



La Route des Sens

LAOS

Voyage équitable et solidaire



Découverte des provinces de Vientiane, Luang Prabang Et Oudomsay au Nord-ouest du Pays + Extension Sud

La diversité des ethnies Thai qui composent la population laotienne, la courtoisie et la sagesse légendaire des bouddhistes, sont l'essence même d'un subtil mélange dont seule l'Asie connaît la recette.

Traversée du fleuve Mékong, rencontres villageoises, découverte des rizières, des productions de coton, visite des temples bouddhistes...
Ce voyage est une invitation à la rencontre et au partage de la culture Laotienne...

Itinéraire 16 Jours + Extension Sud 6 jours

.....

Jour 1 : Vol France / Luang Prabang.

Jour 2 : Luang Prabang

Arrivée à Luang Prabang dans la matinée. Installation dans une maison d'hôtes familiale du centre ville. Repos sur les bords du Mékong, ou en flânant dans cette capitale religieuse du Laos, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1995. Découverte des massages laotiens avec la Croix Rouge de Luang Prabang.

Jour 3 : Luang Prabang

Visite guidée de la ville. Vous irez faire un tour au marché puis visiterez l'ancien palais royal et les très belles pagodes de cette cité religieuse en privilégiant le Wat Xieng Mouane, le Wat des hollandais, le très célèbre Wat Xieng Thong. Petite ascension de la montagne sacrée Phou Si. Pour le déjeuner, vous irez goûter les soupes de nouilles traditionnelles ou pour ceux qui le souhaitent, le Khao Soi, une soupe spéciale du nord du Laos. Dans la soirée, vous goûterez à des spécialités familiales du nord du Laos.

Jour 4 : Luang Prabang / Nong Kiaw

Matinée libre, possibilité de faire un tour à dos d'éléphant ou de flâner dans la ville. En fin de matinée, route vers Nong Kiaw. Balade entre les montagnes en pain de sucre, au travers des rizières ou vers les sites historiques de la guerre révolutionnaire Laotienne. « Découverte du sauna aux plantes médicinales » (si indisponible, cette activité pourra être organisée à Luang Prabang). Nuit à Nong Kiaw.

Jour 5 : Nong Kiaw / Muang Koua

Une journée en remontant la rivière Nam Ou. Halte dans des villages isolés, baignade, déjeuner pique-nique au bord de l'eau, visite de villages d'artisans. Arrivée en fin de journée à Muang Koua, petit chef lieu de district de la province de Phongsaly, relais important sur la route du Vietnam et de Dien Bien Phu. Dîner et nuit dans une hôtel (Confort simple).

Jour 6 : Muang La

Route vers le district de Muang La (2-3h). En collaboration avec des guides de randonnée de la province d'Oudomsay, marche dans la région de Muang La, à travers de belles rizières ou sur les pentes des montagnes, jusqu'à un village K'mou. Dîner et nuit avec les habitants (confort sommaire).

Jour 7 : Muang La / Oudomsay

Nous passerons la matinée avec les villageois : balade aux environs du village, vers les champs de riz de montagnes ou pose de pièges dans la forêt. Repas pris tous ensemble en forêt. Dans l'après-midi, retour vers la vallée et route jusqu'à Oudomsay (1h), capitale du Nord tournée vers la Chine toute proche. Nuit à l'hôtel.

Jour 8 : Oudomsay/ Namet/ Pakbeng

Retour dans la vallée le matin. Route vers Oudomsay et le district de Muang Beng ou vous découvrirez l'artisanat de coton contemporain des Tai Leu au village de Namet. Un projet de la coopération japonaise s'est consacré à la promotion et à l'amélioration de la production d'étoffes de coton. Rencontre de cette ethnie minoritaire. Découverte des techniques de culture, de filage, de teinture et de tissage du coton, ainsi que sa place dans la vie des habitants. Déjeuner en compagnie des villageois. Poursuite de la route, vers Pakbeng, le long du Mékong. Nuit à Pakbeng dans un hôtel.

