



# Avant de partir



## SOMMAIRE

	Formalités et conseils d'entrée dans le pays .....	02
	Franchise et sécurité des bagages .....	03
	Conseils budget et moyens de paiement sur place .....	04
	Conseils santé et sécurité .....	05
	Taxes et pourboires .....	06
	Affaires à emporter .....	06
	Souvenirs à rapporter .....	06
	Communication sur place (cartes téléphoniques, Wifi, etc...) .....	07
	Adresses utiles sur place et permanence Open voyages .....	07

## Formalités et conseils d'entrée dans le pays



**Un passeport valide encore 6 mois après la date d'entrée et un visa Lao sont obligatoires pour votre entrée sur le territoire Lao.**

**Pour pouvoir entrer au Laos, il vous faudra tout d'abord établir un Visa Tourisme** (qui vous permettra de séjourner jusqu'à 30 jours sur le territoire)

**Le visa sera obtenu sur place à l'arrivée. Pour cela, il vous faudra prévoir :**

- un passeport ayant une validité de 6 mois après le retour
- un nombre de feuillets suffisants dans votre passeport pour pouvoir ajouter votre visa (1 page par visa)
- 2 photos d'identité par personne
- 1 formulaire remis sur place



**Le conseil OPEN : scannez vos papiers importants (passeports, visa, CB, traveller's chèques éventuels, etc....)** et envoyez les documents en fichiers joints sur votre messagerie internet. **Ainsi, en cas de vol ou de perte, vous pourrez récupérer de n'importe quel ordinateur la copie de vos documents.**

**En cas de perte ou de vol de votre pièce d'identité : déclarez aussitôt la perte ou le vol aux autorités de police locale.** Cette déclaration est déterminante pour dégager votre responsabilité en cas d'utilisation

## Franchise et sécurité des bagages

### **Bagage en cabine :**

- 1 bagage standard qui respecte les dimensions maximales suivantes : 56 cm (L) x 45 cm (l) x 25 cm (h) – poches, roues et poignées comprises.
- A noter : 1 housse à vêtement est considérée comme un bagage standard.  
1 accessoire (sac à main, ordinateur portable, appareil photo...).
- Poids total maximal (bagage standard + accessoire): **23 kg**.

### **Bagage en soute :**

- 1 bagage en soute autorisé gratuitement.
- Chaque bagage ne doit pas dépasser **23 kg** et 158 cm (hauteur + longueur + largeur).

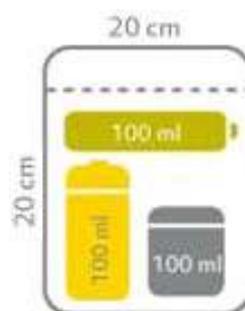
### **Liquides en cabine :**

Afin de protéger les passagers contre la menace des explosifs liquides, l'Union Européenne (UE) a adopté de nouvelles mesures de sécurité qui limitent la quantité de liquides ou de substances de consistance similaire pouvant être transportée par les passagers au passage des contrôles de sécurité des aéroports communautaires.

Dans la mesure du possible, nous vous conseillons de placer tous vos liquides dans vos bagages en soute.

Vous pouvez transporter des liquides dans vos bagages à main à condition qu'ils soient :

- en petites quantités (100 ml maximum par produit),
  - placés dans un sac en plastique transparent refermable (type sac de congélation) d'un volume maximal d'un litre.
- Le sac doit être fermé et les articles doivent rentrer facilement dedans. Un seul sac en plastique est autorisé par passager. (sac mesurant environ 20 x 20 cm), afin de faciliter l'inspection de ces produits aux contrôles de sécurité.



### **A l'aéroport :**

- Tous les liquides doivent être présentés au contrôle de sécurité, placés dans ledit sac, à l'extérieur du bagage à main. Le sac en plastique est déposé dans le plateau remis à cet effet afin d'être examiné par les employés de la sécurité.
- Le passager doit retirer sa veste et/ou son manteau et/ou chaussures et les déposer dans le plateau. Ces vêtements doivent être inspectés séparément.
- Le passager doit sortir son ordinateur portable, et tout autre dispositif électronique de dimensions similaires, de la housse qui lui correspond, et le déposer sur le plateau, afin qu'il soit inspecté séparément de sa housse par les contrôles de sécurité.

