

VIETNAM

# CAMBODGE : EXTENSION AU ROYAUME KHMER

- › Visite des temples d'Angkor en vélo, tuk-tuk et à pied
- › Nuit chez l'habitant sur le lac Tonlé
- › Hors des sentiers battus: petits temples khmers perdus en pleine nature

À PARTIR DE

**1 065 €**

DURÉE

6 jours

THÉMATIQUE

En couple / Entre amis

Suite à votre **découverte variée du Vietnam**, vous traversez la frontière pour remonter le Mékong en bateau jusque Phnom Penh, la capitale du Cambodge. Après avoir exploré cette ville moderne vous remontez encore plus au nord, vers Siem Reap, porte d'entrée des temples d'Angkor. A pied et en vélo, vous explorez la majestueuse cité d'Angkor classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, ainsi que des petits temples khmers perdus en pleine nature.

Vous vous baladez au coeur de la campagne cambodgienne et terminez ce beau voyage à Tonle Sap, où vous changez complètement de décor. Vous y naviguez au milieu de villages lacustres à la découverte d'un mode de vie unique. Voilà un joli périple qui permet de découvrir le Vietnam et le Cambodge, deux pays à la fois si similaires et si différents...

## QUAND PARTIR ?

Voici les meilleures périodes pour réaliser ce voyage. N'hésitez pas à demander plus de conseils à nos experts locaux !

janvier

février

mars

avril

mai

juin

juillet

août

septembre

octobre

novembre

décembre

# LE PROGRAMME JOUR PAR JOUR

## JOUR 1

### CHAU DOC- TRAVERSÉE DE LA FRONTIÈRE - PHNOM PENH

- > Transport : Bateau rapide, Voiture avec chauffeur (3h30)
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner

Votre chauffeur vous accompagne à la poste frontière du Cambodge . Vous embarquez sur un bateau de ligne et naviguez au fil du Mékong jusqu'à Phnom Penh, la capitale cambodgienne. Accueil par un guide francophone cambodgien et votre chauffeur à la descente du bateau; Installation à l'hôtel puis l'après-midi libre. Découvrez la capitale cambodgienne à votre guise avec la visite du musée national et la pagode d'Argent, deux sites incontournables de la ville.

Guidé (sauf sur le bateau)

## JOUR 2

### SUR LA ROUTE POUR SIEM REAP

- > Transport : Véhicule avec chauffeur (6h)
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Départ avec votre guide par la route vers la ville de Siem Reap.

En cours de route, arrêt pour découvrir une spécialité locale, la mygale frite des environs du village de Skun. Ce sont des montagnes de mygales qui sont présentées à la gourmandise des chalands....

Puis, découverte des temples préangkoriens de Sambor Prei Kuk initialement appelé Içanapura : première capitale de la région du grand lac. Cette cité constitue le plus important des sites préangkoriens avec quelque soixante monuments répertoriés et classés. Une balade à pied sera organisée à travers la forêt afin de rejoindre les 3 groupes composés de tours en brique.

Arrivée à Siem Reap en fin de journée où vous pouvez faire un premier tour d'immersion dans cette ville aux portes de la cité angkorienne. Soirée libre

## JOUR 3

# TEMPLES SECRETS ET CASCADES DANS LA JUNGLE CAMBODGIENNE

- > Transport : Voiture avec chauffeur
- > Hébergement : Chez l'habitant
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Départ en véhicule avec un guide local pour le temple de Bantey Srei, la citadelle des Femmes, et le joyau de l'art angkorien du Xe siècle. Taillé en pierre rose, ce temple hindou dédié à Shiva est remarquable pour la finesse exceptionnelle de ses sculptures. Puis direction la rivière aux mille lingas. Vous marchez dans les forêts de la montagne sacrée pour atteindre ce site et découvrez la rivière sculptée datant du XIe siècle. Repos et pique-nique sur le site. Cascade - baignade suivant la saison. En début d'après-midi, départ pour Beng Mealea, le temple mystérieux perdu dans la jungle. Visite du temple puis marche autour des douves du site pour découvrir le village de Beng Mealea. Nuit chez l'habitant au cœur de la campagne cambodgienne.

