

Manon Stalder et Dominique Amstutz

5 mois à vélo en Asie du Sud-Est *Carnet de voyage*



<https://www.familleavelo.com/>
dominique.amstutz@gmail.com

Texte et photographies, Dominique Amstutz et Manon Stalder, 2021 ;

Tous droits réservés. Toute reproduction ou transmission, même partielle, sous quelque forme que ce soit, est interdite sans autorisation écrite du détenteur des droits.

Photographie de couverture : Noémie s'amuse pendant la fête du Nouvel An chinois au sein d'une tribu du nord de la Thaïlande.

Sommaire

Préface	4
Itinéraire	5
I Hô-Chi-Minh-Ville	6
II Premiers jours dans le Delta du Mékong	9
III Immersion vietnamienne	11
IV Ding Dong	14
V Phu Quoc, terre de contrastes	15
VI Kep ou pas cap ?	18
VII Anecdotes de voyage	19
VIII T'en veux Angkor ?	21
IX Mines antipersonnel	23
X Rencontres en route	27
XI Chill dans les îles	29
XII Usure et courbatures	31
XIII Vientiane la douce	33
XIV Bus de nuit pour Luang Prabang	34
XV Slow-boat direction la Thaïlande	36
XVI Café, tribu et belles rencontres	38
XVII Palette de sensations	41
XVIII Lieux improbables, francophonie et temples à foison	43
XIX Vélo balnéaire	45
XX Koh Tao, l'île qui frime au rythme des marées	49
XXI Ban Krut VS Bangkok	51
XXII Rétrospective en chiffres, le meilleur et le pire	54
XXIII Rude retour, mais joie des retrouvailles	58
XXIV Le guide pratique	60

Préface

De la fin du mois d'octobre 2018 à avril 2019, nous avons voyagé à vélo avec notre fille Noémie, alors âgée de trois ans, à travers quatre pays d'Asie du Sud-Est : le Vietnam, le Cambodge, le Laos et la Thaïlande. Avant le départ, nous avions une certaine appréhension à laisser de côté notre quotidien effréné pour nous aventurer dans une région du monde qui nous était inconnue, et qui plus est à vélo avec un enfant. Cependant, après quelques semaines d'acclimatation au trafic parfois très dense, à une nourriture surprenante, aux températures élevées et à la poussière, le voyage commença à nous accepter et à nous livrer ses merveilles. Comme l'a écrit Nicolas Bouvier, écrivain-voyageur suisse du XX^e siècle : « On croit qu'on va faire un voyage, mais bientôt c'est le voyage qui vous fait et vous défait. » En effet, notre périple nous a procuré autant des moments de joies intenses et de rencontres inoubliables que de doutes et d'inquiétudes. À savoir que plus le voyage avance, plus ces derniers ont tendance à s'atténuer, car on acquiert une certaine expérience à gérer les imprévus. Où allons-nous dormir ce soir ? Qu'allons-nous manger ? Qui allons-nous rencontrer aujourd'hui ? Où irons-nous demain ? Aucune idée. Certains qualifieront ces incertitudes comme angoissantes. Nous préférons parler de liberté.

Noémie était confortablement installée dans une remorque et nous parcourions en moyenne entre 30 et 50 km par jour. Lorsqu'un lieu nous plaisait, nous n'hésitions pas à y rester quelques jours, jusqu'à ce que la date butoir du visa, souvent de 30 jours, approche dangereusement. Alors, nous prenions le bus ou le train afin de rejoindre la prochaine frontière. Avant le départ, nous avons tenté de tracer un itinéraire, mais la littérature sur le sujet étant très limitée, celui-ci s'est rapidement modifié au gré des envies et des contraintes.