### **Sont considérés comme liquides :**

- L'eau et autres boissons, soupes, sirops
- Les crèmes, lotions et huiles, y compris la pâte dentifrice
- Les parfums
- Le contenu des conteneurs pressurisés, dont la mousse à raser et autres mousses et déodorants
- Les gels comme le gel douche ou le shampoing
- Toute autre substance de consistance similaire
- Les aérosols

### **Liquides acceptés ou tolérés :**

- les aliments et substances médicales indispensables à votre santé – à noter : l'agent de sûreté pourra vous demander de justifier leur nature, éventuellement en les goûtant,
- les aliments nutritionnels spécifiques sans lesquels il vous est impossible de voyager (cas d'allergies au lactose, gluten...),
- les aliments pour bébés,
- les médicaments prescrits par un médecin, dont vous devez pouvoir justifier la nécessité (ordonnance, certificat médical à votre nom...).



**Les euros se convertissent facilement en kips (et en dollars si nécessaire) dans la plupart des banques des villes touristiques** (taux un peu meilleur à Vientiane). Attention, ce ne sera pas forcément le cas dans les coins reculés.

**Donc soit changer suffisamment dès que possible, soit emporter une réserve de dollars, plus facilement acceptés partout. Les bureaux de change peuvent aussi dépanner**, et pratiquent à peu près le même taux que les banques. Les billets doivent être en bon état. Enfin, il n'existe aucune limitation quant à l'entrée ou à la sortie de devises.

**Attention, il est quasi impossible de changer ses kips restants à l'extérieur du pays ou, quand ça arrive, le taux est très désavantageux.** En revanche, si vous voulez changer vos billets avant de repartir, allez voir les bijoutiers dans les grandes villes. Ils peuvent racheter des kips contre des devises. On trouve facilement (même dans les petites villes et sites fréquentés par des touristes) des distributeurs de billets fonctionnant avec les principales cartes bancaires internationales.

**Notez que nombre des distributeurs automatiques ne délivrent que 1 million de kips (environ 105 €) maximum (mais jusqu'à 10 fois par jour !)**, ce qui multiplie les frais fixes prélevés à chaque opération par votre banque, mais aussi par l'établissement local (environ 20 000 kips).

**Le réseau ANZV (à Vientiane) et la Banque Franco-Lao permettent de retirer jusqu'à 2 millions de kips (environ 210 \$) jusqu'à 4 fois sur la journée**, mais la commission prélevée par la banque laotienne est aussi deux fois plus élevée (40 000 kips).



## Conseils santé et sécurité



**Aucun vaccin n'est obligatoire, cependant il est conseillé de s'assurer avant le départ qu'on est à jour pour les vaccinations dites « universelles »** (diphtérie, tétanos, poliomyélite), et celle contre l'hépatite A et B ainsi que la fièvre typhoïde sont recommandées.

**Nous vous conseillons d'emporter avec vous vos éventuels traitements médicaux accompagnés de la photocopie de votre ordonnance si possible traduite en anglais** en précisant les médicaments génériques ou molécules équivalentes à l'international. Nous vous conseillons également d'utiliser des répulsifs contre les moustiques qui sont notamment très présents toute la journée ainsi que la nuit.



**La situation sanitaire du Laos reste très précaire.** Les hôpitaux du pays manquent encore clairement de moyens. Mieux vaut ne pas tomber malade ni avoir un accident, même si certains progrès ont été réalisés. **Matériels et médicaments sont souvent bas de gamme, voire douteux** (contrefaçons fréquentes). Toutefois, certains médecins parlent le français et ont été très correctement formés par les profs de la faculté de médecine de Lyon, qui a envoyé longtemps des enseignants pour assurer les cours.



Mêmes risques au Laos qu'au Cambodge en ce qui concerne **la dengue, les problèmes intestinaux liés à l'alimentation**, et mêmes recommandations au sujet des **piqûres et morsures d'animaux, du soleil et de la baignade**. Sachez qu'une fièvre en milieu tropical se soigne en priorité avec des comprimés de paracétamol, sauf bien sûr s'il s'agit d'un paludisme.

