



*Nous vous invitons à découvrir le Cambodge et vous imprégner ainsi de l'essence même de l'Asie du Sud-est. Après avoir exploré la capitale Phnom Penh, vous partirez en direction de Battambang et du fameux lac Tonle Sap. Vous poursuivrez par l'incontournable site d'Angkor, véritable trésor archéologique, qui vous fera revivre la splendeur de l'empire Khmer.*

*Enfin, vous pourrez terminer votre séjour sur l'île de Koh Rong, une île paradisiaque aux plages de sable blanc pour vous détendre avant votre retour (à réserver au moment de l'inscription).*

*Entre paysages grandioses, temples enfouis dans la jungle et peuple souriant et chaleureux, vous succomberez à coup sûr à la magie du Cambodge !*



## POINTS FORTS

- Les temples d'Angkor, classés au patrimoine mondial de l'Unesco
- La visite du village flottant Kompong Pluk
- La découverte de la culture khmère
- La rencontre avec la population chaleureuse et la nuit chez l'habitant
- L'extension balnéaire libre sur l'île de Koh Rong

## ITINERAIRE

### JOURS 1 & 2 : PARIS - PHNOM-PENH

A votre arrivée à l'aéroport, vous serez accueillis par votre guide. Transfert et installation à l'hôtel. Selon vos horaires de vol, vous pourrez faire un premier tour de la ville avant votre dîner de bienvenue.

**Transfert** : 15km, 35 min environ

**Hébergement** : Hôtel

### JOUR 3 : PHNOM PENH

Cette journée sera dédiée à la visite de la capitale. Vous découvrirez le musée des Beaux-arts, le Palais Royal et la Pagode d'argent. L'après-midi, vous vous rendrez au marché central, gigantesque halle récemment rénovée et lieu d'échange le plus important de la ville avec plus de 2000 stands. Vous visiterez ensuite des vestiges d'architecture coloniale, le monument de l'indépendance et terminerez la journée par le Wat Phnom, sanctuaire bouddhiste le plus ancien de la ville.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Hébergement** : Hôtel

### JOUR 4 : PHNOM PENH

Après le petit déjeuner, vous partirez pour une excursion en bateau sur le fleuve Tonlé Sap jusqu'à l'île de Koh Dach. Cette dernière est réputée pour ses villages de tissage de la soie ainsi que pour son artisanat traditionnel. Vous poursuivrez par la visite de Tuol Sleng ou S21, ancienne prison tenue par la police politique du régime des Khmers rouges, puis par Choeung Ek, où étaient exécutés les prisonniers. Vous terminerez la journée par la visite du marché russe.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Hébergement** : Hôtel

**Navigation** : environ 1h30

### JOUR 5 : PHNOM PENH - BATTAMBANG

Le matin, vous prendrez la route en direction de Pursat. En chemin, vous visiterez la cité royale d'Oudong et découvrirez les villages de potiers aux alentours de Kompong Chhnang, au confluent du lac Tonlé Sap. L'après-midi, vous naviguerez autour du village flottant de Kompong Luong avant de prendre la route pour Battambang où vous passerez la nuit.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

**Transfert** : 320 km, 6h

**Croisière** : Environ 1h30

**Hébergement** : Hôtel



#### **JOUR 6 : BATAMBANG**

Après le petit déjeuner, vous partirez visiter le Phnom Sampeau, un ensemble de temples et de grottes situé au sommet d'une petite colline, dont certains sont encore habités par une poignée de moines. Vous bénéficierez d'une vue somptueuse sur les plaines environnantes.

Vous irez ensuite à la rencontre du célèbre train de bambou et ferez une balade à travers la campagne. Après le déjeuner, vous pourrez profiter du reste de la journée libre.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

**Transfert** : 80 km, environ 2h

**Marche** : 30 min

**Hébergement** : Hôtel

#### **JOUR 7 : BATTAMBANG - SIEM REAP**

Vous poursuivrez aujourd'hui par la visite de la plus ancienne pagode de la province où se trouvent les « Killing Field », lieux d'exécution des prisonniers par les soldats de Pol Pot. Vous reprendrez ensuite la route en direction de Siem Reap. En chemin, un arrêt sera prévu pour photographier les ateliers de sculpture sur grès de Chup Veary. Nuit à Siem Reap.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert** : 200 km, 3 à 4h

**Hébergement** : Hôtel

#### **JOUR 8 : SIEM REAP -VILLAGE FLOTTANT KOMPONG PLUK**

Après petit déjeuner, vous partirez explorer la ville de Siem Reap et ses pagodes, son vieux marché et son artisanat (tissage de soie, sculpture sur marbre, meubles...) et le musée de la guerre.