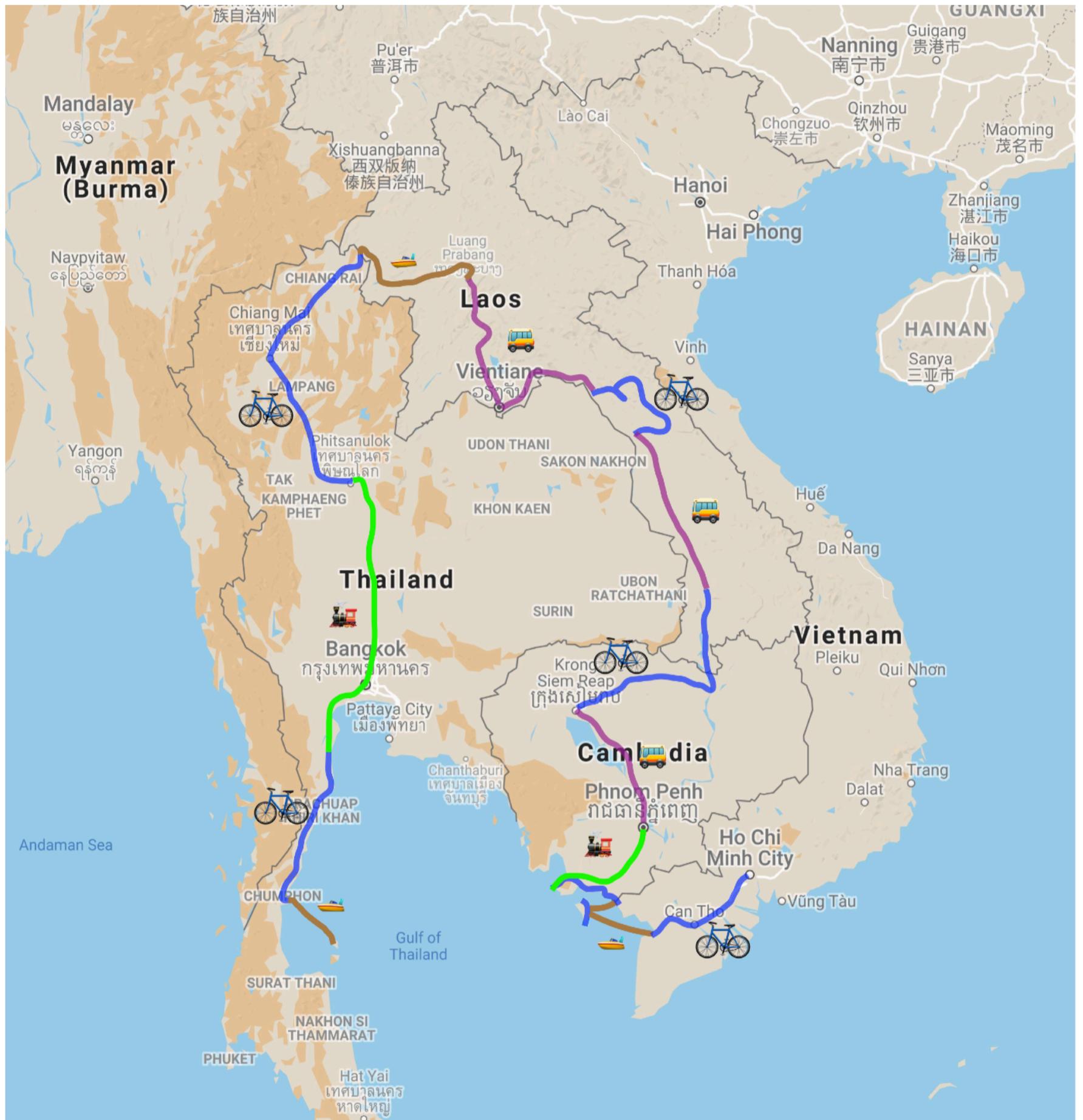
Nous avons rédigé ce qui suit pendant notre voyage en alternance, le « je » pouvant désigner l'un ou l'autre.

Pour celles et ceux qui sont intéressé(e)s par l'aspect purement pratique (itinéraire détaillé, matériel, budget, voyager avec un enfant, etc.), nous avons rédigé un livre de 142 pages intitulé « Vietnam, Cambodge, Laos et Thaïlande, à vélo et en famille - un guide 100 % terrain », que vous pouvez commander via notre site www.familleavelo.com. Vous y trouverez également des vidéos et des galeries photos pour chaque pays.

Bonne lecture !

Dominique et Manon

Itinéraire



Nous sommes partis du sud du Vietnam pour rejoindre la Thaïlande.

I Hô-Chi-Minh-Ville

Novembre 2018. Vietnam.

Hô-Chi-Minh-Ville est la plus grande ville du Vietnam, 8.5 millions d'habitants et 5 millions de scooters. Ceux-ci transportent parfois quatre personnes et tout type de marchandises : bouteilles, poulpes en sachet, table, échelles, écran plat... Le casque est obligatoire depuis peu, mais pour les adultes uniquement ! Les enfants installés sur une petite chaise aménagée ne s'en plaignent pas. Le scooter est comme une seconde maison. Son propriétaire y mange et y dort. Le trafic est très intense. Les feux aux passages piétons sont secondaires, pourtant personne ne s'énerve, tout le monde trouve sa place. Quand tu es piéton, inutile d'attendre, les véhicules ne s'arrêtent jamais. L'astuce est d'avancer lentement sans jamais reculer, tout en se faisant contourner par le flot incessant de deux-roues. D'ailleurs, nous sommes les rares piétons, le moindre déplacement est fait en scooter.

