



*Bienvenue au Laos, terre secrète encore méconnue !*

*Vous irez explorer ce pays aux multiples facettes, avec au programme : la visite de la capitale du pays Vientiane et ses monuments mélangeant arts lao, siamois et français, un voyage immersif en train jusqu'à Luang Prabang, une croisière sur les flots du Mékong à la découverte de grottes sacrées, la visite de temples bouddhistes incontournables et les rencontres inoubliables avec la population locale ! Vous profiterez aussi d'une reconnexion à la nature dans ce pays merveilleusement naturel !*

*Entre paysages grandioses, temples insolites et peuple chaleureux, les voyageurs en quête d'une Asie différente, authentique et multiethnique seront assurément séduits !*



## POINTS FORTS

- La découverte de Vientiane et du nord du Laos
- La croisière sur le Mékong de Luang Prabang à Pak Beng
- La visite d'un sanctuaire pour éléphants à Pak Beng
- La rencontre avec les différentes ethnies locales

## ITINÉRAIRE

### JOURS 1 & 2 : VOL POUR VIENTIANE

À votre arrivée à l'aéroport de Vientiane, vous serez accueillis par votre guide. Transfert à l'hôtel et journée libre pour vous reposer ou flâner dans la ville. Dîner de bienvenue dans un restaurant local.

**Repas compris (le jour 2) :** Dîner

**Transfert :** Environ 20 min (selon trafic)

**Hébergement :** Hôtel

### JOUR 3 : VIENTIANE

Le matin, vous commencerez par découvrir le plus ancien temple de Vientiane, le Vat Sisaket, érigé en 1818. Ce temple aux couleurs flamboyantes comportant près de 2000 statues de Bouddha vous plongera dans l'ancien royaume siamois ! Vous poursuivrez vers le Patuxay, un arc de triomphe aux influences laotiennes et françaises. Vous pourrez prendre un peu de hauteur et profiter d'une vue imprenable sur la ville. La balade se terminera au cœur du That Luang stupa, le lieu saint le plus important du Laos construit par le roi Setthathirat. Les rayons du soleil font briller de mille feux les façades de cet édifice en or ! L'après-midi, vous roulez en direction du parc des Bouddhas pour une parenthèse relaxante contrastant avec l'effervescence de la capitale. En fin de journée, vous rejoindrez les rives du Mékong pour le coucher de soleil.

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert :** 1h30 environ (A/R)

**Hébergement :** Hôtel

### JOUR 4 : VIENTIANE - LUANG PRABANG

Après un court transfert à la gare de Vientiane, vous monterez à bord d'un train en direction de Luang Prabang. Apprécié des locaux et de nombreux voyageurs, ce trajet vous permettra de contempler la campagne laotienne authentique avec ses petits villages entourés de rizières et de végétation luxuriante. À votre arrivée à Luang Prabang, vous visiterez le cœur de la ville et ses temples dorés dressés les uns à côté des autres ! Au programme : le Vat Visoun, le plus actif des temples de la ville, le Vat Aham et le Vat Xieng Thong, caractérisé par son élégance architecturale. S'en suivra la visite du palais royal, véritable musée ouvert qui vous donnera un bel aperçu de l'histoire locale. Après avoir gravi les 328 marches qui mènent au temple du Mont Phu Si, culminant à près de 100 mètres de hauteur, vous profiterez d'une vue panoramique sur la ville, le fleuve Mékong, la rivière Nam Khan et la cité royale. Le soir, rendez-vous au marché de la ville où les populations locales viennent vendre leurs productions (artisanat, argent, broderie ou tissus, entre autres).

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

**Transfert :** train (environ 2h), 30 min en minibus

**Hébergement :** Hôtel

### JOUR 5 : LUANG PRABANG - CASCADE DE KUANG SI

*Si vous souhaitez, il sera possible d'assister à la quête des moines bouddhistes au lever du soleil en centre-ville (entre 5h30 et 6h30 du matin).*



Aujourd'hui, vous explorerez les alentours de Luang Prabang. Vous vous rendrez au village de Ban Phong Van, situé au milieu de rizières luxuriantes et dominé par les montagnes boisées environnantes. Petite halte au cœur d'une riziculture afin d'en prendre davantage sur la culture et la préparation du riz ! Mettez la main à la pâte et plongez-vous dans la peau d'un riziculteur avant de profiter d'une dégustation de produits locaux fabriqués à base de riz.

