



## Vietnam historique

[ 700 M ]



Découverte du Vietnam historique du nord au sud



## Vietnam de charme

Programme idéal pour une première découverte du Vietnam. Cet itinéraire vous permettra de vous familiariser avec l'histoire et la culture Vietnamienne en partant d'Hanoï au nord, suivi d'une croisière dans la merveilleuse baie d'Halong. Plus au sud, vous visiterez la ville de Hué avec sa majestueuse cité impériale et sa cité interdite construites à partir de 1804 sous le premier empereur Gia Long; l'occasion ici de se familiariser avec les dynasties régnantes du Vietnam. Vous prendrez ensuite la route du col des nuages pour Da Nang, puis Hoi An; ville historique, ancien port florissant où s'établirent de riches marchands Chinois et Japonais. Vous terminerez votre périple, avec la visite de la ville dynamique de Saïgon et une croisière sur l'emblématique fleuve du Mékong. Pas de doute; vous succomberez au charme du Vietnam !!!

## Une mosaïque ethnique

Le Vietnam est constitué d'une mosaïque de peuples aux origines diverses; appelés minorités ethniques. Les différentes migrations venant de Chine, d'Inde, de Thaïlande, du Cambodge; ont marqué l'histoire du Vietnam. Le Vietnam compte en tout 54 communautés ethniques distinctes dont les "Kins" ou "Viets" majoritaires. Cette évidence ne pourra vous échapper lors de votre séjour, au contact de la réalité Vietnamienne.

**PROGRAMME JOUR PAR JOUR****Jour 1 : Envol pour Hanoï**

Départ pour Hanoï.

**Jour 2 : Hanoï**

Arrivée à Hanoï. Transfert à votre hôtel pour vous reposer. Après midi libre pour une balade à la découverte du vieux quartier des corporations, les alentours du lac Hoan Kiem et sa pagode Ngoc Son. (Repas libres).

**Jour 3 : Hanoï**

Vous commencez la journée par une excursion dans la ville de Hanoï; à commencer par le mausolée d'Ho Chi Minh, la maison sur pilotis, la pagode du pilier unique. Puis une initiation à la cuisine Vietnamienne, qui commence par une balade au marché avec votre accompagnateur pour choisir les ingrédients. Un chef accompagné de ses assistants vous initiera durant deux heures à la préparation de plats traditionnels Vietnamiens. Déjeuner inclus.

L'après midi sera consacré à la visite du musée d'Ethnographie, le temple de la littérature (Van Mieu). Dîner libre. Nuit à l'hôtel. (Possibilité d'une extension de 3 jours à Sapa).

**Jour 4 : Hanoï - Halong**

Réveil matinal pour une initiation au Tay Chi sur les bords du lac Hoan Kiem, lieu de promenade des habitants de Hanoï. Petit déjeuner traditionnel dans un quartier de la ville. Départ par la route qui traverse le fleuve rouge en direction de Halong. Arrivée à midi et embarquement à bord d'une belle jonque pour une croisière d'une journée et demi. Installation dans votre cabine tout confort avant le départ. Repas à bord de la jonque. Nuit à bord. (pension complète).

**Jour 5 : Halong - Hanoï - Hué**

Petit déjeuner matinal pour profiter des premiers rayons de soleil sur la baie d'Halong. Continuation de la croisière jusqu'à 11h. Transfert de Halong à l'aéroport de Hanoï pour prendre le vol à destination de Hué, ville impériale et capitale gastronomique. Arrivée à Hué et installation à l'hôtel. (petit déjeuner uniquement).

**Jour 6 : Hué**

Visite de la cité impériale, la cité capitale et la cité interdite. Largement détruite en 1968 par les bombardements. La cité a été en grande partie restaurée. Dans l'après midi, visite du tombeau de l'empereur Tu Duc, la pagode Tu Hieu et sa communauté de moines. Nuit à l'hôtel. (petit déjeuner uniquement).