Dans le but de me familiariser avec le trafic avant notre départ de la métropole et de me déplacer plus rapidement qu'à pied, je m'essaie au vélo, seul, sans sacoches, avec un gilet



Une horde de deux-roues motorisés.

jaune fluo et mon casque vissé sur la tête. Je ne sais pas si ce dernier est obligatoire à vélo, mais le bon sens m'incite à le porter. J'ai d'abord un peu d'appréhension, mais celle-ci est vite estompée. Je m'élanche sur la route et m'intègre rapidement au flux de véhicules. Comme tout le monde, je grille les feux. Et ça marche plutôt bien ! Cependant, sur une dizaine de kilomètres parcourus, j'estime à 5 % ma diminution irrémédiable de capacité pulmonaire. Exercer un effort physique au milieu de centaines de pots d'échappement me fait suffoquer. De plus, les deux-roues motorisés me frôlant, je dois prendre garde à ne pas m'y brûler les mollets. D'ailleurs, les Vietnamiens portent un masque pour se protéger des particules fines qu'eux-mêmes produisent, mais je doute de leur utilité, parfois ce n'est qu'un simple foulard. Il y a vingt ans, le vélo était roi. La croissance économique étant passée par là, les déplacements sont désormais motorisés : possession d'un scooter et



Hô-Chi-Minh-Ville, une ville qui ne dort jamais.

statut social étant étroitement liés. Heureusement, un espoir demeure pour les poumons des Saïgonnais : le retour au vélo ! On en a vu quelques-uns, mais leur présence est symbolique.

Hô-Chi-Minh-Ville ne se résume pas à son flux incessant de scooters, et heureusement. Les gens sont très accueillants et serviables. Lorsque je me suis attelé à remonter nos vélos encore emballés dans des cartons pour le vol en avion, trois Vietnamiens travaillant dans notre hôtel se sont précipités pour m'aider. Ils apprécient également beaucoup les enfants, en témoignent les nombreux sourires adressés à Noémie. Côté visites, le palais de la réunification, la poste centrale, la cathédrale Notre-Dame et le musée des vestiges de la guerre du Vietnam valent le détour. Arrivé sur ce dernier lieu, on m'oriente sur un parking spécial motos/vélos. Trois agents de sécurité y montent la garde. Je suis rassuré que mon vélo ne risque rien et ce pour la coquette somme de 4 centimes... Pour visiter ce musée, il est nécessaire d'avoir le coeur bien accroché : les photos des combats et de tortures sont crues, sans parler des ravages de l'agent orange. Les foetus mal développés contenus dans des bocaux sont particulièrement poignants. À la fin de la visite, des victimes en chair et en os vendent des bijoux fabriqués par leurs soins. Bref, musée qui vaut la peine malgré la propagande anti-américaine omniprésente.

Un autre aspect intéressant de la ville ce sont ses nombreux cafés. On y trouve des « Starbucks » mais également leurs propres cafés qui ont parfois des décors surprenants. Dans l'un d'eux, il y avait une salle dans laquelle les clients étaient invités à enlever leurs chaussures et à se rendre à leur table en marchant sur du sable. Souvent, une fontaine ou un bassin trône au milieu de la salle et certaines fois, il y a même des poissons rouges... ça amène un peu de fraîcheur ! Sans compter que le café vietnamien est délicieux.

Demain, départ pour le delta du Mékong !

II Premiers jours dans le Delta du Mékong

Novembre 2018. Vietnam.

Après avoir visité Saïgon, comme l'appellent encore les anciens qui n'ont pas digéré la victoire du Nord Vietnam, nous enfourchons nos vélos à l'assaut du Delta du Mékong. Cependant, sortir de la métropole n'est pas une mince affaire, car nous commençons par tourner en rond dans des ruelles étroites. Notre gps nous indique un chemin, mais ce n'est pas évident d'y être attentifs tout en prenant garde à la meute vrombissante de scooters qui nous entoure. D'ailleurs, Dominique manque de chuter lorsque le cale-pied d'une moto se prend dans une de ses sacoques. Nous suivons d'abord une route qui s'apparente à une nationale. Ce tronçon est particulièrement pénible : trafic important, bruit, klaxons et poussière. Nous utilisons nos masques pour faire face aux particules en suspension provoquées par le passage des camions, mais se couvrir les voies respiratoires quand il fait 32 degrés n'est pas agréable (si on avait su qu'en 2021 porter un masque serait notre quotidien...). Heureusement, une quarantaine de kilomètres plus loin, l'effervescence citadine s'estompe pour laisser place au delta.