Guidé

## JOUR 4

# ANGKOR WAT ET VILLAGES FLOTTANTS DU LAC TONLÉ

- > Transport : Voiture avec chauffeur, Bateau
- > Hébergement : Chez l'habitant
- > Repas inclus : Petit-déjeuner, déjeuner & dîner

Le matin, visite d'Angkor Wat puis vous partez en direction du grand lac du Cambodge et d'eau douce de l'Asie du Sud-Est : le Tonlé Sap. Embarquement sur un bateau traditionnel en bois, navigation pour découvrir le lac et ses villages flottants. Allez à la rencontre de ses habitants et de ses artisans pour observer la vie quotidienne des gens qui y habitent. Pour une expérience unique, vous dormez chez l'habitant dans une maison flottante.

Guidé

## JOUR 5

# VISITE DES TEMPLES D'ANGKOR EN VÉLO

---

> Transport : Bateau, Voiture avec chauffeur, Vélo

---

> Hébergement : Hôtel

---

> Repas inclus : Petit-déjeuner & déjeuner

---

Retour en bateau et transfert à Angkor, la grande citadelle de l'empire khmère. En vélo, vous découvrez les murailles encore enfouies dans la forêt de cette ancienne ville pour déboucher sur le temple des tours aux 4 visages. Déjeuner sur place, puis visite d' Angkor Thom "la grande ville royale". Visite du temple aux fromagers et randonnée le long du réservoir d'eau pour atteindre le Ta Nei et le fameux Preah Khan. Nuit à Siem Reap.

Guidé

## JOUR 6

# FIN DE SÉJOUR À SIEM REP

---

> Transport : Voiture avec chauffeur

---

> Repas inclus : Petit-déjeuner

---

Temps libre. En fonction de vos horaires de vol, transfert à l'aéroport. Fin de séjour.

Journée libre

### À NOTER

*Ce programme est une suggestion d'extension au Cambodge, ce séjour est 100% personnalisable (programme, durée, gamme d'hébergement, guide...) en fonction de vos envies et des contraintes logistiques. **Il peut être transformé en séjour à part entière.***

*Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide accompagnateur se réserve le droit de modifier l'itinéraire du voyage, pour votre sécurité et celle du groupe.*

*Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments : niveau de marche des participants, conditions météorologiques, état du terrain, taille du groupe etc.*

*Les temps de transferts peuvent aussi varier car ils dépendent de la condition des routes et de la circulation mais aussi de la taille de véhicule utilisé.*

# PRIX

## Budget

- › Base 2 personnes : **1065€ par personne**
- › Base 4 personnes : **689€ par personne**

## Le prix comprend

- › L'encadrement par des guides accompagnateurs francophones comme indiqués dans le programme
- › L'hébergements comme indiqués dans le programme
- › Les transferts sur place en véhicules privatisés avec des chauffeurs non francophones
- › Les repas comme indiqués dans chaque jour par jour

## Le prix ne comprend pas

- › Les vols internationaux
- › L'assurance voyage multirisques sans/avec extension épidémies
- › Les frais de visa (consulter la rubrique "formalités")
- › Les repas non mentionnés au programme : comptez 4€ à 10€ pour un repas
- › Les boissons et dépenses personnelles
- › Les pourboires aux équipes locales
- › Les excursions, les visites et les activités proposées au programme *des journées libres*

## À payer sur place

- › Les boissons
- › Les activités et visites lors des journées libres
- › Les pourboires à votre discrétion

## Options

- › L'assurance voyage multirisques - avec extension épidémies

# DÉTAIL DU VOYAGE

## Encadrement

- › Un guide local francophone vous prend en charge à la descente de l'embarcadère à Phnom Penh.
- › Vous retrouvez un autre guide francophone à Siem Reap. Il vous fait découvrir les trésors d'Angkor du J2 au J5
- › Des chauffeurs locaux pour l'ensemble des transferts routiers.

## Alimentation

### Repas :

Parce que l'alimentation est aussi le plaisir du marcheur, nous portons une attention particulière au contenu des repas et à leur préparation.

Repas en ville dans les restaurants locaux, cuisine vietnamienne raffinée, riche et variée.

Hors des villes, repas préparés par nos soins pendant les treks et sur le bateau dans le delta du Mékong. Certains repas à votre charge à Hanoï.