**Jour 7 : Hué - Da Nang - Hoi An**

Nous prenons la route mandarine qui longe la cordillère Truong Son en direction du sud. Ce tronçon est le plus pittoresque et emprunte la route du col des nuages. Au sommet; panorama unique sur la baie de Da Nang et le littoral de Hué. A Da Nang, visite du musée Cham, fondé en 1916 par Henri Parmentier, qui regroupe des pièces Cham originales datant du VIIème au XVème siècles. Continuation par la route vers la charmante ville de Hoi An et installation à l'hôtel. Soirée libre pour une balade dans la petite ville. (petit déjeuner uniquement).

**Jour 8 : Hoi An**

Visite du marché de Hoi An, promenade dans les petites rues de la ville à la découverte des vieilles demeures Chinoises, le pont Japonais, le temple Chinois, la maison de Tan Ky. Après midi libre, ce sera l'occasion de faire quelques achats souvenirs. (petit déjeuner uniquement).

**Jour 9 : Hoi An**

Transfert au quai de l'hôtel Victoria Hoi An pour prendre le bateau en direction de Cua Dai (30mn) pour assister aux activités quotidiennes des pêcheurs. Nous empruntons ensuite des barques rondes en osier pour visiter la forêt de cocotiers. Nous poursuivons avec une balade à vélo pour la visite du village de Tra Que, renommé pour ses plantes aromatiques issues de la culture biologique. Dégustation au cours du déjeuner de différents plats régionaux préparés avec les plantes aromatiques locales. Retour à Hoi An dans l'après midi. Balade dans la ville ou possibilité de profiter de la belle plage de Hoi An. Dîner libre.

**Jour 10 : Hoi An - Da Nang - Saigon**

Transfert de Hoi An à l'aéroport de Da Nang pour prendre le vol de Saigon. Arrivée et transfert à l'hôtel, excursion dans la ville. Dans l'après midi, visite du musée de la guerre, la pagode Kim Lien. Soirée libre. (petit déjeuner uniquement).

**Jour 11 : Saigon - Cai Be - Tra On**

Départ matinal en direction de Cai Be (140km) au coeur du delta du Mékong. Embarquement pour une croisière exceptionnelle sur le Mékong. Du pont supérieur, nous pourrions voir défilier vergers et rizières, végétation dense, canaux, barges de sable ou de riz, marchés flottants, chantiers navals traditionnels; une vie intense grâce à cette artère vitale. Nuit à bord en cabine tout confort. (pension complète).

**Jour 12 : Tra On - Can Tho - Saigon**

Réveil enchanteur dans le delta du Mékong, atmosphère sereine et couleurs uniques avec les premiers rayons du soleil. Vous succombez à la magie du Mékong!!! Visite des marchés flottants de Tra On et Cai Rang. Transfert sur une pirogue pour la visite du marché flottant, des arroyos et des vergers. Arrivée à Can Tho pour le transfert vers Saigon. Transfert à l'hôtel et soirée libre. (petit déjeuner uniquement).

**Jour 13 : Départ**

Temps libre jusqu'à l'heure du départ. Transfert à l'aéroport pour le vol international.

**Jour 14 : Arrivée**

**NIVEAU TECHNIQUE 1****FACILE**

Trek découverte, un trek qui s'adresse à tous pour découvrir un pays dans des conditions originales : quelques nuits en tentes, un peu de marche, des transferts en 4X4 quand nécessaire. Pour ces voyages pas besoin d'entraînement. Juste être curieux et un peu souple. Altitude moyenne et portage compris.

**DATES ET TARIFS**

Pour le prix et les dates, merci de se référer au site [www.trekonline.com](http://www.trekonline.com) ou alors de demander la grille tarifaire

☎ Par téléphone : +33 (0)1 43 25 27 74 ☎ Par fax : +33 (0)1 46 33 24 77

✉ ou bien par mail : [contact@trekonline.fr](mailto:contact@trekonline.fr)