**Le paludisme au Laos est l'un des plus coriaces du monde**, principalement dans le Nord-Est, près de la frontière cambodgienne. Pour certaines zones du Laos, seuls la doxycycline ou la Malarone sont efficaces en prévention. Les précautions maximales sont de rigueur. **Dès le coucher du soleil, porter des vêtements recouvrant le maximum de surface corporelle ;** sur les parties restant découvertes, utiliser abondamment des **répulsifs antimoustiques efficaces à base de DEET 50 %**. Il est conseillé de renouveler fréquemment l'application.



**Ne jamais consommer d'eau non bouillie**, sauf s'il s'agit d'eau minérale en bouteille cachetée. Attention aux glaçons en dehors des hôtels et restos des villes de Vientiane et Luang Prabang. Les glaçons industriels (sans danger) ont un trou cylindrique au milieu ; souvent on vous en proposera pour rafraîchir votre verre de bière mais parfois ils sont facturés ! **Évitez la glace pilée dans les jus de fruits et autres shakes** achetés dans les échoppes de rues. **Elle est souvent broyée dans des conditions douteuses.**

**La baignade dans le Mékong est à déconseiller**, même si l'on est bon nageur. **Le lit du fleuve est en effet imprévisible.**

**La prostitution est en plein développement**, sans que cela atteigne les proportions du pays voisin. Dans la plupart des boîtes laotiennes et dans certains bars, les belles de nuit sont bel et bien présentes.



Le Laos est **l'un des grands producteurs d'opium du monde**. Dans le nord du pays, la culture du pavot constitue une importante source de revenus pour les paysans. **L'usage de l'opium n'est ni franchement interdit ni vraiment toléré.**

**Vous pouvez prévoir, si vous le souhaitez, des médicaments tels qu'antihistaminiques, vitamines, bouchons anti-bruit** pour les personnes au sommeil léger, mais aussi et surtout un masque occultant si vous partez en été car, malgré les volets, des raies de lumière pénètrent le plus souvent dans les pièces.

**Libre à vous aussi de prévoir une petite trousse à pharmacie** avec pansements, désinfectant, aspirine, médicaments contre les dérangements intestinaux et la fièvre, médicament contre le mal des transports, crème anti-moustiques et crème solaire (bcp d'ultra-violetes surtout l'été).

• **Le conseil OPEN : Gardez sur vous une photocopie de votre pièce d'identité, et conservez l'original dans un endroit sûr (coffre-fort d'hôtel par exemple).**



## Taxes et pourboires

**En principe, le pourboire n'est pas d'usage au Laos. Néanmoins, avec l'ouverture du pays et l'afflux de visiteurs étrangers, la pratique tend à s'étendre, en particulier dans les grands centres touristiques.**



**Le pourboire n'est donc pas un dû, mais chauffeurs, guides, personnel hôtelier, tous ceux qui vous auront rendu service de façon significative, apprécieront que leurs efforts soient récompensés par une gratification financière.**

La façon de donner un pourboire au Laos s'accompagne du **geste de salutation laotien, en joignant les deux paumes de la main, et baissant légèrement la tête**. Pour le guide, à prévoir entre 3 à 6 euros par jour par voyageur, si vous êtes content de ses services. Comptez la moitié moins pour le chauffeur. Ne pas donner de pourboire est préférable à donner une somme dérisoire qui peut être perçu comme humiliant par certains

## Affaires à emporter

Durant la saison sèche, nul besoin d'emporter une garde-robe importante. On se contentera de **vêtements d'été aisément lavables** : on se salit plus à cause de la poussière sur les pistes.

**Les jambes nues sont plus vulnérables aux moustiques, à la poussière et aux herbes piquantes, et, en plus, elles sont très mal perçues par la population (le Laos est un pays pudique).**



Mesdames, préférez le **maillot 1 pièce** dans les sites permettant la baignade, tels Vang Vieng, les 4 000 îles ou le plateau des Bolavens (le bikini n'est pas recommandé). Si on se baigne dans les villages, privilégier le sarong.

**Un chapeau et des lunettes de soleil sont indispensables**, de même que des **chaussures montantes en toile**. Les nu-pieds et autres tonges sont déconseillés en promenade dans la nature ; en revanche, ils sont bien pratiques en milieu urbain où l'on se déchausse à chaque visite de temple.

