

PSYCHOLOGIES

CROISIÈRES

Croisière sur le Mékong avec Boris Cyrulnik

13
jours
de rêve



En partenariat avec

CroisiEurope
Les croisières, c'est notre passion.


**VOYAGES
LECTEURS**
DES MAGAZINES DU MONDE

DU 25 NOVEMBRE AU 7 DÉCEMBRE 2023



**NOTRE INVITÉ
EXCEPTIONNEL**

Boris Cyrulnik



Très chers amis et lecteurs de Psychologies,

Nous sommes ravis de vous dévoiler la prochaine croisière Psychologies, un voyage sur le Mékong avec un invité exceptionnel, Boris Cyrulnik, neuropsychiatre émérite et écrivain, qui nous fera la joie d'être à bord. Il donnera plusieurs conférences sur un thème qui lui est cher comme la résilience. Pendant 13 jours, vous découvrirez le Mékong et ses joyaux tels que les temples d'Angkor ou le lac Tonlé, des sites classés au patrimoine mondial par l'Unesco. Vous irez également à la rencontre de ses habitants et vivrez des expériences uniques en petits bateaux, en cyclopusse, en char à bœuf... A bord du RV Indochine, un bateau 4 ancres de 24 cabines, vous vivrez un véritable voyage authentique. Prenez connaissance de ce merveilleux voyage et renseignez-vous vite pour embarquer dans l'aventure !

L'équipe voyage de Psychologies



Boris Cyrulnik

est un neuropsychiatre français connu pour avoir développé le concept de résilience (renaître de sa souffrance).

Il a notamment écrit de nombreux livres sur la capacité de l'être-humain à se reconstruire après les malheurs de la vie. Dans son dernier ouvrage, *Le laboureur et les mangeurs de vent*, il montre d'après son expérience comment il est possible de « trouver le chemin de la liberté intérieure ».

Il a dirigé de nombreux travaux et de groupes de recherche sur l'attachement et la sécurisation affective. Aujourd'hui, directeur d'enseignement à l'université de Toulon, il dirige notamment le diplôme universitaire sur « l'attachement et les systèmes familiaux » et celui d'éthologie à l'université de Mons en Belgique.

Il s'évertue à transmettre son savoir au grand public au travers de ses livres. Il est régulièrement sollicité par les instances gouvernementales pour son expertise de la petite enfance.

Les conférences de Boris Cyrulnik :

- La résilience et vivre avec son passé,
- La Psychothérapie de Dieu,
- L'attachement.

Renseignements & réservations

au **01 41 33 56 56**

DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 18H ET LE SAMEDI DE 9H À 12H

Les merveilles du Cambodge et du Vietnam

13 JOURS / 10 NUITS EN PENSION COMPLÈTE ET VISITES INCLUSES

1^{ER} JOUR - Samedi 25 novembre

PARIS - SIEM REAP

Départ de Paris en vol régulier avec escale à destination de Siem Reap. Dîner et nuit en vol.

2^{ÈME} JOUR - Dimanche 26 novembre

SIEM REAP – TEMPLES D'ANGKOR

Installation dans votre hôtel. Temps libre pour se détendre. Déjeuner à l'hôtel. Visite du temple de Beng Mealea situé en dehors de la zone touristique et qui présente la particularité d'être resté comme au premier jour de sa découverte. Construit entre 1112 et 1152, il aurait servi de modèle pour la construction d'Angkor Wat. Dîner en ville. Nuit à l'hôtel.

3^{ÈME} JOUR - lundi 27 novembre

SIEM REAP – TEMPLES D'ANGKOR

Petit-déjeuner à l'hôtel. Visite du temple de Ta Prohm, datant de 1186. La nature a repris le dessus et le résultat est époustoufflant : des arbres jaillissent des bâtiments du temple et d'épaisses racines le recouvrent. Puis exploration d'Angkor Thom, célèbre pour ses tours aux 172 visages de Bouddha. Flânerie dans l'enceinte de l'ancien Palais Royal, puis découverte de la terrasse des éléphants et de celle du Roi Lépreux. Déjeuner en ville. Visite des "Senteurs d'Angkor" où l'on fabrique des bougies, savons et où l'on prépare des épices puis visite des ateliers de soie. Le soir, dîner dans un restaurant du centre-ville de Siem-Reap, puis vous assisterez au magnifique spectacle du Cirque Phare. Nuit dans votre hôtel.

