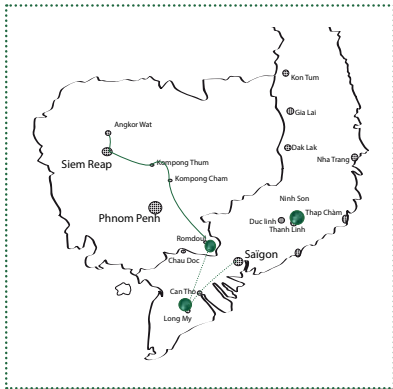


Fleur du Mékong

10 jours de
solidarité et
de découverte

Vous partez de Hô Chi Minh-Ville, pour rejoindre Angkor Wat au Cambodge. Vous circulez à vélo tout le long du voyage, excepté quelques longues distances, sur des routes trop fréquentées qui se font en car. Le circuit vous mène aux abords de grands sites historiques où nous vous assurons à chaque fois un guide compétent en français.

La découverte de nos projets : vous passez de l'un à l'autre à vélo ou en bateau (style pirogue). À tous les coups, vous êtes guidé par une de nos équipes de terrain. Vous rencontrez la population locale, vous devenez partenaire de leur développement, rien qu'en leur rendant visite.



Immersion : 6 demi-jours dans les projets de Mékong Plus, au Vietnam et/ou au Cambodge

Randonnée : Vélos adaptés et performants ; terrain plat.

Découverte : Saïgon, temple Han Chey, Sambo Prei Kok, Angkor Wat, et bien d'autres...

À partir de 1300 € pour 10 jours

- ✓ *Votre participation solidaire de 500 € pour laquelle un reçu fiscal vous sera délivré est comprise dans le prix.*
- ✓ *Le prix comprend les hôtels confortables (air conditionné-wifi) - les repas/collations et les boissons non alcoolisées - les transports – la location et la logistique des vélos – des guides compétents anglais et/ou français – le visa pour le Cambodge – les pass pour les activités.*

- ✓ *Hébergement : hôtel ou guesthouse avec wifi et climatisation.*
- ✓ *Repas : restaurants locaux de bonne qualité, Eau minérale à volonté.*
- ✓ *Équipement et encadrement cycliste : assurés depuis l'arrivée jusqu'à votre départ.*
- ✓ *Transferts/transports : assurés en minibus, bateau ou bus.*
- ✓ *Santé et formalités sanitaires : aucune vaccination n'est obligatoire. Il est fortement recommandé d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite et hépatite A. Parlez-en avec votre médecin traitant.*



Possibilité de vélo électrique
(supplément de 7 € par jour)











Nous nous engageons à utiliser l'équivalent de votre empreinte carbone dans nos programmes qui luttent contre le dérèglement climatique.

« Dans notre groupe, il y a quelques indomptables. Thierry se mêle aux élèves, ils partagent leur repas avec lui et nous invitent à faire de même. »



Au jour le jour

- J1** Arrivée à Hô Chi Minh (Saïgon)
Accueil et transfert à l'hôtel. Suivant l'heure d'arrivée, visite de Saïgon.
Lunch : restaurant local
Dîner : Belgo
*Hôtel : Alios ****
- J2** Saïgon – Long My  40 km
Après le petit-déjeuner à l'hôtel, départ en bus pour Long My.
Après-midi : vous êtes accueillis par l'équipe des travailleurs sociaux de Mékong Plus. Ensemble, vous véhiculez à vélo dans la campagne autour de Long Mi à la découverte des projets d'agriculture durable, menés par Mékong Plus.
Lunch : restaurant local
Dîner : restaurant local
Hôtel : guesthouse à Long My.
- J3** Long My  50 km
Le biogaz comme solution à la pollution du lisier de porc : c'est toujours à vélo que vous visitez quelques fermes où les solutions écologiques (toujours avec les moyens du bord) sont mises en place avec l'aide de Mékong Plus. Vous participez à la vie du village par une activité solidaire et ludique.
Lunch : restaurant local
Dîner : restaurant local
Hôtel : guesthouse à Long My.
- J4** Long My – Chau Doc  50 km
Toujours à vélo, vous rejoignez une école où vous assistez à un cours d'hygiène bucco-dentaire. Vous plantez un arbre avec un enfant.
- Transfert à Chau Doc
Lunch : restaurant local
Dîner : local
Hôtel : Chau Pho hotel, Choa Doc
- J5** Chau Doc – Svay Rieng  55 km
Aujourd'hui, vous prenez le bateau pour passer la frontière entre le Vietnam et le Cambodge. Vous serez déposé à Neak Leoung, puis transfert en bus jusqu'à Romdoul : c'est à vélo que vous rencontrerez les paysans khmers et leur incroyable « banque-vache ».
Lunch : restaurant local
Dîner : restaurant local
Hôtel : Redcross Hotel à Svay Rieng
- J6** Svay Rieng – Kompong Cham  85 km
Grande randonnée dans les rizières, les petits villages perdus et les plantations de caoutchouc. Après 85 km, nous serons transférés en van à Kompong Cham.
Lunch : restaurant local
Dîner : restaurant local
Hôtel : Mekong Hotel
- J7** Kompong Cham-Kompong Thom  85 km
Nous remontons le Mékong pour visiter le temple Han Chey, nous traversons les plantations d'hévéa jusqu'à Kompong Thom
Lunch : restaurant local
Dîner : restaurant local
Hôtel : Damrey Chhorn Kla
- J8** Kompong Thom – Siem Réap  80 km
La route arrière vous mènera au temple Sambo Prey Kok, construit au 7e siècle ancienne capitale de l'empire khmer. Visite du Sombo Prey Kok – transfert au bout de 80 km à Siem Réap en bus.
Lunch : restaurant local
Dîner : restaurant local
Hôtel : Jardin d'Angkor
- J9** Temples d'Angkor  30 km
Inutile de présenter les temples d'Angkor, vous terminerez votre beau périple par cette visite, accompagné d'un guide francophone.
Lunch : restaurant local
Dîner : restaurant local
Hôtel : Jardin d'Angkor
- J10** Siem Réap – départ
Shopping et transfert à l'aéroport.