**SERVICES INCLUS**

<b>Excursions</b>	Entrées aux musées & sites touristiques.
<b>Guides</b>	Encadrement par des guides francophones.
<b>Hébergement</b>	Sur la base de chambre double, taxes et petit déjeuner inclus. Hôtels catégorie standard dans les villes et lors des excursions. Tentes, lodges, ou refuges pendant les treks et expéditions. Si vous désirez une chambre individuelle, merci de le mentionner lors de votre inscription (avec supplément).
<b>Repas Vietnam</b>	Les repas tels que mentionnés dans le programme détaillé.
<b>Transfert</b>	Notre équipe viendra vous accueillir à l'aéroport et vous conduira à votre hôtel dès votre arrivée. Après l'expédition, nous assurons aussi le transfert entre votre hôtel et l'aéroport. Nous assurerons tous les transferts terrestres.
<b>Transport aérien</b>	Vol aller retour de votre ville sélectionnée et les vols domestiques.

**SERVICES NON INCLUS**

<b>Assurance</b>	Aucune assurance n'est comprise dans le programme.
------------------	--

<b>Boissons et autre frais personnels</b>	Ne sont pas compris les boissons (bière, vin, boissons gazeuses) ou autres frais personnels en dehors de ceux compris dans l'itinéraire lors du trek et de l'expédition.
<b>Effets personnels</b>	Prévoir vos propres sacs de couchage. Des vêtements légers, pratiques, un pull ou une fine veste polaire et un coupe vent (il peut faire froid en altitude). Chapeau, lunettes de soleil, crème solaire, jumelles, pour l'ascension.
<b>Mini groupe Vietnam</b>	Départ garanti à partir de 2 personnes inscrites, supplément de 200€ par personne pour les groupes de moins de 4 personnes.
<b>Pourboires</b>	Sont hautement appréciés par ceux qui vous ont servis.
<b>Sac de couchage &amp; équipement personnel</b>	Non compris.
<b>Visa Vietnam</b>	Validité de 6 mois du passeport après date de retour de votre voyage. Lettre d'invitation nécessaire pour compléter votre dossier de demande de visa.

### CHECKLIST PHARMACIE

- Anti-diarrhéique (type Imodium...)
- Antiseptique intestinal (type Ganidan...)
- Aspirine
- Médicaments contre la douleur : paracétamol etc...
- Médicaments habituels
- Répulsif anti-moustiques
- Un désinfectant intestinal en cas de diarrhée légère (panfurex, nifuroxazide).

### CHECKLIST ÉQUIPEMENT

#### Vêtements

- Col roulé en synthétique
- Maillot de bain

- Pantalon de marche
- Parka
- Veste polaire
- Vêtements de pluie

**Tête**

- Bonnet ou cagoule en laine
- Chapeau ou casquette
- Echarpe
- Paire de lunettes de soleil traditionnelle

**Pieds**

- Sandales, baskets

**Pour le voyage**

- Jumelles et appareil photo
- Sac à dos de 30 litres pour vos affaires de la journée
- Sac de voyage

**Pour la marche**

- Chaussures de marche



## Informations Géographiques

### LE VIETNAM

Capitale : Hanoï

Point culminant : Le Mont Fanzipan (3 143m)

Situation : Le Vietnam est situé en Asie du sud-est. Il est bordé par la Chine au nord, le Laos, le Cambodge et le Golfe de Thaïlande à l'ouest et la mer de Chine Méridionale à l'est et au sud.

Population : Environ 90 millions d'habitants. Ce chiffre fait du Vietnam le 13ème pays le plus peuplé du monde devant l'Italie et la France.

## Formalités administratives

Pour se rendre au Vietnam vous devez disposer d'un visa obligatoire et être muni d'un passeport valable 1 mois après la date d'expiration de votre visa. Il existe trois catégories de visa : touristique, affaires, et pour les Français d'origine vietnamienne.

Il y a possibilité d'avoir le visa à votre arrivée à condition de que celui-ci soit demandé à l'avance : [http://www.vietnamopentour.com/francais\\_info/visa.htm](http://www.vietnamopentour.com/francais_info/visa.htm)

## Informations sanitaires

Aucun vaccin n'est exigé pour se rendre au Vietnam. Les vaccins recommandés sont : Le DTP (diphtérie, tétanos, poliomyélite) et la fièvre jaune.