**Un solide imperméable est requis** durant la saison des pluies et un imperméable léger pendant les premières ondées de mars-avril.

**Un vêtement chaud est utile dans les régions de montagne entre octobre et mars** (la nuit, les températures peuvent descendre en dessous de 10 °C).

## Souvenirs à rapporter

### • Tissus et soieries

La soie laotienne fait partie des soies sauvages, **plus brut et naturelle** d'aspect que les soies chinoises ou indiennes. Le marché de Luang Prabang., notamment, en offre un choix immense : **tissus muraux, étoles, foulards, vêtements traditionnels, pièces de tissu**, en une multitude de coloris et de motifs, le plus compliqué sera certainement de choisir ! Hormis pour des pièces de très grande qualité, les prix sont assez bas.

### • Sculptures en bois

Le travail du bois est particulièrement **raffiné et développé** au Laos. **Sculptures, Bouddhas, ustensiles de cuisine, coffrets, objets décoratifs de toute sorte**, se trouvent notamment sur le marché de Vientiane. N'hésitez pas à vous rendre directement dans des ateliers d'artisans, vous avez des chances d'y trouver des motifs originaux, selon leur habileté et leur inspiration.

### • Pipe à opium

Non, il ne s'agit pas forcément de vous en servir, mais certaines sont de magnifiques **objets de décoration**, tant elles peuvent être finement sculptées, ciselées, peintes, décorées de toutes les manières possibles.



## Communication sur place (cartes téléphoniques, Wifi, etc...)

**Appeler de France Laos :** Code appel international (00) + code pays 856 + numéro du correspondant.



**Appeler du Laos vers la France :** Code appel international 00 + code pays (33 pour la France) + n° à 9 chiffres (sans composer le 0).

**Acheter une carte SIM/puce sur place :** une option avantageuse. **Il suffit d'acheter à l'arrivée une carte SIM locale prépayée** chez l'un des opérateurs (ETL, Unitel, Tigo, Lao Telecom, Beeline ou M Phone). **Nombreuses boutiques spécialisées à Vientiane ou à Luang Prabang et dans les aéroports internationaux.**

**On vous attribue alors un numéro de téléphone local** et, parfois, un petit crédit de communication. Prix : à partir de 30 000 kips.

**Avant de payer, essayez cette carte SIM dans votre téléphone** (préalablement débloqué) afin de vérifier si celui-ci est compatible.

**Avantages :** tarif très bas pour les appels locaux et internationaux (demander quels sont les numéros spéciaux à faire pour réduire encore la note) et réception gratuite des communications. Les cartes de recharge de crédit (5 000 à 100 000 kips) s'achètent dans n'importe quelle petite épicerie, même au fin fond des campagnes.



**Attention, emporter un portable à double carte SIM** (désactiver les données mobiles sur votre carte SIM d'origine) ou un vieux portable, sinon on ne pourra plus vous joindre sur votre numéro habituel.

**Se connecter au wifi à l'étranger est le seul moyen d'avoir accès au Web gratuitement,** si vous ne disposez pas d'un forfait avec roaming offert.

Le plus sage consiste à désactiver la connexion « données à l'étranger » (dans « Réseau cellulaire »). On peut aussi mettre le portable en mode « Avion » et activer ensuite le wifi. Attention, le mode « Avion » empêche, en revanche, de recevoir appels et messages.

**La quasi-totalité des hôtels au Laos disposent d'un réseau, le plus souvent gratuit.**

## Adresses utiles sur place et permanence Open voyages

• **Ambassade de France au Laos : Rue Setthathirath, PB 06, Vientiane**

Tél : +856 (0)21 26 74 00

• **Contact Ambassade du Laos : 74, avenue Raymond-Poincaré, 75016 Paris**

Tel : 01 45 53 02 98

Horaires : Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h pour les visas

**En cas d'urgence ou de problème majeur non résolu sur place, vous pouvez contacter l'agence Open voyages en France 24/24 et 7 jours sur 7. Une permanence sera mise en place en dehors des heures et jours d'ouverture de l'agence par un transfert de lignes (Tel. : 0033 4 76 48 70 70)**