Notre curieux convoi attire l'attention.

Notre convoi suscite la curiosité des autochtones. Les motorisés nous klaxonnent, ce qui est par ailleurs pénible à la longue (surtout quand Noémie dort), et les piétons nous lancent des « Hello » (prononcez « R-hello »).

Nous émettons trois hypothèses quant à cet engouement provoqué par notre passage. D'abord, nous sommes des Occidentaux, espèce très rare dans la région. Ensuite, notre matériel flambant contraste avec leurs vieux vélos mono-plateau. Enfin et surtout, les Vietnamiens adorent les enfants. Nous avons un peu l'impression d'être des animaux de foire, surtout lorsqu'ils essaient discrètement de nous photographier.

Parlons gastronomie. La réputation de la nourriture vietnamienne n'est plus à faire. Son célèbre Phở, une soupe de nouilles au bœuf est excellente. Elle est consommée à toute heure, notamment au petit déjeuner. À 1.50 \$ le bol, on ne s'en lasse pas, pour l'instant du moins. Un restaurant proposait également du cobra mijoté à la citronnelle, mais nous n'avons pas vraiment été tentés...

III Immersion vietnamienne

Novembre 2018. Vietnam.

Nous nous familiarisons gentiment avec la culture vietnamienne, qui est très éloignée de la nôtre. On avait déjà noté leur conduite à coups de klaxons et on commence à s'y faire. La règle d'or : ne pas changer d'avis lorsque l'on a décidé d'une direction. Mais il n'y a pas que leur conduite qui nous interpelle. Vous les verrez sur leur scooter par 32 degrés avec de longues manches, des gants, des pantalons et des masques aux motifs variés. Ce n'est pas le froid qui leur impose cet accoutrement mais le soleil et la poussière du trafic. Les femmes s'équipent même d'une sur-jupe spécialement conçue pour aller en deux-roues.

Concernant la gastronomie vietnamienne, celle-ci est incroyablement variée. Il est inconcevable pour eux de manger du riz nature. Chaque plat vietnamien est composé d'une multitude d'ingrédients. Dans le célèbre Phở, on trouve des nouilles de riz (la forme est au choix : vermicelles, tagliatelles ou cornettes), toutes sortes de légumes (salade, oignons verts, choux chinois), des épices (notamment un poivre délicieux) et la touche finale, des morceaux de viande et de poisson, qui ne sont pas toujours très ragoûtants (parfois il y a encore des poils et des os) ; le tout flottant dans un bouillon. Et quand on en a marre des nouilles, il y a les omelettes et les sandwiches baguette-pâté. Aussi surprenant que ça puisse paraître, ils connaissent ces mets à la française, sans doute des restes de la colonisation. Quant aux boissons, dès qu'on est assis dans un restaurant, les serveurs nous apportent immédiatement un verre de ce qui semble être du thé vert avec plein de glaçons : assez amer mais rafraîchissant. Le café vietnamien est servi avec du lait condensé, très sucré et bu de préférence froid. Ils sont également friands du jus de canne à sucre produit grâce à une machine manuelle, dans laquelle des rouleaux écrasent la canne. On en voit souvent au bord de la route. À savoir que l'on peut tout consommer à l'emporter au Vietnam; il y a un sachet en plastique pour chaque met. On a par exemple bu du jus de noix de coco dans un sac en plastique avec une paille, le tout fermé par un élastique.

Ils ne parlent ni l'anglais, ni le français. On fait des mimés et des dessins. C'est assez rigolo et ça amène parfois des quiproquos. Une fois, nous voulions commander un chocolat chaud et nous avons reçu un bol rempli d'une sorte de thé au lait avec des guimauves et un flan qui y flottait.

L'humour des vietnamiens est également très particulier : c'est un mélange entre la chamaillerie et la provocation. Par exemple, ils prennent le doudou de Noémie et font

semblant de le garder. Ça les fait beaucoup rire mais Noémie n'apprécie pas toujours. Ils ont une fascination pour les enfants européens à cause de leur nez qu'ils trouvent trop mignons car non aplati comme le leur. Tout le monde cherche à attirer l'attention de Noémie qui ne sait pas toujours comment réagir.



Hors des grands axes, on retrouve une relative tranquillité.