Le BCG (vaccination antituberculeuse) à jour ainsi que typhoïde, méningite A et C, hépatite A et B.

La vaccination et le traitement antipaludéen sont recommandés pour ceux qui prévoient un séjour prolongé ou effectuant un trek, surtout dans les régions du sud. Dans tous les cas munissez-vous de produits répulsifs anti moustiques

Mais afin d'éviter tout risque d'intoxication alimentaire, buvez de l'eau en bouteille ou désinfectée par vos soins en utilisant (Micropur) ou de l'eau filtré (type Katadyn). Dans les grands hôtels et restaurants, vous pouvez boire de l'eau en bouteille. Faites une préférence aux aliments cuits, évitez les crudités, les viandes mal cuites, le lait et ses dérivés, les coquillages. Les fruits et légumes peuvent être consommés lavés, pelés ou cuits.

Nous vous recommandons de vérifier avec votre médecin traitant et aussi de vous informer sur le site de l'institut Pasteur (<http://www.pasteur.fr/ip/index.jsp>)

### Informations pratiques

#### Gastronomie :

La cuisine vietnamienne est fine et légère, à la différence de la cuisine chinoise, elle est moins grasse et moins enrobée des sauces. La cuisine du sud Vietnam est plus sucrée que celle du nord car on utilise du lait de coco à la cuisson. La cuisine du centre est connue par l'abondance des produits de la mer. Hué est considérée comme la capitale gastronomique du Vietnam. Parmi les plats traditionnels, vous trouverez : des nems (crêpe de farine de riz enroulée, contenant du crabe, des morceaux de porc, oignon et herbes aromatiques) servis frites, chauds et craquants. Les Banh cuốn (raviolis vietnamiens) fait à base d'une pâte de riz cuite à la vapeur, farcie de porc haché et de morceaux de champignons noirs. Le Cha ca, spécialité du nord (filet de poisson frit et non grillé accompagné de vermicelles de riz, des herbes aromatiques, des cacahuètes grillées). Le Canh chua (soupe de poisson et de légumes à la vapeur aigre douce). Le Cho (viande et saucisses à base de viande de chien) dans certaines régions. Les desserts vietnamiens sont composés de fruits frais dont les plus courants sont les ananas, la banane, l'orange, la papaye et le pamplemousse. Parmi les fruits exotiques, vous trouverez les mangues, le mangoustan, le ramboutan et le longane. La boisson nationale est le thé dont le plus répandu est le thé vert. Vous trouverez aussi de la bière, les plus connues sont : La Tiger beer, la Saigon beer, la 333 (Ba ba ba) et le café est de plus en plus répandu.

#### Artisanat :

Dans l'artisanat du Vietnam, vous trouverez toute sorte d'objets laqués (tableaux, boîte à bijoux, assiettes, vases...). A Hanoi vous pouvez acheter de belles nappes brodées, des serviettes, des draps, de la soie. Aussi vous trouverez à Hanoi et à Hué des théières et des crachoirs anciens en cuivre ou en bronze. Les plus belles porcelaines se trouvent à Hué (il est de plus en plus difficile de les sortir du pays parce qu'elles sont considérées comme partie du patrimoine national).

#### Langue :

La langue officielle est le vietnamien, une des plus rares langues asiatiques dont la difficulté réside dans la prononciation et l'accentuation et qui utilise l'alphabet latin. Les 53 ethnies minoritaires possèdent chacune leur dialecte, incompréhensible pour un Vietnamien. Le français est aussi parlé et l'anglais est couramment utilisé dans les hôtels, les bureaux officiels et pour les échanges commerciaux.

#### Monnaie :

La monnaie nationale est le « Đông », le taux de change est de 1 € pour 26766 « dôngs vietnamiens » (VND).

Le dollar américain est la monnaie étrangère la plus courante. Néanmoins l'euro est de plus en plus accepté et changé sans problème partout dans le pays.

Nous vous conseillons de régler vos achats en dôngs. Même si on peut tout payer en dollars ou en euros (hôtels, restaurants) d'ailleurs les prix sont souvent énoncés ou affichés en dollars.