4^{ÈME} JOUR - mardi 28 novembre

SIEM REAP – LAC TONLÉ

Dans la matinée, visite du célèbre Angkor Wat, immense temple, chef-d'œuvre des bâtisseurs khmers et symbole national. C'est le plus célèbre et le plus imposant de tous les monuments d'Angkor. Déjeuner à l'hôtel. Transfert pour rejoindre votre bateau 4 ancrs. Accueil, cocktail et installation dans les cabines. Dîner. Présentation de l'équipage. Nuit à l'ancre.



5^{ÈME} JOUR - mercredi 29 novembre

LAC TONLÉ - KAMPONG CHHNANG

Navigation vers le lac Tonlé, le plus grand lac d'eau douce du Sud-Est asiatique, qui constitue le cœur du système hydraulique du Mékong. Déjeuner à bord. Visite de Kampong Chhnang, l'un des plus grands ports de pêche sur le lac Tonlé, il est surtout connu pour sa poterie qui alimente tout le pays. Ici, la vie évolue au fil de la montée et de la descente des eaux car toutes les constructions sont flottantes : l'école, les magasins, la mairie, le garage. Dégustation de produits locaux. Retour à bord et navigation en direction de Kampong Tralach. Nuit à l'ancre.



6^{ÈME} JOUR - jeudi 30 novembre

KAMPONG TRALACH - KOH CHEN - PHNOM PENH

Petit-déjeuner à bord. L'après-midi, vous traverserez le village de Kompong Tralach en char à boeufs au milieu d'un magnifique paysage de rizières pour vous rendre au Vihara de la pagode Kompong Wat Tralach Leu qui conserve de magnifiques peintures murales. Déjeuner à bord. Visite de Koh Chen, dont les habitants se sont spécialisés dans le travail du cuivre et où sont façonnés les objets utilisés pendant les cérémonies à la pagode ou pendant les mariages. Visite de l'école du village, où il manque toujours tant de crayons et de cahiers... Retour à bord et navigation vers Phnom Penh. Promenade en «tuk tuk», tricycle motorisé, dans Phnom Penh. Spectacle traditionnel de danses Apsara à bord. Nuit à bord, dans le port de Phnom Penh.



7^{ÈME} JOUR - vendredi 1^{er} décembre

PHNOM PENH

Fondée en 1434, la capitale du Cambodge, grâce à la réhabilitation de son patrimoine architectural, conserve beaucoup de charme. Visite de la Pagode d'Argent et du Palais Royal, cœur symbolique de la nation et l'un des plus beaux exemples d'architecture cambodgienne. Puis du Musée National bâti en 1917 par les Français dans le style de l'architecture khmère traditionnelle. Déjeuner en ville. L'après-midi, visite de l'École Tuol Svay Prey S21, ancien centre de détention et de torture des Khmers rouges pendant la guerre civile. Temps libre au marché local. Retour à bord et navigation vers le Vietnam. Nuit à l'ancre.

8^{ÈME} JOUR - samedi 2 décembre

CHAU DOC

Chau Doc, très prospère, se développe autour de la pêche et de la pisciculture. Visite de la pagode Tay An et du temple Ba Chua Xu. Déjeuner à bord et navigation vers Sa Dec. Nuit à l'ancre.

9^{ÈME} JOUR - dimanche 3 décembre

SA DEC - VINH LONG - CAI BE

Visite de Sa Dec, célèbre pour son horticulture et surnommée le «Jardin de la Cochinchine» à l'époque coloniale. Tour de cette petite ville, où subsistent encore quelques maisons coloniales. Découverte du superbe marché local et visite de l'ancienne demeure de Huyn Thuy Lê, qui fut l'amant de la romancière française Marguerite Duras. Elle passa une partie de son enfance à Sa Dec. Déjeuner à bord et navigation vers Vinh Long, terre rendue riche par les alluvions, qui est le pays des mandarines et des oranges. Départ en petits bateaux à travers les canaux et les vergers qui mènent vers Cai Be. Découverte d'une briqueterie, d'une pépinière d'arbres fruitiers ainsi que d'une fabrique artisanale de riz soufflé. Retour à bord et navigation. Nuit à l'ancre.