L'après-midi, direction les chutes de Khuang Si ! Enfouie au beau milieu d'une végétation tropicale, cette cascade s'étend sur plusieurs niveaux et a creusé plusieurs piscines naturelles à l'eau bleu turquoise. Un lieu préservé de toute beauté très apprécié des locaux. N'oubliez pas votre maillot et un sarong !

Retour à Luang Prabang. En chemin, vous effectuerez quelques arrêts pour découvrir les ethnies laotiennes vivant en harmonie dans les villages de Ban Tha Pan, de Ban Ou, de Ban Na Ouane et de Ban Phanom. Vous en profiterez pour rencontrer les tisserands de soie et de coton réputés pour leur travail exceptionnel du tissu à la main.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert** : 32 km, environ 2h (A/R)

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 6 : LUANG PRABANG - GROTTES DE PAK OU - PAK BENG**

Réveil matinal pour débiter la croisière en direction de Pak Beng. Vous savourerez votre petit déjeuner au rythme du bateau fendant les eaux du Mékong avant de faire une première halte aux fameuses caves de Pak Ou, enclavées dans des falaises calcaires. Ce sanctuaire composé de deux grottes abrite des milliers de statuettes de Bouddha dont certaines atteignent parfois deux mètres de hauteur ! Une seconde grotte, fermée au public, contient une relique du Bouddha.

De retour à bord, vous profiterez d'un repas traditionnel laotien. La croisière se poursuivra jusqu'à atteindre le village traditionnel de Ban Baw, haut lieu de la fabrication d'alcool de riz. On y retrouve l'une des meilleures recettes du pays ! Arrivée prévue à Pak Beng aux alentours de 17h, installation à l'hôtel.

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

**Bateau** : 8h

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 7 : PAK BENG**

Aujourd'hui, vous vous immiscerez dans le quotidien des locaux installés à Pak Beng et ses alentours. Direction le village de Ban Kham situé entre campagne et forêt. Ses maisons construites en bois et en bambou abritent les Khmus, l'une des ethnies majoritaires du Laos. Vous partagerez un moment privilégié avec une famille de villageois qui vous dévoilera les secrets de l'épluchage du riz à la main. Votre guide vous présentera également les us et coutumes du village et des Khmus.

L'après-midi, vous partirez explorer les anciens temples Vat Sin Jong Jaeng et de Vat Khok Kho, datant de l'époque du colonialisme français. Vous finirez cette journée en douceur avec une visite du marché local.

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

**Transfert** : 175 km, 3h30

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 8 : PAK BENG - SANCTUAIRE POUR ÉLÉPHANTS**

Cette journée sera consacrée à la visite d'un sanctuaire pour éléphants situé aux alentours de Pak Beng. Votre guide et votre chauffeur vous mèneront au cœur de la jungle, un petit havre de paix pour les pachydermes. Sur place, vous serez accueillis par les « mahouts », les soigneurs et gardiens d'éléphants retraités. Vous profiterez d'une randonnée dans le sanctuaire pour observer et rencontrer ses différents pensionnaires. Cette expérience sera l'occasion d'en apprendre davantage sur le quotidien des soigneurs et sur les activités indispensables au bon fonctionnement du sanctuaire (le tissage, le tressage de bambou et la forge). La visite prendra fin aux alentours de 16h30 - 17h. Fin de journée libre à Pak Beng.