Vous poursuivrez par Kompong Phluk, ensemble de maisons sur pilotis situé dans la plaine inondable du lac Tonle Sap. Les paysages changent en fonction de la saison et du niveau du lac. Vous irez à la rencontre des villageois dont vous apprécierez l'amabilité et le sourire. Vous partagerez un moment de leur vie quotidienne. Dîner et nuit chez l'habitant.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

**Transfert** : 40 km, 1h

**Croisière** : Environ 1h30

**Hébergement** : Chez l'habitant

**IMPORTANT** : Il faudra prévoir de porter quelques-unes de vos affaires personnelles pour la nuit chez l'habitant. Vous retrouverez vos bagages dès le lendemain soir.

#### **JOUR 9 : TEMPLES D'ANGKOR**

Après le petit déjeuner chez vos hôtes, vous reprendrez la route en direction des temples d'Angkor. Vous débuterez alors la visite de cette cité grandiose, qui à son apogée, comptait plus d'un million d'habitants ! Aujourd'hui, les centaines de temples qui subsistent font la fierté du peuple cambodgien. Au programme de votre visite : Prasat Kravan, Srah Srang, Banteay Kdei, Ta prohm et Ta Keo. L'après-midi, vous poursuivrez avec Preah Khan, Neak Pean, Ta som, Mebon et Pre Rup.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert** : 50 km, 1h30

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 10 : TEMPLES D'ANGKOR**

Pour cette deuxième journée de visite, vous partirez à vélo explorer Angkor Thom qui couvre quelques 10km<sup>2</sup> avec la porte de la Victoire, le Bayon, le Baphuon, le Phimeanakas, les terrasses des éléphants et du roi lépreux qui se regroupent au cœur d'une enceinte fortifiée.

L'après-midi, vous troquerez votre vélo pour un tuk-tuk et irez à la découverte du majestueux temple d'Angkor Vat, l'édifice religieux le plus vaste de la planète. Vous pourrez y admirer son architecture unique et ses somptueux bas-reliefs.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert** : 60km, 2h

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 11 : KBAL SPEAN - BANTEAY SREI**

Le matin, vous partirez en direction de Kbal Spean, un lit de rivière taillé dans la roche et enfoui au beau milieu d'une jungle exubérante. Elle est également appelée « Rivière aux mille Linga » due aux divinités hindoues sculptées au fond du cours d'eau. Vous débuterez une petite randonnée à travers la forêt.

L'après-midi, vous poursuivrez par la découverte de Banteay Srei dédiée à Shiva. Ce temple vous émerveillera par sa couleur de grès rose et ses sculptures d'une finesse exceptionnelle. Vous terminerez cette journée par la visite du Banteay Samre datant du XII siècle.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

**Transfert** : 90 km / 2h

**Marche** : 3h

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 12 : SIEM REAP - PARIS**

Petit déjeuner à l'hôtel. Selon vos horaires de vols, transfert à l'aéroport et retour vers la France.

**Repas compris** : Petit déjeuner

### **JOUR 13 : ARRIVEE EN FRANCE**

*Selon vos horaires de vols, vous arriverez soit le jour 12 soit le jour 13 en France.*

## **POSSIBILITE D'EXTENSION LIBRE SUR L'ILE DE KOH RONG**

### **JOUR 12 : SIEM REAP – SIHANOUKVILLE – KOH RONG**

En fonction de vos horaires de vol, vous aurez le temps de profiter un peu de Siem Reap avant votre transfert pour l'aéroport et vol à destination de Sihanoukville. Dès votre arrivée, vous prendrez un bateau express en direction de l'île de Koh Rong. Fin de journée libre et nuit à Koh Rong.

**Repas compris** : Petit déjeuner

**Transfert** : 1h15 (vol intérieur) - 1h (bateau express)

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 13 : KOH RONG**

Vous pourrez profiter de cette journée libre pour vous détendre sur les plages paradisiaques de l'île (Long Beach est l'une des plus belles plages des environs !), faire du snorkeling, pêcher ou même partir à l'aventure dans sa jungle exubérante... A la nuit tombée, n'hésitez pas à vous attarder au bord de l'eau : vous aurez peut-être la chance d'y apercevoir les fameux planctons phosphorescents ! Et pour les fêtards, rendez-vous à Police Beach !

**Repas compris** : Petit déjeuner

**Hébergement** : Hôtel

#### **JOUR 14 : KOH RONG – SIHANOUKVILLE - SIEM REAP - VOL RETOUR**

En fonction de vos horaires de vol, profitez encore un peu de ce petit paradis avant votre retour à l'aéroport de Siem Reap pour prendre votre vol vers la France.

