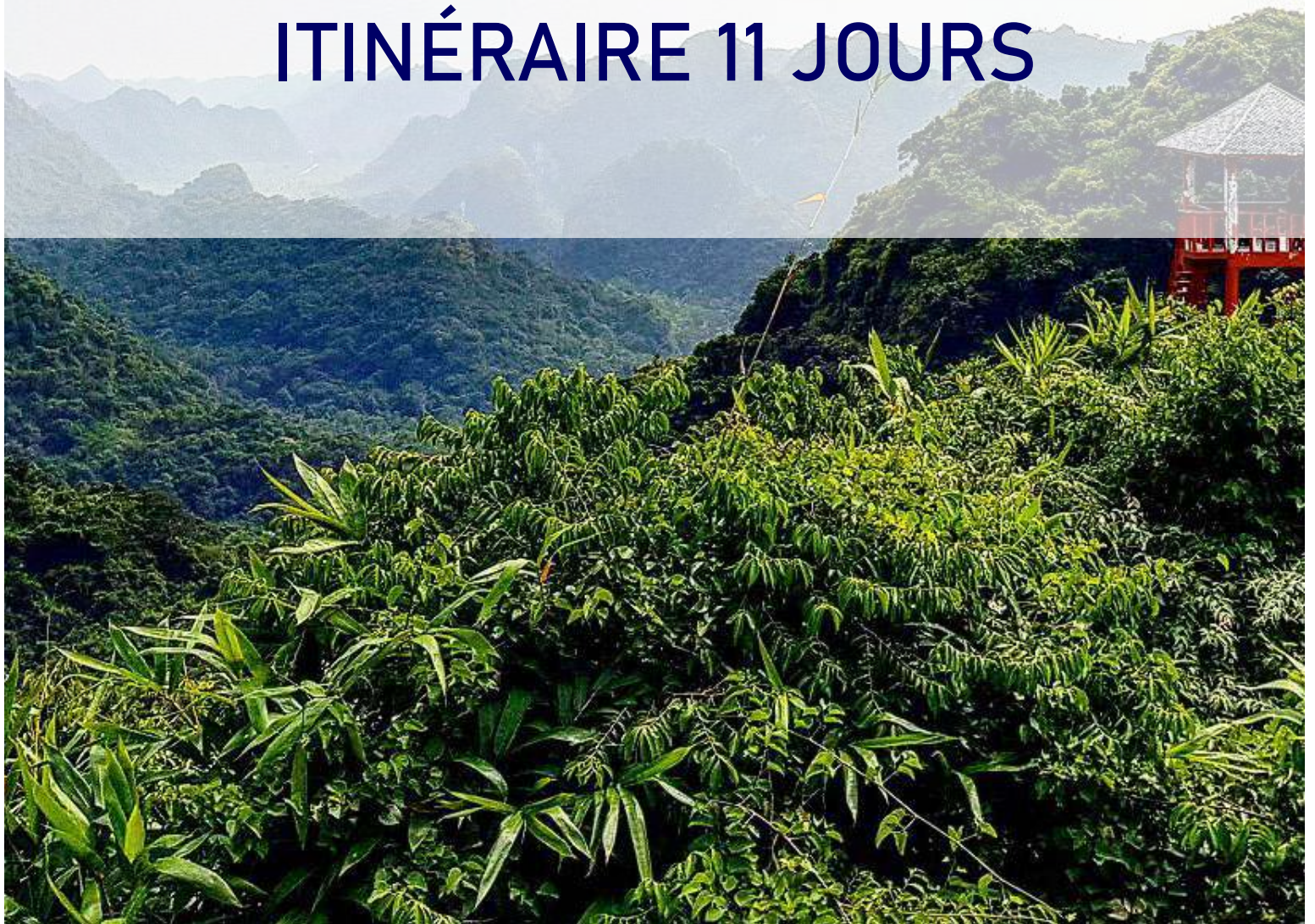




LE VIETNAM ITINÉRAIRE 11 JOURS



VIETNAM - Séjour de 11 jours



Jour 1 et 2: Départ de Montréal vers Hanoi. Il faut prévoir environ 26 heures de transport aérien (incluant les vols et les escales) et tenir compte du décalage horaire d'environ 11 heures.