**Repas compris** : Petit déjeuner – Déjeuner

**Transfert** : 15min



**Hébergement :** Hôtel

### **JOUR 9 : PAK BENG - OUDOMXAY**

Le matin, vous prendrez la route en direction d'Oudomxay, un petit village agricole situé au cœur du nord du Laos. En traversant la campagne laotienne, vous croiserez sûrement quelques buffles, chèvres et agriculteurs travaillant au pied des collines vertes où les plantations et rizières bordées de fleurs endémiques s'étendent à perte de vue. Un décor digne d'une carte postale !

Dès votre arrivée, vous vous laisserez portés par le rythme doux de la vie rurale : fini l'effervescence, place au calme de la campagne ! Bordant la rivière Nam Beng, Oudomxay est dominé par le Mont Phou That. En cours de journée, vous gravirez le mont qui vous donnera accès à un point de vue exceptionnel sur la ville et la végétation abondante en contrebas.

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

**Transfert :** 116km, 3h environ

**Hébergement :** Hôtel

### **JOUR 10 : OUDOMXAY - NONG KHAIW**

Après le petit-déjeuner, vous reprendrez la route pour rejoindre le village de Nong Khaiw. Changement de décor ! Laissez-vous guider et partez à la découverte de ce village installé au bord de la rivière Nam Ou et entouré de montagnes. Cette visite menée par votre guide vous conduira jusqu'aux grottes de Tham Phatok ayant servi de cachettes aux locaux lors de la guerre du Vietnam. Ces hautes cavités et ces nombreuses caves creusées dans la montagne méritent le détour. Vous terminerez la journée à vélo ! Direction le point de vue de Nong Khaiw qui vous offrira un magnifique coucher de soleil sur les rives du Mékong.

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

**Transfert :** 130km, 3h30 environ

**Hébergement :** Hôtel

### **JOUR 11 : NONG KHAIW - LUANG PRABANG**

Le matin, vous reprendrez la route en direction de Luang Prabang. Arrivée prévue en début d'après-midi. Cette fin de journée sera entièrement libre, profitez-en pour prévoir vos derniers achats souvenirs !

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert :** 140km, 3h30 environ

**Hébergement :** Hôtel

### **JOUR 12 : LUANG PRABANG (OU VIENTIANE) - RETOUR EN FRANCE**

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

**Repas compris :** Petit déjeuner

**Transfert :** 30min environ

**Note :** Selon les disponibilités des vols, il est possible que le vol retour se fasse depuis Vientiane. Le changement de ville de départ n'impactera pas le déroulement des activités sur le programme. Nous vous préviendrons des arrangements envisagés si tel est le cas cependant.

### **JOUR 13 : ARRIVÉE EN FRANCE**

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

Sachez qu'il est possible de faire un combiné Laos/Thaïlande "On s'taille en Thaïlande" ou Laos/Vietnam/Cambodge "De la baie d'Halong aux temples d'Angkor". Ces voyages peuvent s'effectuer avant ou après ce circuit, n'hésitez pas à en faire la demande au moment 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 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
- Le trajet en train Vientiane/Luang Prabang
- L'hébergement en hôtel (en base chambre double partagée)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Les guides locaux francophones
- Tous les trajets mentionnés au programme
- Les visites des sites comme indiqués dans l'itinéraire

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

- Toutes prestations non mentionnées au programme
- Les repas non indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Le supplément single éventuel (490€/personne, hors nuits chez l'habitant)
- Les boissons
- Les pourboires
- Les dépenses personnelles
- Les frais de visa pour le Laos
- 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 (2 jours de marche). Les balades à pied ne comportent aucune difficulté technique et sont accessibles à tous.

### Encadrement

L'encadrement est assuré par des guides locaux francophones spécialistes de chaque région.

### Transport

Minibus, bateau et train.

### 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 de petits restaurants locaux
- Les dîners seront pris à l'hébergement ou seront libres

### Hébergement

En chambre double partagée avec deux lits séparés (ou en single, avec supplément), dans de petits hôtels sympathiques et confortables de catégorie locale 2 ou 3 étoiles, et en dortoir chez l'habitant (confort sommaire, avec électricité, sanitaires communs sans eau chaude, possibilité de dortoirs selon taille du groupe). Attention, les Laotiens et les Asiatiques en général ont l'habitude de dormir tôt le soir et commencer la journée un peu avant le lever du soleil. Les murs des chambres dans la plupart des hébergements (incluant les hôtels, qu'importe leur classification) sont fins et des bruits peuvent se faire entendre la nuit (bateau, poulailler, scooter...)