### Gastronomie :

La cuisine est aussi extraordinaire que variée!

Le riz et le poisson sont les ingrédients phares de la cuisine cambodgienne. Au carrefour de l'Asie du Sud-Est, la gastronomie cambodgienne est un beau mélange de toutes les civilisations qui ont influencé ce pays de "passage". Goutez à l'*amoc*, un délicieux poisson cuit dans une feuille de bananier agrémenté de noix de coco et de citronnelle ou au *Loc Lac*, du bœuf mariné avec un riz parfumé aux épices! Les repas commencent presque tous par un samlor, une soupe aux diverses déclinaisons. Les végétariens ne seront pas en reste avec les succulentes salades et curry servis dans tous le pays. Le soir, place aux marchés de nuits, l'occasion de goûter à la cuisine de rue et aux brochettes de fruits tropicaux: un délices pour les papilles

### Boissons :

Les boissons sont à votre charge.

## Hébergement

### › Hôtels à Phnom Pehn :

Vous serez accueillis dans un petit hôtel moderne au coeur du quartier touristique, très pratique pour vous balader facilement à la découverte des monuments de la capitale.

### › Hôtel à Siem Reap :

Vous serez logés dans un petit hôtel de charme à proximité du centre-ville. De style traditionnel cambodgien, il a le grand avantage d'être calme et de posséder une belle piscine et un grand jardin.

### › Nuits chez l'habitant:

1 nuit en maison khmère et 1 nuit en maison flottante. Dans ces maisons, traditionnelles, vous serez logés en chambre commune mais tout a été aménagé pour votre confort (douche possible tous les soirs) . Les matelas, oreillers et moustiquaires doubles sont fournis

## Déplacement

- › Itinéraires routiers réalisés en véhicule privatisé
- › Trajet Phnom Pehn - Siem Reap en bus local - *possibilité de le réaliser en voiture privée*
- › Visite des temples d'Angkor en tuk-tuk et en vélo
- › Navigation sur le lac du Tonle Sap en bateau traditionnel privatisé

## Budget & change

Au Cambodge, le meilleur choix de devises est le dollar US en espèce. Tout peut être payé en dollars (ne pas changer en Riel local). Prévoyez des dollars US (en espèces) pour payer votre visa au Cambodge.

Reportez vous sur le site internet "<http://www.xe.com>", afin de suivre l'évolution du taux de change au jour le jour. Les distributeurs automatiques sont répandus dans les grandes villes mais peu présents en campagne.

## Pourboires

Il s'agit d'une pratique enracinée dans les traditions asiatiques, qui se fait dans le cadre d'un échange en remerciement d'un travail donné. En fonction de votre satisfaction, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Prévoyez un budget de 35 à 45 EUR par participant pour un voyage de deux semaines et un budget de 55 à 65 EUR pour un voyage de trois semaines pour l'ensemble de l'équipe d'encadrement (guide Altai francophone, chauffeurs, guides locaux, cuisinier...). En aucun cas ces indications ne sont obligatoires, le pourboire n'est pas un dû et n'est jamais un salaire. Pour faciliter la gestion des pourboires, nous vous conseillons de constituer une cagnotte dès le début de votre voyage. Vous pouvez demander l'aide de votre guide, qui pourra vous conseiller sur les montants de pourboires à donner à l'ensemble de l'équipe de manière équitable.

## Bagages

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80 L environ et de 15 Kg maximum. Pas de valise.

Les bagages sont transportés par véhicule et porteurs.

- Un petit sac à dos (contenance environ 40 l) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique nique du midi, lunettes, petit matériel...

Pour le petit trek, ne prenez que les affaires dont vous aurez besoin (8 kg maximum dans un petit sac que vous aurez préparé le J05 au soir) qui seront mises dans les sacs des porteurs sur les portes bagages des motos.