**Cartes de paiement :**

Les cartes de paiement MasterCard, Visa American Express et Diners Club peuvent être utilisées dans certains types de commerce. Vous pouvez aussi retirer des espèces dans les distributeurs.

**Climat :**

Le Vietnam possède un climat généralement chaud et humide du nord au sud, mais en raison de sa taille, attendez-vous à des variations importantes d'une région à une autre. Le climat doux du centre, peut céder la place à des températures fraîches. Plus au nord, même froides dans la région des montagnes en fonction de la saison. Au sud, les températures sont élevées et très humide, surtout la région du Mékong.

La capitale Hanoï possède un climat tropical humide, chaud et pluvieux entre mai et septembre. Le nord du Vietnam a un climat subtropical divisé en deux saisons: une fraîche et humide entre novembre et avril et une chaude et très pluvieuse entre mai et octobre.

Le sud du Vietnam a un climat tropical humide avec trois saisons distinctes: une saison des pluies, entre mai et novembre, avec les mois le plus pluvieux entre juin et août, une saison fraîche et sèche, entre décembre et janvier, et une saison sèche mais chaude, entre février et avril. Les mois les plus chauds sont avril et mai. Les températures ont peu de changements au cours de l'année, avec des moyennes comprises entre 21°C et 28°C.

La côte centrale du Vietnam possède un climat inversé par rapport au sud, avec la saison des pluies, entre août et janvier et la saison sèche entre février et juillet.

La meilleure période pour visiter le nord du pays est de avril à mai et septembre à décembre, le centre (Hué / Danang) de fin février à mai et le sud de novembre à mars.

Prévoir des vêtements adaptés à la région que vous visitez avec toujours des vêtements de pluie.

**Décalage horaire :**

Il existe un décalage horaire de 6h en plus entre le Vietnam et le méridien de Greenwich. S'il est midi à Paris, il est 18h en hiver à Ho Chi Minh Ville et Hanoï et 17h en été.

**Electricité :**

Le courant au Vietnam est de 220 volts et les prises sont identiques aux prises françaises. Dans le sud, vous trouverez à la fois les prises américaines et les prises européennes. Prévoyez un adaptateur par sécurité.

**Vêtements :**

Nous vous recommandons de prévoir des vêtements chauds et imperméables si vous visitez le nord du pays en hiver. Si vous vous rendez au sud, prévoyez des tenues légères en coton.

**Téléphone :**

Indicatif pour le Vietnam depuis la France : 00 + 84 + code de la ville (4 pour Hanoï, 8 pour Saigon, etc.) + n° de votre correspondant à 6 ou à 7 chiffres.

Indicatif pour la France depuis le Vietnam : 00 + 33 + n° à neuf chiffres sans le 0 initial de votre correspondant.

Horaires :

Banques : Tous les jours en semaine de 7h30 à 11h et de 13h30 à 16h, et parfois les samedi matin.

Assurances :

Il est très important que vous partiez assuré. Vérifiez que votre assurance garantit le rapatriement et la recherche si vous partez en trek ou en expéditions.

Quelques mots utiles :

Bonjour monsieur : Chao ông

Bonjour madame : Chai bà

Bonsoir, au revoir : Chao

S'il vous plaît : Làm ơn

Merci : Cam ơn

Oui : Vâng (au nord) Co phai (au sud)

Non : Không

Café : Cà phê

Quelle heure est-il ? Mây giờ rồi ?

### Adresses utiles

En France :

Ambassade et Consulat du Vietnam :

62 rue Boileau 75016 Paris

Téléphone : 01 44 14 64 26

Fax : 01 44 14 64 24

Au Vietnam:

Ambassade de France :

57 Tran Hung Dao. Hanoï

Téléphone : (84-4) 943 77 19

Consulat Général de France :

27 Nguyen Thi Minh Khai

Ho chi Minh-Ville

Téléphone : (84-4) 829 72 31

Centres de vaccination en France :

Hôpital de l'Institut Pasteur

209 rue de Vaugirad 75015 Paris

Téléphone : 08 90 71 08 11

[www.pasteur.fr](http://www.pasteur.fr)