Jour 9 : Pakbeng/ Mekong/ Luang Prabang

Embarquement sur une jonque de batelier marchand. Une journée sur le fleuve Mékong, à la rencontre de ceux qui empruntent ce fleuve mythique, unique voie de communication entre Luang Prabang, certaines provinces du nord du Laos et la Thaïlande. Halte aux grottes de Pak Ou. Arrivée en fin de journée à Luang Prabang. Nuit dans votre maison d'hôte. Dîner libre afin d'apprécier la diversité qu'offre la ville.

Jour 10 : Tha Pène/ Luang Prabang

Route vers le village de Tha Pène. Balade en moyenne montagne en compagnie des villageois, à la recherche d'aliments dans les forêts avoisinantes. Préparation et dégustation autour d'un feu, des mets cueillis. Visite de la cascade de Kuang Si et baignade. Retour en fin de journée vers Luang Prabang. Dîner et nuit dans votre maison d'hôte.

Jour 11 : Luang Prabang / Vang Vieng

Une journée en route vers Vang Vieng au travers de magnifiques paysages de montagnes du Nord (6-7h de route étalée dans la journée). Arrêt à Kassi. Rencontre avec un groupe de micro crédit de la Société Lao Farmer et discussion autour de leur projet. Poursuite vers Vang Vieng. La famille Fritchithavong sera votre famille hôte pendant ce séjour. Dîner en leur compagnie et nuit dans leur propriété.

Jour 12 : Vang Vieng

Une journée de détente et de découverte de la région de Vang Vieng en compagnie de M. Fritchithavong, qui vous présentera son projet au village de Na Thong. Visite de grotte et baignade dans les résurgences. Découverte des villages de cette région. Dîner libre afin d'apprécier la diversité qu'offre la ville.

Jour 13 : Vang Vieng /Lac de Nam Ngum

Le matin, balade à la grotte de Chang pour profiter des panoramas et de la nature autour de Vang Vieng. Route vers le lac de Nam Ngum (c'est selon la saison, 45mn ou 2h45 si le niveau des eaux est trop bas, de Mars à Août). Traversée du lac et dégustation de poissons à la façon laotienne sur une des nombreuses îles désertes. Nuit dans un hôtel du bord du lac.

Jour 14 : Lac de Nam Ngum / Vientiane

Route vers Vientiane (2h). Vous ferez une petite ballade guidé à travers la capitale laotienne afin d'admirer les monuments tels que la Stupa du That Luang, symbole de la nation laotienne. Vous ferez un tour dans un des grands marchés de la capitale en compagnie d'une mère de famille. Préparation avec elle de spécialités laotiennes et dégustation. Nuit dans une charmante maison d'hôtes de la capitale.

Jour 15 : Vientiane

Le matin, visite des ateliers de la société Lao Farmer, qui transforme des produits venant des campagnes laotiennes pour l'exportation. Présentation de la société et dégustation. Temps libre dans la capitale, possibilité de profiter d'un massage ou d'un bain de vapeur et de faire quelques derniers achats pour ceux qui quittent l'aventure et regagnent la France ... (Selon les horaires d'avion, transfert pour l'aéroport et vol). Pour ceux qui poursuivent la route, dîner et transfert pour le bus de nuit en direction de Paksé.

Jour 16 : Arrivée en France.

Les jours 6 et 7 peuvent être inversés suivant les disponibilités de vos hôtes

La Route continue ... Extension Sud 6 Jours

Jour 16 : Paksé / Région des 4000 îles

Arrivée à Paksé le matin. Balade dans la ville, vous en profiterez pour prendre un petit déjeuner puis aurez l'occasion de vous rafraîchir avant de prendre la route vers la région des 4000 îles. A cet endroit, le Mékong se divise en une multitude de bras. Ces terres basses sont très riches pour les cultures et la pêche. Visite des chutes de Pha Peng. Nuit dans une belle chambre d'hôtes sur l'île de Done Khone, afin de profiter de la beauté naturelle du lieu.

Jour 17 : Région des 4000 îles

Une journée de détente sur les îles, balade en bateau, à pied ou à vélo. Nuit dans la chambre d'hôtes sur l'île de Done Khone.

Jour 18 : Région des 4000 îles / Ile de Done Deng

Route vers le village de Kiet Ngong. Balade à dos d'éléphant, au travers d'une forêt protégée, jusqu'à une ancienne citadelle Khmère. Poursuite vers l'ancienne capitale du royaume du Laos du sud, Champassack. Nuit sur l'île de Done Deng, en face de Champassack, sur les bords du Mékong, dans la maison d'accueil du village ou, pour ceux qui le souhaitent, au sein des familles du village (confort sommaire). Le village de Done Deng fait partie d'un projet de développement touristique tourné vers les communautés rurales du Laos, projet mis en place par le gouvernement laotien et financé par la banque de développement asiatique.

Jour 19 : Champassack / Wat Pou

Détente au bord du Mékong sur l'île de Done Deng. Balade autour de Champassack vers le site du temple pré-angkorien Wat Pou. Nuit dans la maison d'accueil du village ou au sein des familles villageoises de Done Deng (confort sommaire).

Jour 20 : Ile de Done Deng / Plateau des Bolavens

Route pour le plateau des Bolavens (1h). Avec son microclimat particulier et ses terres très riches, les français ont voulu exploiter très tôt le potentiel de ce territoire en mettant en place des cultures autour du café, du thé, et du maraîchage. Journée sur le plateau des Bolavens, au travers des plantations de thé et de café partenaires des coopératives Lao Farmer. Discussion autour des techniques de culture et de commercialisation. Vous pourrez écouter le point de vue des producteurs du « Commerce Equitable » et échanger à ce sujet. Balade dans la campagne, visite de cascades. Nuit aux chutes de Tad Fane dans un hôtel de campagne ou dans un hôtel de Paksé.

Jour 21 : Plateau des Bolavens / Paksé / Bangkok / France

Route vers Paksé (1h), vous pourrez prendre un peu de temps au marché pour les derniers achats. Transfert vers la frontière thaïlandaise, jusqu'à Oubon Ratchathani et vol pour la France (Cette dernière journée pourra être modifiée suivant les plans de vol).

Jour 22 : Arrivée en France

Ce séjour est destiné aux voyageurs en quête de rencontres, d'échange et d'authenticité. Mais il a aussi pour vocation de donner aux « populations locales » la possibilité de s'exprimer. Vous êtes leurs invités. La richesse du voyage est de pouvoir les côtoyer, de participer à leurs activités, de connaître un peu mieux leur mode de vie au quotidien et d'échanger avec elles.

Beaucoup de personnes qui vous accueillent sur le parcours ne sont pas des professionnels du tourisme. Les conditions et la façon d'accueillir pourront vous sembler parfois déroutantes. Mais la population locale ne doit pas trop s'adapter aux demandes des voyageurs étrangers si elle veut garder son authenticité et sa fierté. C'est au voyageur de faire le dernier pas (après ce long trajet en avion...), vers un nouveau monde qu'il est venu découvrir.

Vous alternerez des conditions jugées parfois difficiles avec des intermèdes plus faciles. Ce voyage demande donc un goût pour la découverte, une certaine philosophie, peut-être aussi de la patience.



Les projets solidaires : 6% du prix du voyage reversés directement aux populations

Notre programme d'aide concerne les populations du Nord du Laos. Ces communautés villageoises nous soumettent, par l'intermédiaire de Robert Rozine notre coordinateur, leur projet de développement et La Route des Sens, après étude du dossier, accorde ou non le financement. Une convention est alors signée entre les différents partenaires. Ces projets sont réalisés en partenariat avec les villageois, et suivis sur place par Robert Rozine. Voici donc les projets réalisés ou en cours de réalisation depuis 2007.

Programmes réalisés:

Village de Tha Pène : cette population est composée de 104 familles habitant près d'un ruisseau. Leurs principales activités sont l'élevage, l'agriculture et la pêche.

Construction et aménagement d'un réseau d'adduction d'eau pour tout le village, et installation de bornes fontaines et de cuves à infiltration qui permettent une meilleure gestion des eaux usées. Participation à la construction de 21 sanitaires et la réparation de la fosse sceptique de l'école.

Village de Ban Pavie : Restauration du réseau d'eau courante avec la création de 2 bornes fontaines supplémentaires, construction d'un château d'eau.

Réparation du toit de l'école.

Village de Namet : Participation à la construction de 2 salles de classe pour le groupe scolaire.

Village de Done Sampan : Electrification du dispensaire et pose du carrelage.

Village de Ban Pavie : Achat d'un motoculteur communal.

Village de Oudomsay : Achat de livres pour le centre de la jeunesse,

Village de Namet : Création d'une salle de lecture, avec l'achat de plus de 500 livres et documents éducatifs pour tout âge (enfant et adulte).

Village de Done Deng : Réparation de la toiture de la maison d'hôte communautaire.

Formation de guides au « Tourisme Solidaire »,

Village de Nong Kiaw : Achat de tables et chaises pour l'école,

Village de Nakhoy : Amélioration des bornes fontaines et mise en place d'un élevage communautaire.

Informations Pratiques

Robert Rozine vit au Laos depuis de nombreuses années, il est le coordinateur de ce séjour. Il est également très impliqué dans les projets de développement. Depuis 2 ans, il sensibilise et forme des guides laotiens à une approche différente du voyage, afin de favoriser l'échange avec les populations locales. Au travers de ces formations de guides locaux, il souhaite transmettre et développer les idées du Tourisme Solidaire et Equitable.

Vos GUIDES

Mme Watt, M. Khamoune, M. Sack ou M. Bounty sont les guides qui vont vous accompagner sur une partie du circuit et des séjours proposés. Ils vous feront partager les richesses de leur merveilleux pays.

LES POINTS FORTS

- Rencontre avec les populations villageoises laotiennes et partage de leur mode de vie,
- Voyage sur le fleuve Mékong en compagnie des marchands,
- Visite de la petite ville typique de Luang Prabang,
- Marché « exotique » et riche en couleurs de Vientiane,
- Découverte des 4000 îles.

TOUT AU LONG DU SEJOUR

Niveau sportif : être capable de marcher pour une petite randonnée d'une journée (sans difficulté). Environ 2-4 heures de marche les jours 6, 7 et 10. Pour le reste du circuit, quelques courtes balades, sans difficulté lors des visites de sites. Pendant la mousson, les pluies peuvent rendre les marches difficiles, voir impossibles. Le parcours des jours de marche pourra être modifié ou annulé en conséquence.

Hébergement :

- **Confort simple:** hôtel standard en ville ou chambre d'hôte au confort simple (accueil familial).

Des chambres parfois petites mais confortables, effort pour la décoration et salle de bain à l'intérieur. L'eau chaude et l'air conditionné ne sont pas toujours au rendez-vous.

- **Confort sommaire:** les logements sont parfois très simples et rudimentaires, mais convenables (moustiquaires, nattes, matelas, oreillers) et avec un point d'eau à l'extérieur des chambres. Prévoir un sac à viande et/ou un duvet.

- **Matériel :** Matelas et moustiquaires sont fournies sur place. Prévoir un sac à viande ou un duvet léger (de fin novembre à Mars). Les villageois peuvent parfois vous fournir des couvertures sinon il est possible d'en acheter sur place au marché local (2-3 €).

- **Option chambre single :** Les personnes du même sexe sont susceptibles d'être regroupées dans des chambres de deux personnes, sauf demande de chambre single. Pas de possibilité de chambre single au village près de Muang La, et au village sur l'île de Done Deng les nuits des J6, J18 et J19.

Transports : Minibus / Bateau

Passeport : Obligatoire et valide plus de 6 mois à compter de la date de départ.

Visa : Il n'est pas obligatoire au départ de France, il sera pris sur place, prévoir 2 photos. (Environ 30 €). Une taxe supplémentaire (16 €) sera à régler directement à l'aéroport lors du circuit 22 jours.

Santé : Pas de vaccination obligatoire. Un traitement antipaludéen peut être conseillé (voir auprès de son médecin traitant).

Décalage horaire : Eté +5h, Hiver +6h.

Durée du Vol : 13 heures

Monnaie : Le Kip Lao et l'euro sont les monnaies les plus utilisées. Attention : Les Kips Lao devront être utilisés en totalité ou bien changés sur place car cette monnaie n'est pas échangeable de retour en France. A titre indicatif 1 € = 11000 Kips.

Pourboire : Bien sûr le pourboire fait plaisir dans ce pays, mais ce n'est pas du tout une obligation. Il est simplement considéré comme l'argent du cœur. Des petits cadeaux provenant de votre région ainsi que des photos présentant votre mode de vie toucheront peut-être encore plus. Comme partout, il n'y a pas de règle, c'est à l'appréciation de chacun. Conformément aux règles du tourisme solidaire, les personnes travaillant sur ce séjour sont payées de manière « Juste et Equitable ». Mais si vous appréciez vraiment une personne ou un service, si vous voulez faire un petit geste supplémentaire, c'est possible, mais pensez au juste montant. (Quelques exemples : serveur au restaurant (0,5-1 €), porteurs (0,25-0,5 €), masseurs (0,5-1 €), chauffeurs de bus ou de bateau (1-2 €/ jour).

Calendrier et tarifs

Dates et prix - Saison 2012		PRIX TTC	
Base 6 à 8 participants - Maximum 8 participants Taxes d'aéroport incluses			
16 JOURS	22 JOURS	16 jours	22 jours
11/02 au 26/02/12	... au 03/03/12	2705 €	3295 €
18/02 au 04/03/12	... au 10/03/12	2705 €	3295 €
17/03 au 01/04/12	... au 07/04/12	2705 €	3295 €
14/04 au 29/04/12	... au 05/05/12	2705 €	3295 €
14/07 au 29/07/12	... au 04/08/12	2945 €	3535 €
28/07 au 12/08/12	... au 18/08/12	2945 €	3535 €
11/08 au 26/08/12	... au 01/09/12	2945 €	3535 €
20/10 au 04/11/12	... au 10/11/12 *	2705 €	3295 €
10/11 au 25/11/12	... au 01/12/12 *	2705 €	3295 €
17/11 au 02/12/12	... au 08/12/12 *	2705 €	3295 €

Un supplément est appliqué et facturé 35 jours avant votre départ si le nombre de voyageurs minimum n'est pas requis. Si d'autres voyageurs venaient par la suite compléter le voyage ce supplément vous serait remboursé.

Groupe de 4 à 5 participants :
supplément 270 € / personne

Supplément chambre single :
Itinéraire 16 jours : 95 €
Itinéraire 22 jours : 160 €

Réduction enfant -12 ans :
190 €

Les tarifs sont donnés à titre indicatif sous réserve des prix communiqués par les compagnies aériennes pour cette saison qui tiennent compte des variations liées aux augmentations de carburant. Ils pourront faire l'objet de modifications.

* Nos tarifs sont valables jusqu'au 14/10/2012. Ils sont susceptibles d'évoluer après cette date, veuillez nous consulter.

Les prix comprennent :	Ils ne comprennent pas :
<ul style="list-style-type: none"> • Les vols internationaux et vols intérieurs • Les taxes aéroport (estimées à 280 €) • Les transports sur place • L'encadrement par un guide local • Les activités et les entrées dans différents sites • Les hébergements et les repas • L'assurance rapatriement • Les équipements nécessaires au bon déroulement du séjour (moustiquaires...) • L'eau minérale pendant le séjour dans les villages et pendant les repas • La part solidaire de 6% pour les projets de développement. 	<ul style="list-style-type: none"> • L'adhésion à La Route des Sens (individuel : 23 €, couple et famille : 40 €). • L'assurance annulation optionnelle (2.5%) • Les frais de visas (30 \$) • Les boissons en dehors des repas • Les dîners de J1, J9, J12 et J15

La Route des Sens est membre de :