Le geste solidaire



Chers amis de Mékong Plus !

Il nous faut encore une fois souligner combien votre soutien est absolument indispensable ! Mékong Plus n'est possible qu'avec la participation du plus grand nombre, et les challenges cyclistes en sont une merveilleuse illustration. Arrivant à vélo, par de mauvais chemins, le contact avec les villageois est de suite sympathique, ils apprécient l'empathie dont vous faites preuve. Pas de condescendance, mais très proches des plus pauvres.

Mékong Plus met la priorité sur les très pauvres, qui survivent avec environ 1/2 €/jour/personne. Mékong Plus ne donne pas, mais travaille AVEC. La formule est efficace puisque chaque mois on mesure l'impact, précisément, sur des centaines de familles et les revenus montent vite.

Les équipes de Mékong Plus vivent dans les villages, louent une maison du village comme bureau, roulent à mobylette. Pas de faux frais ! Des techniques simples et peu coûteuses.

Et puis les enfants ! Pour les encourager à poursuivre l'école – payante et chère au Vietnam, Mékong Plus donne des bourses de 22 €/enfant/an. L'impact est fantastique car pas seulement les boursiers étudient plus longtemps, mais leurs amis et voisins aussi, par imitation. Le nombre d'abandons chute chaque année. Au Cambodge les écoles sont parfois éloignées : aux enfants les plus pauvres Mékong Plus a donné un vélo d'occasion (50 €). Pour notre passage le jeune élève avait mis ses plus beaux vêtements et tenait fièrement son vélo, visiblement aussi ému que nous !

Bernard Kervyn, directeur exécutif au Vietnam et au Cambodge.

Vous l'aurez compris, ces voyages sont d'abord et avant tout un geste de solidarité envers les plus pauvres. Vous devenez de véritables ambassadeurs de Mékong Plus.

Pour chaque Mekong Bike organisé, un minimum de 500 € est injecté dans nos programmes de lutte contre l'extrême pauvreté. Pour cette partie, vous recevrez un reçu fiscal déductible de vos impôts.



« Nous nous rendons compte du professionnalisme de l'équipe (60 employés). Ils se donnent sans compter et assurent le suivi régulier de chaque famille. »

Les formalités

Passeport et visas

Vietnam

Passeport valide au moins 6 mois après la date d'expiration du visa ;
Visa à se procurer à l'ambassade ou sur internet.
(Pour des séjours de moins de 15 jours [jours d'entrée et de sortie inclus], les Français sont exemptés de visa).

Cambodge

Passeport valide au moins 6 mois après la date d'expiration du visa
Un visa est toujours nécessaire. Celui-ci peut être obtenu à la frontière (prévoyez 2 ou 3 photos d'identité en réserve) ou via l'ambassade du Cambodge.

Votre inscription

Ne sera effective que lorsque nous recevrons un acompte de 30 % de la somme et la signature de la convention.

Contact

communication@mekongplus.org.

Mékong Plus
Avenue de Tervueren, 81
1040 Bruxelles
T. : +32 492 12 13 63

Mékong Plus
50 rue des Saints Pères
75007 Paris
T : +33 644 02 10 37