Jour 3 : AM : Arrivée à Hanoi et installation à l'auberge. Dîner traditionnel avec soupe tonkinoise. **PM :** Balade dans la capitale et découverte de ses nombreuses ruelles. Visite d'une pagode et échange avec un moine pour en apprendre d'avantage sur les bases du bouddhisme. **Soirée :** Souper de bienvenue et repos à l'auberge.

Jour 4 : AM : Initiation aux techniques de massage de réflexologie faciale, une méthode unique vietnamienne. **PM :** Visite du musée d'ethnographie de la ville pour y découvrir la diversité ethnique du pays. Découverte du Temple de la littérature, dédié à Confucius, à la base de plusieurs principes vietnamiens. **Soirée :** Souper et repos à l'auberge.

Jour 5 : AM : Départ vers Duong Lam, un petit village traditionnel pour découvrir les fondements de la culture vietnamienne autour de la culture du riz. **PM :** Visite du village. Atelier culinaire de fabrication de bonbons de riz avec dégustation. Départ vers Mai Chau, un petit village à travers les rizières dans lequel nous habiterons pour les prochains jours **Soirée :** Installation dans les familles et activité de bienvenue.

Jour 6 : AM : Visite du village, explication de la culture du riz et implication communautaire avec les familles. **PM :** Atelier d'artisanat traditionnel avec les villageois. **Soirée :** Souper et nuit en famille dans les familles.

Jour 7 : AM : Implication communautaire avec l'école du village, si nous sommes en mesure de donner des ateliers de conversation en anglais, ce serait apprécié. **PM:** Randonnée dans la réserve de Pu Luong. Avec une variété de faune et flore et l'harmonie de plusieurs biosystèmes: celui des reliefs calcaires, des montagnes, des rizières en terrasses et des forêts, Pu Luong est une destination d'immersion en nature. **Soirée :** Souper et nuit en famille dans les familles. Activité de départ avec les familles

Jour 8 : AM : Départ vers le parc National de Cuc Phuong, l'une des rares forêts primitives encore intactes au Vietnam. Rencontre avec un membre de la garde forestière qui nous explique les missions de la garde s'articulent autour de deux thématiques : braconnage et trafic illégal du bois. Le site met en œuvre ensemble trois programmes de préservation : préservation des primates rares en danger du Vietnam, des petits prédateurs et pangolins, des tortues d'eau douce et d'autres animaux sauvages (cerfs, des phasianidés, singes...). Randonnée à travers la jungle (boucle 7km, 2h de marche, niveau modéré). En fonction des périodes de l'année, l'observation animale peut-être différente. **Soirée :** Installation et nuit à l'auberge.



Jour 9 : AM : Balade à vélo à travers les rizières et visite de la Pagode de la Grotte de Jade. Randonnée jusqu'à la Pagode Hang Mua pour profiter d'une vue imprenable sur la région. **Soirée :** Souper et nuit à l'auberge.

Jour 10 : AM : Trajet vers l'île de Cat Ba. Navigation dans la Baie de Lan Ha et départ en bateau à moteur vers le village flottant de Ben Beo. Activité de kayak au cœur des formations rocheuses. Dîner dans un restaurant flottant. **PM :** Opération de ramassage des déchets et de nettoyage des plages de la Baie. **Soirée :** Souper et nuit en auberge.

Jour 11 : AM : Visite du marché de fruits de mer de Cat Ba et d'une usine de fabrication de la sauce de poisson. Participation à la réparation des filets de pêche de la communauté flottante de Ben Beo. **PM :** Arrêt au Fort Canon, pour en apprendre plus sur la guerre du Vietnam. Transfert vers l'aéroport de Hanoi et retour vers Montréal. * Selon l'heure du vol de départ, il se pourrait que le groupe dorme une nuit de plus à destination.