Nous vous proposons, à titre indicatif, les hébergements suivants :

Vientiane : Vientiane Plaza ou Season River Side

Luang Prabang : Villa Chitdara or Villa Saykham ou équivalent

Pakbeng : Le Grand Pakbeng ou le Mekong Villa

Oudomxay : Charming Laos

Nong Khaiw: Nong Khaiw River Side



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 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 entre Paris et l'aéroport de Vientiane et de Luang Prabang s'effectuent sur des compagnies régulières. Les vols comporteront une à deux escales à aller comme retour. Pas de vols directs possibles. 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 DÉPART

### 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.
- Un visa est exigé pour entrer au Laos. Son obtention est sous votre responsabilité. Vous pouvez en faire la demande avant votre départ (50\$): <https://laoevisa.gov.la>, mais sachez qu'il est possible de l'obtenir à votre arrivée à l'aéroport de Vientiane. Prévoir 2 photos d'identité et 41\$ (pensez à faire le change). Les voyageurs doivent s'assurer que la date d'entrée est bien apposée sur leur passeport, par le service de l'immigration, au risque de devoir payer une amende (au moins 50\$) pour séjour illégal au Laos.
- 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 Laos 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. À 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 du Laos en France

74 avenue Raymond Poincaré

75016 Paris

Site web : <http://www.ambalaos-france.com/home/>

**Sites utiles :** <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/laos>

**Santé**

- Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour le Laos, 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 peut être proposée dans certains cas.
- Un traitement contre le paludisme peut être conseillé. Pensez aussi 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 vaccination international.*

**Équipement**

**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 12 ou 15kg avec un seul bagage par personne. Pensez à vous munir d'un cadenas.

Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 30L).

**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 essayez-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
- 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
- Papier hygiénique
- 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, couverture de survie, et répulsifs anti moustiques.

### Liens utiles

Ambassade de France au Laos :

Rue Setthathirath, BP 06

Vientiane

Tél : 00856 21 26 74 00

Permanence consulaire : 00 856 20 55 51 47 51

Courriel : [consulat.vientiane-amba@diplomatie.gouv.fr](mailto:consulat.vientiane-amba@diplomatie.gouv.fr)

Site Web : <https://la.ambafrance.org/>

## INFORMATIONS PAYS

### Géographie & Climat

Le Laos a des frontières avec la Thaïlande, la Birmanie, la Chine, le Cambodge, et le Vietnam. D'une superficie de 236800 km<sup>2</sup>, il ne possède aucune façade maritime, il est seulement arrosé par le fleuve Mékong. Le Laos est essentiellement constitué de montagnes et de hauts plateaux.

Le climat est un climat tropical. De mi-novembre à mi-février, c'est la saison sèche et fraîche. De mi-février à mi-mai, c'est la saison sèche et chaude. Quant à la mousson, elle s'étend de mi-mai à mi-novembre.

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

### Budget & change

Au Laos, l'unité monétaire est le Kip.

Juillet 2024 : 1 € = 24 180 Kip

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.*

### 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 5€ par jour et par



personne pour le guide, puis 3€ pour le chauffeur. Pensez au budget pour vos dépenses personnelles.

### **Décalage horaire**

Au Laos, 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 Luang Prabang en hiver et 17h en été.

### **Électricité**

Au Laos, il s'agit en général de 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**

Au Laos, 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**

**Lao :**

Bonjour : Sabaai-dii

Merci : Khwap jai

Excusez-moi : Khaw thoht

C'est combien ? : Thao dai?

Oui : aemnaelv

Non : bo

S'il vous plaît : kaluna...

Où se trouve l'hôtel « X » ? : ohngaehm « X » yusai ?

## **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 !**