10ÈME JOUR - lundi 4 décembre

MY THO - HÔ CHI MINH-VILLE (SAIGON)

Sur la plus grande des îles, Thoi Son, visite d'une ferme d'apiculture et dégustation de thé au miel ainsi que de fruits exotiques. Ensuite, navigation dans de petits sampans sur ce canal bordé de palmiers d'eau qui laisse apercevoir la vie des villageois. Retour à bord pour le déjeuner. Magnifique navigation en direction de Hô Chi Minh-Ville par le très étroit canal de Chao Gao qui permet de passer de la rivière Saigon au delta du Mékong. Nuit à quai dans le centre-ville de Saigon.



11ÈME JOUR - mardi 5 décembre

HÔ CHI MINH-VILLE

Visite d'Hô Chi Minh-Ville construite par les Français en 1859, la ville a gardé un peu de l'atmosphère qui la caractérise. En matinée, tour de ville : Palais de la Réunification, cathédrale Notre Dame et Poste Centrale construite par Gustave Eiffel. Visite du Musée National d'Histoire. Déjeuner à bord. Départ en bus pour rejoindre les tunnels de Cu Chi. Ce site explique le mode de vie des soldats Viet Cong pendant la guerre du Vietnam. Retour au bateau. Cocktail et dîner d'au revoir. Nuit à quai.

12ÈME JOUR - mercredi 6 décembre

HÔ CHI MINH-VILLE

Petit déjeuner à bord. Débarquement et découverte de Cholon dont le nom signifie «Grand marché», quartier où le commerce est roi. Déjeuner en ville. Après-midi pour flâner et faire vos derniers achats dans Hô Chi Minh-ville. Transfert à l'aéroport puis envol pour Paris (avec escale).

13ÈME JOUR - jeudi 7 décembre

PARIS

Arrivée à l'aéroport de Paris Charles de Gaulle



Renseignements & réservations
au **01 41 33 56 56**

DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 18H ET LE SAMEDI DE 9H À 12H



Votre bateau

Le RV Indochine 4 ancras

De style colonial, entièrement habillé de bois exotique, il allie charme et confort, pour vous offrir une croisière prestigieuse sur le Mékong.

Caractéristiques RV Indochine :

- Année de construction : 2008
- Longueur : 51 mètres
- Largeur : 11 mètres
- 24 cabines
- Vitesse de croisière : 12 nœuds
- Le bateau a reçu la certification SAFEGUARD du bureau VERITAS

LOISIRS

Un restaurant panoramique, un grand salon, bar, pont soleil, etc. Vous aurez aussi l'occasion de visionner à bord, un film traitant de la culture et de l'histoire de cette région d'Asie.



VOS CABINES

Des cabines, toutes extérieures, confortables, spacieuses et lumineuses grâce à leurs grandes fenêtres.

Elles possèdent une salle d'eau avec lavabo, douche et toilettes privées, climatisation, coffre-fort, sèche-cheveux, coiffeuse. Peignoir, serviettes et sandales sont mis à votre disposition.

Extensions

(Possibles en option)

Prolongez la magie de votre voyage



4 jours/ 3 nuits

HANOÏ ET LA BAIE D'HALONG

En option

**Prix par personne, taxes d'aéroport incluses :
à partir de 1 080 €**

L'extension de 4 jours vous fera découvrir Hanoï, la capitale, entre pagodes millénaires et échoppes qui fourmillent de créativité et de bonne humeur. Vous terminerez par une croisière romantique, à bord d'un bateau, au fil des sites incontournables de la baie d'Halong, entre îles, criques et pitons aux formes fantastiques.



7 jours

**LES VILLES IMPÉRIALES
DU NORD AU SUD,
HANOÏ ET LA BAIE D'HALONG**

En option

**Prix par personne, taxes d'aéroport incluses :
à partir de 1 555 €**

L'extension de 7 jours vous permettra de découvrir l'essentiel des deux provinces du Vietnam qui portaient jadis les doux noms d'Annam et Tonkin, et de vivre une croisière romantique à bord d'un bateau, au fil des sites incontournables de la légendaire baie d'Halong, entre îles, criques et pitons aux formes fantastiques.