**Repas compris** : Petit déjeuner

**Transfert** : 1h (bateau express) - 1h15 (vol intérieur)

#### **JOUR 15 : ARRIVEE EN FRANCE**

*Selon vos horaires de vols, vous arriverez soit le jour 14 soit le jour 15 en France.*

**TARIF DE L'EXTENSION LIBRE uniquement possible de décembre à fin mai (sans guide) :**

**595 € / personne en chambre twin partagée**

**+120 € / personne en chambre single**

Le prix comprend l'hébergement avec petits déjeuners ainsi que les transferts mentionnés au programme dont les vols intérieurs et les transferts en bateau express.

**L'extension est à demander lors de votre réservation. Le prix de l'extension sera ajouté au prix du voyage « Angkor et toujours s'émerveiller... » lors du traitement de votre réservation.**

#### **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 évènement 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
- L'accompagnement par un guide local francophone
- Tous les transferts mentionnés dans l'itinéraire
- Toutes les visites et excursions mentionnées au programme

### **Le prix ne comprend pas**

- Toutes prestations non mentionnées au programme

- Les repas non indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Les boissons
- Les pourboires
- Le supplément single éventuel (350€/personne)
- Les frais de visa (30€/personne)
- L'extension libre sur l'île de Koh Rong
- Les dépenses personnelles
- Les assurances rapatriement, annulation 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
5. Des départs spéciaux pour les monoparentaux et leurs enfants

## VOTRE VOYAGE

### Le groupe

De 4 à 15 participants.

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

### Niveau

Circuit découverte de niveau facile (1 jour de marche). Les balades ne comportent aucune difficulté technique et sont accessibles à tous.

Pour la visite des temples d'Angkor à vélo la matinée du jour 10, il n'y a aucune difficulté technique (pas de dénivelés). Il faut s'assurer toutefois d'avoir une bonne maîtrise du vélo. Le cas échéant, il sera possible de louer un tuk-tuk (en supplément sur place).

### Encadrement

L'encadrement est assuré par un guide francophone spécialiste du pays.

### Transport

Minibus, bateau, vélo et tuk-tuk.

### 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.

## Repas/Boissons

- Les petits déjeuners seront pris à l'hébergement.
- Les déjeuners seront pris sous forme de pique-nique sur le terrain ou dans des petits restaurants locaux.
- Les dîners seront pris à l'extérieur ou à l'hébergement.
- Certains repas seront libres.

## Hébergement

En chambre double partagée avec 2 lits séparés (ou en chambre individuelle, avec supplément) dans de petits hôtels sympatiques et confortables de catégorie locale 3 étoiles. Chambre base double partagée chez l'habitant, bien que selon la taille du groupe cela peut-être une nuit en dortoirs.

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

Phnom Penh : Cardamon

Battambang : Classy

Siem Reap : Central boutique

Kompong Pluk : Chez l'habitant

*Il s'agit d'hôtels de catégorie équivalente 3\*. Veuillez noter que la classification hôtelière est différente de celle en vigueur en France.*

**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 internationaux entre Paris, Phnom Penh et Siem Reap et Paris s'effectuent sur des compagnies régulières. Il se peut que sur le tronçon Paris/Phnom Penh, il y ait deux escales (fonction des disponibilités aériennes).

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 d'arrivée au Cambodge, est obligatoire.
- A partir du 1<sup>er</sup> juillet 2024, tous les voyageurs devront détenir une carte d'arrivée électronique (Cambodia e-Arrival) 7 jours avant leur arrivée au Cambodge. Cette carte est à fournir en plus du visa, via le site [www.arrival.gov.kh](http://www.arrival.gov.kh)
- Pour le Cambodge, un visa est obligatoire. Vous pouvez obtenir un visa de tourisme électronique (e-visa, type T) via le site officiel des autorités cambodgiennes : [www.evisa.gov.kh](http://www.evisa.gov.kh). Le e-visa ne permet pas l'entrée par tous les postes-frontières terrestres, cependant il permet une arrivée depuis Phnom Penh et Siem Reap (liste des points d'entrée consultable sur [https://www.evisa.gov.kh/information/port\\_entry/3](https://www.evisa.gov.kh/information/port_entry/3)). Le coût est d'environ 36\$ (+ éventuels frais bancaires).
- Bien qu'il soit préférable pour les voyageurs de faire la demande de visa en ligne, sachez qu'il est également possible d'obtenir le visa à l'arrivée depuis les aéroports internationaux de Siem Reap et de Phnom Penh. Il vous sera délivré par les autorités, pour un coût de 35\$ environ (il vous faudra deux photos d'identité récente de format 4x6 cm, votre passeport et votre billet d'avion retour). Attention, faire son visa à l'arrivée ne dispense pas l'obtention de la carte d'arrivée électronique (Cambodia e-Arrival). Assurez-vous de la faire 7 jours avant votre départ.
- 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 du Cambodge de 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 :