# ÉQUIPEMENT

## Vêtements à prévoir

- › 1 Casquette ou chapeau pour le soleil.
- › 1 foulard pour protéger le cou.
- › T-shirts, de préférence en matière technique à séchage rapide.
- › 1 polaire légère ou équivalent.
- › 1 polaire chaude ou équivalent (utile de décembre à février).
- › 1 veste coupe-vent imperméable respirante à capuche de type Gore-Tex.
- › 1 cape de pluie.
- › 1 ou 2 shorts longs.
- › 1 pantalon de marche confortable (idéalement avec jambes détachables).
- › 1 paire de chaussures de "trekking" imperméables, confortables, avec une tige montante et semelle adhérente (type Vibram) .
- › 1 paire de chaussures légères ou de sandales pour le soir ou pour les étapes en ville.
- › Paires de chaussettes de marche.

## Equipement à prévoir

- › Drap de sac (possibilité d'acheter sur place des draps de sac en soie : petit et confortable)
- › Une trousse de toilette et serviette de bain
- › Crème de protection solaire (visage et lèvres)
- › Lampe frontale, avec piles et ampoules de rechange
- › Gourde de 1,5 litre minimum, légère et isotherme
- › Couteau de poche, multi-usages de préférence
- › Maillot de bain

## Pharmacie

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels : votre traitement contre le paludisme, médicaments habituels si en cours de traitement, crème solaire hydratante, stick à lèvres, pastilles d'hydrochlazone ou Micropur (pour l'eau), élastoplast et tricostérol, ciseaux, vitamines C, collyre neutre, doliprane et / ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antimoustiques, antibiotique courant (facultatif), seconde peau pour parer aux ampoules.

# FORMALITÉS & SANTÉ

## Passeport

Obligatoire et valide encore 6 mois après la date de votre retour.

## Visa

Pour tout séjour d'une durée de plus de 45 jours, ou pour un séjour à entrées multiples, un visa est obligatoire.

La demande de visa s'effectue auprès de l'Ambassade du Vietnam à Paris ou via le site du portail national de l'immigration du Vietnam qui délivre un e-visa pour les séjours d'une durée maximale de 30 jours avec une seule entrée.

Dans tous les cas, la date d'expiration du passeport français ne doit pas être inférieure à six mois à la fin de validité du visa ou du séjour au Vietnam.

## Carte d'identité

Non.

## Vaccins

La présentation de résultats de tests pour la COVID 19 n'est plus exigée à l'arrivée sur le territoire vietnamien.

Il est conseillé de manière générale de suivre les recommandations des autorités locales et de consulter le site internet de l'ambassade de France au Vietnam ou du consulat général à Hô Chi Minh-Ville.

## Recommandations sanitaires

### Paludisme

Le paludisme (ou malaria) est une maladie parasitaire (potentiellement grave) transmise par les piqûres de moustiques. Les mesures classiques de protection contre les moustiques durant la soirée et la nuit sont fortement recommandées (cf. ci-après). À noter qu'il n'existe plus de transmission de paludisme en zone urbaine au Vietnam.

S'agissant du traitement médicamenteux, il convient de s'adresser avant le départ à son médecin traitant ou à un centre hospitalier spécialisé dans la médecine des voyages. Le traitement devra être poursuivi après le retour en France, durant une durée variable selon le produit utilisé. Durant le séjour et pendant les deux mois qui suivent le retour, en cas de fièvre, un avis médical doit être pris rapidement afin de mettre en œuvre dès que possible un traitement antipaludique éventuel.

### Dengue

La transmission de la dengue s'effectue par l'intermédiaire de moustiques infectés. Les symptômes de la maladie s'apparentent à ceux de la grippe (forte fièvre, douleurs articulaires, maux de tête). Il

n'existe actuellement pas de traitement préventif contre l'infection de la dengue, mais un vaccin est en cours de développement. En cas de fièvre, un avis médical doit être pris rapidement. La prise en charge est donc avant tout symptomatique : prise d'antalgiques à base de paracétamol et le repos. Il faut impérativement éviter la prise d'aspirine et d'anti-inflammatoire. La prévention individuelle repose essentiellement sur les moyens de protection contre les piqûres de moustiques (cf. ci-après).

### Encéphalite japonaise

Cette maladie, qui n'existe qu'en Asie, se transmet par des moustiques, en zone rurale. Des cas humains ont été recensés dans les provinces du nord du Vietnam. Ces cas peuvent être mortels ou engendrer des séquelles neurologiques graves. De ce fait, la vaccination contre l'encéphalite japonaise peut être nécessaire. Dans le cadre d'un voyage touristique, les protections physiques (vêtements longs, répulsifs, etc.) semblent efficaces. En cas de fièvre, il est vivement recommandé de consulter un médecin.