● **CES PRIX COMPRENNENT :**

Les vols domestiques et leurs taxes • la pension complète • les visites et excursions • les services des guides locaux francophones • le logement en chambre double à l'hôtel • les boissons à tous les repas (1 soda ou 1 bière ou 1 eau minérale et 1 café ou 1 thé par personne et par repas) • une croisière de 24h à bord d'un bateau non privatisé dans la baie d'Along • l'assurance assistance / rapatriement.

● **CES PRIX NE COMPRENNENT PAS :**

L'assurance annulation bagages • les pourboires aux guides et aux chauffeurs (à titre indicatif 5\$/jour/personne) • les boissons autres que celles mentionnées.

Renseignements & réservations

au **01 41 33 56 56**

DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 18H ET LE SAMEDI DE 9H À 12H

Pour embarquer, c'est très simple !

DU 25 NOVEMBRE AU 7 DÉCEMBRE 2023

1) Choisissez votre cabine dans le tableau ci-dessous :

VOTRE HÉBERGEMENT	VOS TARIFS PAR PERSONNE
Cabine double pont principal	3490€
Supplément cabine double à usage individuel	+ 1488€
Supplément pont supérieur	+ 139€
Extension (Hanoï et la baie d'Halong)	+ 1080€
Extension (Les villes impériales du Nord au Sud, Hanoï et la baie d'Halong)	+ 1555€
Supplément chambre individuelle extension Hanoï et la baie d'Halong	+ 470€
Supplément chambre individuelle extension Les villes impériales du Nord au Sud, Hanoï et la baie d'Halong	+ 535€

Les vols internationaux seront assurés au départ de Paris avec Thai Airways (TG), Singapour Airlines (SN), (vols réguliers avec escale) ou autre compagnie desservant l'Asie en cas de non-disponibilité.

● CE PRIX COMPREND :

Les vols internationaux et les taxes aériennes (210€/pers, sous réserve de modification) - les transferts - la croisière selon la catégorie de cabine choisie - l'hébergement en hôtel 1ère catégorie en chambre double à Siemp Reap - la pension complète pendant tout le circuit-croisière - les visites et excursions mentionnées au programme - les services d'un guide national vietnamien et cambodgien francophone pour toutes les visites - les services de notre directeur de croisière CroisiEurope à bord et notre représentant CroisiEurope à Siem Reap - les boissons à tous les repas (1 soda ou 1 bière** ou 1 eau minérale et café et thé par pers. et par repas) - thé, café et eau minérale à volonté pendant la croisière - l'assurance assistance/rapatriement - les pourboires pour tous les prestataires locaux pendant le circuit-croisière.

● CE PRIX NE COMPREND PAS :

Les boissons autres que celles mentionnées - l'assurance annulation/bagages : 6% du montant total du voyage, par personne - les visas - les pourboires pour l'équipage (à titre indicatif 5\$/jour/passager).

● FORMALITÉS :

Pour les ressortissants français, belges et suisses : passeport valide 6 mois après la date de retour avec au moins 2 pages consécutives entièrement libres de toute inscription et visa cambodgien obligatoire. Le visa vietnamien peut être obligatoire selon les nationalités. Pour les autres nationalités : nous consulter.

● INFORMATION VISA CAMBODGE :

Le délai moyen d'obtention d'un visa cambodgien (80€) par vos propres moyens (directement à l'ambassade) est d'environ 4 à 6 jours ouvrés. Si vous souhaitez bénéficier du « service visa » proposé par CroisiEurope, et vous éviter ces démarches administratives, ce service est payant, et le délai est d'environ 45 à 60 jours, avant la date de départ.

2) Appelez notre centre de réservation au 01 41 33 56 56

EN COMMUNIQUANT LE NOM DE VOTRE MAGAZINE

du lundi au vendredi de 9 h à 18 h et le samedi de 9 h à 12 h.

Nos conseillers sont à votre disposition pour répondre à vos questions. N'hésitez pas !

Retrouvez toutes nos autres croisières sur notre site : www.voyages-lecteurs.fr