Ambassade de France au Cambodge

1 boulevard Monivong

BP 18

Phnom Penh

Tél : 0085523 260 010

Numéro d'astreinte consulaire : 00855 12 591 209

Courriel : [ambafrance.phnom-penh-amba@diplomatie.gouv.fr](mailto:ambafrance.phnom-penh-amba@diplomatie.gouv.fr)

<https://kh.ambafrance.org/>

Ambassade du Cambodge en France

4 rue Adolphe Yvon

75116 Paris



Tél : 01 45 03 47 20

Courriel : [ambcambodgeparis@mangoosta.fr](mailto:ambcambodgeparis@mangoosta.fr)

Un site utile :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/cambodge>

## Santé

- Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour rentrer au Cambodge, il est important d'être à jour dans vos vaccinations. Ainsi, la mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite (DTP) est recommandée. La vaccination antituberculeuse est également souhaitable.
- Autres vaccinations conseillées : les vaccinations contre la fièvre typhoïde et les hépatites virales A et B peuvent être recommandées.
- La vaccination contre la rage et encéphalite japonaise peuvent être proposés dans certains cas.
- Un traitement contre le paludisme est également 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 15 à 20 kg selon la compagnie aérienne. Pensez à vous munir d'un cadenas.

Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 35/40L).

### 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)

- Sandales ou tennis pour le soir

- Paires de chaussettes (de randonnée et pour le soir)

- 1 pantalon de trekking

- 1 collant

- 1 short ou bermuda

- 1 maillot de bain

- 1 serviette

- Chemises ou T-shirts à matière respirante

- 1 polaire chaude

- 1 coupe-vent en Goretex ou Micropore

- Cape ou veste de pluie



- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Trousse de toilette
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Gants
- Bonnet ou bandeau
- Des boules Quies
- Protection solaire
- Gourde 1L minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale
- 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.

## INFORMATIONS PAYS

### Géographie & Climat

Le Cambodge est un pays d'Asie du Sud-est d'une superficie de 181 035 Km<sup>2</sup>, entouré par le Vietnam, la Thaïlande et le Laos.

Côté climat, le Cambodge connaît deux saisons :

L'hiver, de novembre à mars, la meilleure période pour visiter le pays. Relativement sèche, ses températures oscillent entre 25 et 30°C.

L'été, de mai à octobre, période très chaude (aux alentours de 35°C) avec de grosses averses relativement brèves en fin de journée.

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

### Budget & change

Au Cambodge, la devise est le riel (KHR). Cependant, c'est le dollar américain qui vous sera le plus utile. On vous rendra la petite monnaie en riels.

Juillet 2024 : 1€ = 4 480 KHR et 1\$ = 4 106 KHR

Vous pourrez changer facilement vos euros dans les banques ou pourrez retirer des dollars dans les distributeurs automatiques des grandes villes.

*Attention, les taux de change fluctuent régulièrement. Renseignez-vous sur le taux fixé avant votre départ ou directement sur place. Il est possible que les distributeurs automatiques ne fournissent que des billets en grosses coupures (100\$) en ville, privilégier le change à l'aéroport.*

### 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 recommandons un pourboire à partir de 5 € par personne et par jour pour le guide et 3€ par personne et par jour pour le chauffeur. Pensez au budget pour vos dépenses personnelles.

### **Décalage horaire**

Au Cambodge, il y a + 6 heures de décalage l'hiver, et + 5 heures l'été.  
Plus concrètement, s'il est 12h à Paris, à Siem Reap il est 18h en hiver et 17h en été.

### **Electricité**

Au Cambodge, ce sont les mêmes prises qu'en France.

### **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**

Au Cambodge, 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.

Il est d'usage de donner de l'argent aux mendiants, aux personnes âgées et aux mutilés de guerre.

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 pointer vos pieds dans la direction de Bouddha, ni 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**

Khmer (Cambodgien)

Bonjour : Suai s'dei

Au revoir : Lia sunhhao-y

Oui (pour les hommes) : Baat

Oui (pour les femmes) : jaa

Non : te

S'il vous plaît : Sohm

Merci : Aw kohn

Excusez-moi : Sohm Toh

Bonjour, comment allez-vous ? : Niak sohk sabaay te

## **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. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que 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 !**