### Chikungunya

La transmission du Chikungunya est possible. Il n'existe actuellement pas de traitement préventif. La prévention individuelle repose essentiellement sur les moyens de protection contre les piqûres de moustiques (cf ci-après).

### Zika

Il s'agit d'une maladie virale transmise par les piqûres de moustiques de type Aedes. Des cas de transmission du virus par voie sexuelle ont également été rapportés. Les symptômes de la maladie sont généralement modérés (fièvre, maux de tête, douleurs articulaires, éruptions cutanées). Toutefois, la survenue de complications graves telles que des cas de microcéphalies chez des nouveau-nés de femmes enceintes infectées par le virus et des complications neurologiques tels que des syndromes de Guillain Barré est attestée.

Il est conseillé aux femmes enceintes ou ayant un projet de grossesse de reporter leur voyage, et à défaut de consulter un médecin avant le départ afin de recevoir une information sur les risques d'une infection à Zika. Il est primordial de respecter les mesures de prévention des piqûres de moustique, d'éviter tout rapport sexuel non protégé pendant le voyage avec une personne ayant pu être infectée par le virus Zika. Au retour de voyage, il est fortement conseillé de consulter un médecin spécialiste indépendamment de la présence de signes évocateurs.

## Spécificités

### **L'obtention de votre visa est sous votre responsabilité.**

Trois possibilités pour l'obtenir:

➤ Avant votre départ: Vous pouvez obtenir votre visa auprès du consulat du Cambodge à Paris. Pièces nécessaires: Formulaire de demande de visa dûment rempli (téléchargeable sur le site de l'ambassade) + 1 photo d'identité.

Passeport valable au minimum 6 mois après la date de votre retour (original + une copie) et comportant au moins 2 pages vierges + 40 euros. Le visa est valable 1 mois dans les 3 mois qui suivent sa délivrance.

➤ Visa électronique: Il est désormais possible d'obtenir un visa électronique pour le Cambodge depuis le site du ministère des affaires étrangères du Cambodge ([www.evisa.gov.kh](http://www.evisa.gov.kh)). Coût visa: 30 \$ + 7 \$ de frais de traitement. Cette option vous permet de gagner du temps à l'arrivée à l'aéroport de Phnom Penh ou de Siem Reap.

En effet, il suffira à ce moment-là de présenter le visa électronique que vous aurez reçu par mail au poste frontière, en échange duquel le visa vous sera apposé dans votre passeport.

Sur le formulaire de visa cambodgien, il vous faut remplir une adresse sur place. Ci-dessous celle que vous pouvez indiquer: CLAREMONT ANGKOR BOUTIQUE HOTEL No.0017, Phum Wat Bo, Sala Kamreuork Siem Reap, Cambodia tel + 855 063 966898 fax 063966998

➤ A votre arrivée:

Vous pouvez également obtenir le visa sur place : à l'aéroport d'arrivée (Siem Reap ou Phnom Penh) ou au poste frontière terrestre.

Le prix de visa est d'environ 35 \$. Prévoir des dollars pour le règlement + 1 photo d'identité à donner sur place.

Les informations mentionnées ne sont qu' indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ. Vaccin obligatoire : Traitement anti-paludéen recommandé. Même si aucun vaccin n'est obligatoire, vous vous assurerez cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés. Centre de vaccination : Institut Pasteur Tel : 01 40 61 38 00 ou [www.pasteur.fr](http://www.pasteur.fr)Hôpital de la Pitié Salpêtrière Tel : 01 42 16 00 00. Coordonnées Ambassade et Consulat : Consulat du Vietnam 62, rue Boileau 75016 PARIS Tel 01 44 14 64 00 Ambassade et Consulat du Cambodge : 4, rue Adolphe Yvon 75116 PARIS. Tel 01 45 03 47 20. Ouverte tous les jours du lundi au vendredi de 09h00 à 13h00.

# ASSURANCE

## Assurances au choix

- > **Assurance multirisque** : 4,3 % du voyage par personne
- > **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- > **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- > **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.