules Quies
- Protection solaire
- Gourde 1,5L minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale (pour les nuits chez l'habitant)
- Recharges ou piles pour appareils

Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : Aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, pastilles d'hydroclonazone pour purifier l'eau, et répulsifs anti moustiques.

Liens utiles

Ambassade de France en Thaïlande :
 Tour CAT, 23 ème étage Charoenkrung Road Bangrak
 Bangkok 10500
 Tél : [66] (0)26 57 51 00 /(0)26 27 21 00
<http://www.ambafrance-th.org>

INFORMATIONS PAYS

Géographie & Climat

La Thaïlande est un pays d'Asie du Sud-est, bordé à l'ouest par la Birmanie, à l'est par le Laos et le Cambodge, et au sud par la Malaisie. D'une superficie de 514000 km², elle possède deux ouvertures maritimes : La mer des Andaman et le golfe de Thaïlande.

Le nord du pays est montagneux, avec une végétation luxuriante constituée de jungle et de rizières. A l'est apparaissent quelques plateaux arides. Quant au sud du pays, il est réputé pour ses îles et ses lagons paradisiaques (Koh phi phi, Krabi, ou encore Koh Tao...).

Le climat est tropical humide. Il fait chaud toute l'année, mais on peut distinguer deux saisons :

La saison sèche de décembre à mai : Il fait chaud mais les nuits peuvent être froides.

La saison des pluies (mousson) de juin à novembre : Ensoleillé mais il y a de grosses averses (généralement assez brèves). Entre septembre et octobre, des typhons peuvent survenir.

La meilleure saison pour découvrir la Thaïlande est donc de décembre à mai.

Pour plus d'informations, n'oubliez pas de consulter les conditions météorologiques avant votre départ.

Budget & change

En Thaïlande, l'unité monétaire est le Bath (THB)

Février 2025 : 1 € = 35 THB

Attention, les taux de change fluctuent régulièrement. Renseignez-vous sur le taux fixé avant votre départ ou directement sur place. Les euros se changent partout, dans les bureaux de change ou dans les banques. Vous trouverez des distributeurs automatiques dans toutes les grandes villes. Pensez au budget pour vos dépenses personnelles.

Pourboires

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire. Nous vous conseillons 200 THB par jour et par



personne pour le guide + 100 THB par jour et par personne pour le chauffeur.

Décalage horaire

En Thaïlande, il y a + 6 heures de décalage en hiver, et + 5 heures en été.
Plus concrètement, s'il est 12h à Paris, il est 18h à Bangkok en hiver et 17h en été.

Electricité

220V, prises de types américaines. Pensez à emporter un adaptateur.

Photos & Vidéos

Pensez à vous munir de batteries ou recharges pour vos appareils. Pour tout portrait photo ou vidéo des gens que vous allez rencontrer, pensez à leur demander leur autorisation.

Us et coutumes

En Thaïlande, comme partout en Asie, il faut rester poli, ne jamais s'énerver, contredire quelqu'un, ni même élever la voix. On ne se serre pas la main et les gestes affectueux doivent rester discrets dans les lieux publics. Nous vous recommandons de porter des vêtements amples et discrets. Pour les femmes comme les hommes, évitez les shorts trop courts (préférez des bermudas au niveau du genou). Lors de la visite de temples, déchaussez-vous avant d'entrer, et soyez correctement vêtu (jambes et épaules couvertes). Pensez à contourner Bouddha par la gauche (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre). Il ne faut jamais toucher la tête d'une personne (même d'un enfant), c'est très mal vu. En aucun cas une femme ne doit toucher un moine, sinon celui-ci perdrait tous ses mérites acquis.

Quelques mots du quotidien

Bonjour : Sawatdii

Merci : Khoop Khoun

S'il vous plaît : Karouna

Comment allez vous ? : Khoun sabaai dii mai ?

Je vais bien merci, Sabaai dii, khoop khoun

TOURISME RESPONSABLE

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

Le Respect des Patrimoines

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :

- *le respect des sites culturels: ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant!, ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*



- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

Le respect des hommes se traduit par :

- *une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie: respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *la prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

Le Développement d'un Tourisme Equitable

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là



aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :

- *une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à maximiser les retombées économiques locales.*

La Qualité des Services et des Relations Humaines

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelque soit votre façon de voyager, quelque soit votre profil de voyageur, quelque soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !

