



Voyage solidaire 2024
Peuples et Montagnes du Mékong





PEMM

vosre interlocuteur direct

peuplesetmontagnesdumekong@gmail.com
09 81 36 40 54

Itinéraire

JOUR 1 : Arrivée à VIENTIANE



JOUR 2 : Vol de VIENTIANE à PHONSAVAN

JOUR 3 : Plaine des Jarres

JOUR 4 : Départ pour LUANG PRABANG

JOUR 5 : Visite Palais Royal/VAT MAI/VAT XIENG THONG

JOUR 6 : Départ pour NONG KHIAW/MUANG NGOI NEUA

JOUR 7 : Randonnée MUANG NGOI

JOUR 8 : Départ pour MUANG KHUA, puis sur la ville de MAI

JOUR 9 : Départ pour MUANG XAY, hôpital de MUANG LA

JOUR 10 : Parc NAMKAT YORLA PA /CHOM ONG

JOUR 11 : Visite de l'hôpital provincial d'OUDOMXAY

JOUR 12 : Départ pour PAK BENG

JOUR 13 : Départ LUANG PRABANG, Cascades de KHOUANG SY

JOUR 14: LUANG PRABANG/aéroport de VIENTIANE

JOUR 15: Arrivée à LYON





« Le LAOS SOLIDAIRE » 15 jours /14 nuits sur place

Jour 00 : DEPART

Date : Mardi 22 octobre 2024

Vol à l'international

Jour 01 – VIENTIANE

Date : Mercredi 23 octobre 2024

Accueil des voyageurs à l'aéroport de Vientiane par un guide francophone.

Transfert en minibus à l'hôtel Sabaidie@Lao et installation.

Déjeuner libre (non inclus – à la charge des voyageurs).

Début d'après-midi libre pour se remettre du vol long courrier.

Possibilité d'une petite promenade à pied pour aller découvrir quelques pagodes de la capitale,

. **Vat Sisaket**, le plus ancien monastère de la ville, construit en 1818, et épargné par les soldats siamois lors de la destruction de la ville en 1827.

. **Vat Si Muang**, le temple le plus fréquenté de la capitale, où les habitants viennent chercher la protection de Sy, la déesse protectrice de la ville.

Promenade sur les berges du Mékong où les habitants de la capitale aiment se retrouver en fin de journée pour se détendre ou faire un peu d'exercice. S'y est installé un petit marché de nuit où se mélangent locaux et touristes.

Diner dans un restaurant local.

Nuit à l'hôtel Sabaidie@Lao (ou similaire).

JOUR 02 VIENTIANE/PHONESAVAN (PLAINE DES JARRES) (AVEC GUIDE)

Date : Jeudi 24 octobre 2024

Petit déjeuner à l'hôtel

Le matin, visite du **centre Autism Lao**, et remise de matériel par l'association.

Si le temps le permet, fin de la visite de la capitale avec les 2 monuments les plus emblématiques de la cité, **le That LUANG**, grand stupa devenu un des symboles de la nation, ainsi que **le PATUXAY**, imposant arc de triomphe en ciment posé en plein centre.

Déjeuner dans un restaurant local.

Puis transfert à l'aéroport de **VIENTIANE**.

Envol pour Phonesavan, la capitale de la province de **XIENG KHOUANG** où se trouvent dispersés les mystérieux sites de **la Plaine des Jarres**.

Arrivée dans le courant de l'après-midi, transfert et installation à Mullberry Farm, une exploitation et entreprise sociale où vous pourrez découvrir l'ensemble du processus de fabrication de la soie. **Mullberry Farm** propose également quelques bâtiments pour accueillir les voyageurs.

Si le temps le permet, vous partirez à la découverte du site 1 de la Plaine des Jarres, où l'on peut observer les plus imposantes jarres.

Diner à **Mullberry Farm**.

Nuit à Mullberry Farm.



Jour 03 – PHONESAVAN (PLAINE DES JARRES AVEC GUIDE)

Date : Vendredi 25 octobre 2024

Petit déjeuner.

Puis départ matinal pour la visite des sites 2 et 3 de la Plaine des jarres, qui se situent à une trentaine de kms de la ville et où les jarres se cachent dans 2 cadres très différents : colline de résineux pour l'un, au milieu des rizières irriguées pour l'autre.

Déjeuner dans un restaurant local.

L'après-midi, retour vers **Phonesavan**, et découverte du petit musée provincial, ouvert il y a quelques années qui permet d'aborder 2 autres thématiques importantes de la région : l'histoire contemporaine tragique de la région, et notamment les bombardements massifs américains pendant la guerre du Vietnam, ainsi que sa diversité ethnique et culturelle.

Vous finirez la journée en découvrant tout le process de fabrication de la soie à Mullberry Farm, du plant de murier jusqu'au textile.

Dîner à **Mullberry Farm**.

Nuit à **Mullberry Farm**.

Jour 04 – Départ pour LUANG PRABANG

Date : Samedi 26 octobre 2024

Départ en bus pour LUANG PRABANG

Arrêt pour le repas de midi à PHOUKHOUN

Arrivée et installation à la Sabaïdee Guesthouse

Dîner à LUANG PRABANG à la Confluence (entre le Mékong et la NAM KHAT) sur les bords du Mékong.

Jour 05 - Visite Palais Royal/VAT MAI/VAT XIENG THONG

Date : Dimanche 27 octobre 2024

Petit déjeuner à la Sabaïdee Guesthouse.

Le matin, visite en Touk-Touk de la ville, classée au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'UNESCO et découverte de :

Marché du matin de BAN PAKHAM, où les locaux viennent faire leurs courses.

Visite du Palais Royal, devenu musée national.

Visite du VAT MAI, un des plus beaux monastères de la ville avec une toiture très ouvragée, et une façade en bas-relief doré.

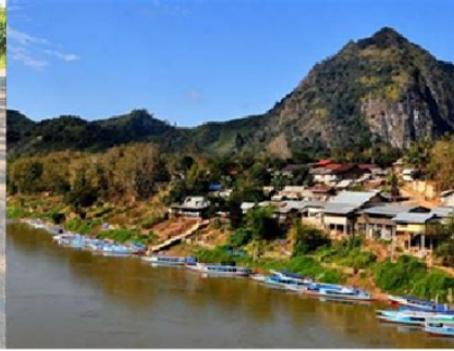
En fin de matinée, transfert au centre des enfants sourds-muets et déjeuner sur place. Visite du garage motos/vélos financé par PEMM ainsi que la machine à potabiliser l'eau. Remise de matériel d'arts plastiques

En fin d'après-midi, ascension du Mont PHOUSI pour une vue panoramique de la ville, du Mékong et découverte du VAT XIENG THONG, le plus beau temple de la ville.

Fin de journée libre

Dîner libre non inclus

Nuit en **Guest House**.



Jour 06 -Départ pour NONG KHIAW/MUANG NGOI NEUA

Date : Lundi 28 octobre 2024

Départ en bus de la Sabaidee Guesthouse pour NONG KHIAW
Embarquement sur de petits bateaux traditionnels pour remonter la NAM OU jusqu'à MUANG NGOI NEUA
Arrivée en fin d'après-midi et installation à l'hôtel
Fin de journée libre
Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 07- Randonnée MUANG NGOI

Date : Mardi 29 octobre 2024

Départ pour une journée de randonnée facile dans les environs de MUANG NGOI.
Découverte de la grotte de THAAM KANG où les villageois venaient s'abriter pendant les bombardements durant la guerre civile.
Randonnée jusqu'au village de BAN HOUEY SENE (minorité Khamu) et de BAN NA avant de revenir à l'hôtel à travers les rizières.
Déjeuner dans un restaurant local en cours d'excursion.
Au retour, les plus courageux pourront monter jusqu'au sommet de POU PANOI qui permet de profiter d'un beau point de vue sur la vallée de la rivière NAM OU.
Fin de journée libre
Dîner libre et nuit à l'hôtel.

Jour 08- Randonnée MUANG NGOI

Date : Mercredi 30 octobre 2024

Départ pour MUANG KHUA (arrêt déjeuner sur les bords de la NAM OU) et poursuite sur la ville de MAI en suivant la route menant à DIEN BIEN PHU.
Visite des installations (réseau d'eau et potabilité de l'eau) faites à l'hôpital de MAI par Peuples et Montagnes du Mékong. Accueil par le Directeur de l'hôpital. Remise de matériel médical.
Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 09- Départ pour MUANG XAY

Date : jeudi 31 octobre 2024

Départ en bus pour la ville de MUANG XAY
Visite des installations faites par Peuples et Montagnes du Mékong à l'hôpital de MUANG LA
Arrivée et installation à l'hôtel Villa KEOSEUMSACK
Dîner libre au marché de nuit et nuit à l'hôtel.



Jour 10 - Parc NAMKAT YORLA PA /CHOM ONG

Date : vendredi 1er novembre 2024

Le matin, découverte du Parc NAMKAT YORLA PA à quelques kilomètres de XAY et déjeuner pique-nique sur place aux cascades.

Achat de matériel scolaire pour l'école de CHOM ONG

En début d'après-midi, départ pour le village Khamu de CHOM ONG

Accueil par les villageois en costume traditionnel.

Visite des installations du réseau d'eau effectué par Peuples et Montagnes du Mékong

Soirée festive avec danses traditionnelles.

Dîner et nuit en dortoir.

Jour 11- Visite de l'hôpital provincial d'OUDOMXAY

Date : Samedi 2 novembre 2024

Visite le matin de la grotte de CHOM ONG, une des plus grandes grottes du Laos

Retour sur la ville de XAY

Visite de l'hôpital provincial d'OUDOMXAY et conférence sur le développement de cet hôpital avec la participation de Peuples et Montagnes du Mékong.

Échange avec Hélène BATELLIER, Médecin Pédiatre de PEMM sur ses missions

Si la visite n'est pas possible, possibilité d'aller à Houn et d'y dormir.

Dîner libre au marché de nuit et nuit à l'hôtel Villa KEOSEUMSACK

Jour 12- Départ pour PAK BENG

Date : Dimanche 3 novembre 2024

Départ en bus pour la ville de PAK BENG sur les rives du Mékong.

Déjeuner en cours de route

Visite des installations de réseau d'eau faites par Peuples et Montagnes du Mékong au centr de santé de NAVANG. Remise de matériel médical.

Visite du camp de protection des éléphants sur l'autre rive du Mékong

Arrivée à PAK BENG et installation dans une guesthouse.

Dîner libre et nuit

Jour 13 - Départ LUANG PRABANG

Date : lundi 4 novembre 2024

Départ le matin de PAK BENG en bateau pour LUANG PRABANG (environ 5 heures)

Déjeuner sur le bateau

Arrivée en début d'après-midi à LUANG PRABANG et installation à la Sabaidee Guesthouse

Visite des cascades de KHOUANG SY, un des plus beaux sites du Laos.

Temps libre pour l'achat de souvenirs.

Dîner libre au marché de nuit de LUANG PRABANG.



Jour 14 - LUANG PRABANG/ aéroport de VIETIANE

Date :Mardi 5 novembre 2024

Petit déjeuner à la Sabadee Guesthouse

Transfert à la gare de LUANG PRABANG pour un départ en TGV (chinois) pour VIENTIANE.

Transfert à l'aéroport de VIENTIANE pour un départ pour la France.



OFFRE TARIFAIRE

TARIFS /PERS :

Prix/personne en chambre Double	Prix non définitif
8 personnes	1500 €
9 / 10 personnes	1400 €
11 / 12 personnes	1300 €
Supplément Chambre individuelle	200 €
Vol Vientiane – Xieng Khouang (Phonesavan)	100 €

Ce prix comprend :

- Les transferts, les excursions et visites mentionnés au programme,*
- *L'hébergement en chambre double/twin avec le petit-déjeuner dans les établissements prévus au programme*
 - *Les repas mentionnés dans le programme*
 - *Les services d'un guide accompagnateur local parlant français du jour 1 au jour 15*
 - *Les billets de train entre Luang Prabang et Vientiane.*

Ce pris ne comprend pas :

- *Vos billets d'avion jusqu'à VIENTIANE. (L'association essaiera néanmoins d'obtenir un tarif de groupe).*
- *Les frais de visa Laos (40\$/personne).*
- *Les taxes de sortie d'aéroport.*
- *Les repas indiqués comme libres.*
- *Les boissons consommées au cours des repas et/ou en dehors (mini bar...).*
- *Les dépenses à caractère personnel et l'assurance de voyage.*
- *Les prestations non mentionnées dans le programme : repas, visites, services, les frais d'autorisation pour l'utilisation des caméras et appareils photos sur certains sites.*

voyage solidaire PEUPLES ET MONTAGNES DU MEKONG

Nos conditions de règlement :

*Prix garanti jusqu'à la fin du mois de juillet 2023. Possibilité de payer en deux ou plusieurs fois : **le billet d'avion est à la charge des participants**. Des facilités de paiement peuvent être faites (adresser vous à PEMM). Pour rappel, PEMM n'est pas une agence de voyages, nous assurons votre prise en charge à partir de votre arrivée au Laos. Pour plus d'informations, nous organiserons une réunion (en présentiel et distantiel) **en septembre 2023** pour les personnes inscrites.*

Une réduction solidarité peut réduire sensiblement le coût de ce voyage à certaines conditions. Merci de prendre contact avec l'association pour comprendre la procédure.

OBTENTION DU VISA :

Au Laos, le Visa peut s'obtenir sur place, à la charge du client : 40\$ + 1 photo d'identité (surcharge possible aux postes d'entrée terrestre).

Attention, validité des passeports 6 mois à compter de la date d'arrivée.

Peuples et Montagnes du Mékong est en partenariat avec l'agence de voyages ASEV à Luang Prabang. Cette agence est chargée de toute la logistique du voyage. Pour toute information et pour les paiements, l'association reste votre seul interlocuteur :

*Peuples et Montagnes du Mékong,
4 Place Saint Roch
42100 SAINT-ETIENNE
Tel : 09 81 36 40 54
peuplesetmontagnesdumekong@gmail.com
<https://www.peuplesetmontagnesdumekong.fr>*