Nous avons dormi chez des Vietnamiens en pleine campagne. Nous avons été très bien reçus, la politesse est le mot d'ordre. On observe des traits communs aux maisons vietnamiennes : un portail en fer forgé avec des dorures, des colonnes en pierre à l'avant de la maison pour les plus riches, un salon ouvert sur l'extérieur, voire complètement dehors, du carrelage composé de grandes dalles de pierres claires toujours très propres, car on ne rentre pas avec ses chaussures. Ils ont un grand amour des plantes et des fleurs. Chez notre hôte, la douche se trouvait dehors, entourée de végétation. Cependant dans les « guesthouses » que nous avons fréquentées, la cabine de douche se situe à même le sol des toilettes et ces dernières sont souvent équipées d'une douchette pour se laver les fesses.

Le Vietnam que nous voyons depuis nos vélos n'est pas très beau. On imaginait de belles rizières, mais on n'en a pas vues beaucoup. Il y a aussi des monocultures de fruits (oranges,

fruits du dragon et bananes). Quand on quitte les grands axes et qu'on arrive sur les petits chemins de terre, le long des couloirs d'irrigation, ça devient plus joli et plus calme. C'est en général des culs-de-sac qui conduisent jusqu'aux habitations. Il y a des jardins avec des plantes exotiques, des maisons sur pilotis, des barques et des coqs colorés. Nous avons également admiré les temples bouddhistes. On les reconnaît à leur portique à la chinoise, orné de dragons. Lorsque l'on s'y aventure, sur la pointe des pieds (on ne sait pas vraiment si c'est autorisé), on se balade dans des jardins magnifiques où de grandes statues blanches semblent être en train de converser. Il y a une forte odeur d'encens et les fidèles s'adonnent à la prière.

IV Ding Dong

Novembre 2018. Vietnam.

Nous devons négocier férocement chacun de nos achats, le prix pouvant varier du simple au double. À force de se prendre au jeu, on perd la notion de la réelle valeur des choses. Par exemple, nous marchandons pendant cinq minutes pour acheter une bouteille d'eau. Le vendeur en veut 8'000 Dongs ; nous ne voulons pas lui en céder plus de 5'000. Faute de consensus, nous partons la gorge sèche sans vraiment réaliser que cela correspond à une différence de 13 centimes...

Le coût de la vie au Vietnam est bas. Un repas au restaurant pour les trois revient à environ 5 \$, une nuit d'hôtel à 12 \$. Notre record pour une chambre s'est établi à 2 \$ la nuit. C'est également le record de la plus mauvaise nuit. En voici le récit.

La route que nous empruntons pour arriver à Rach Gia, le point de départ du bateau pour l'île de Phu Quoc, est horrible. Elle nous rappelle la sortie de Hô-Chi-Minh-Ville. Malheureusement, nous n'avons pas d'autres possibilités. Le choix d'hébergement est limité et nous sommes exténués. Notre gps nous indique un motel. Nous nous y rendons. Face à nous, une maison accueillante de laquelle sort une vieille femme dont le visage est couvert de boutons blancs. Elle comprend que nous souhaitons passer la nuit ici et nous demande de la suivre, non pas dans sa maison, mais en direction d'une sorte de garage jouxtant sa demeure. Nous croyons qu'il s'agit du lieu où entreposer nos vélos. Que nenni. C'est notre chambre. Son toit est composé de tôles ondulées sous lesquelles la chaleur est étouffante. Nous pénétrons dans une petite cour fermée par un grillage, située à 5 mètres de la route. De là, nous voyons un lit unique, étroit et dur, occupant une bonne partie de la petite pièce. Au fond, une ouverture donne sur la salle de bain où la propreté laisse à désirer. Le mobilier est composé d'une cuvette de toilette, de la traditionnelle douchette à fesses et du seau d'eau permettant de se laver les mains. La dame nous demande si le lieu nous convient. Vu l'heure tardive et sachant que le prochain hébergement est situé à 30 km, nous acceptons à contre-cœur. Ravie, elle nous donne la « clé », c'est-à-dire un gros cadenas permettant de fermer la porte à double battant à l'entrée de notre chambre. Réunis sous l'unique ventilateur, nous programmons la journée du lendemain, lorsque soudain, des cafards géants sortent de la grille de la salle de bain. Armés de tongs, nous les pourchassons et les écrasons sans pitié. S'ensuit une nuit durant laquelle nous ne fermons pas l'oeil. En cause : les cafards, les moustiques, le bruit ininterrompu du trafic, la chaleur et l'étroitesse du lit pour trois. Au petit matin, à 6h00, plus fatigués que la veille, nous partons au plus vite !

V Phu Quoc, terre de contrastes

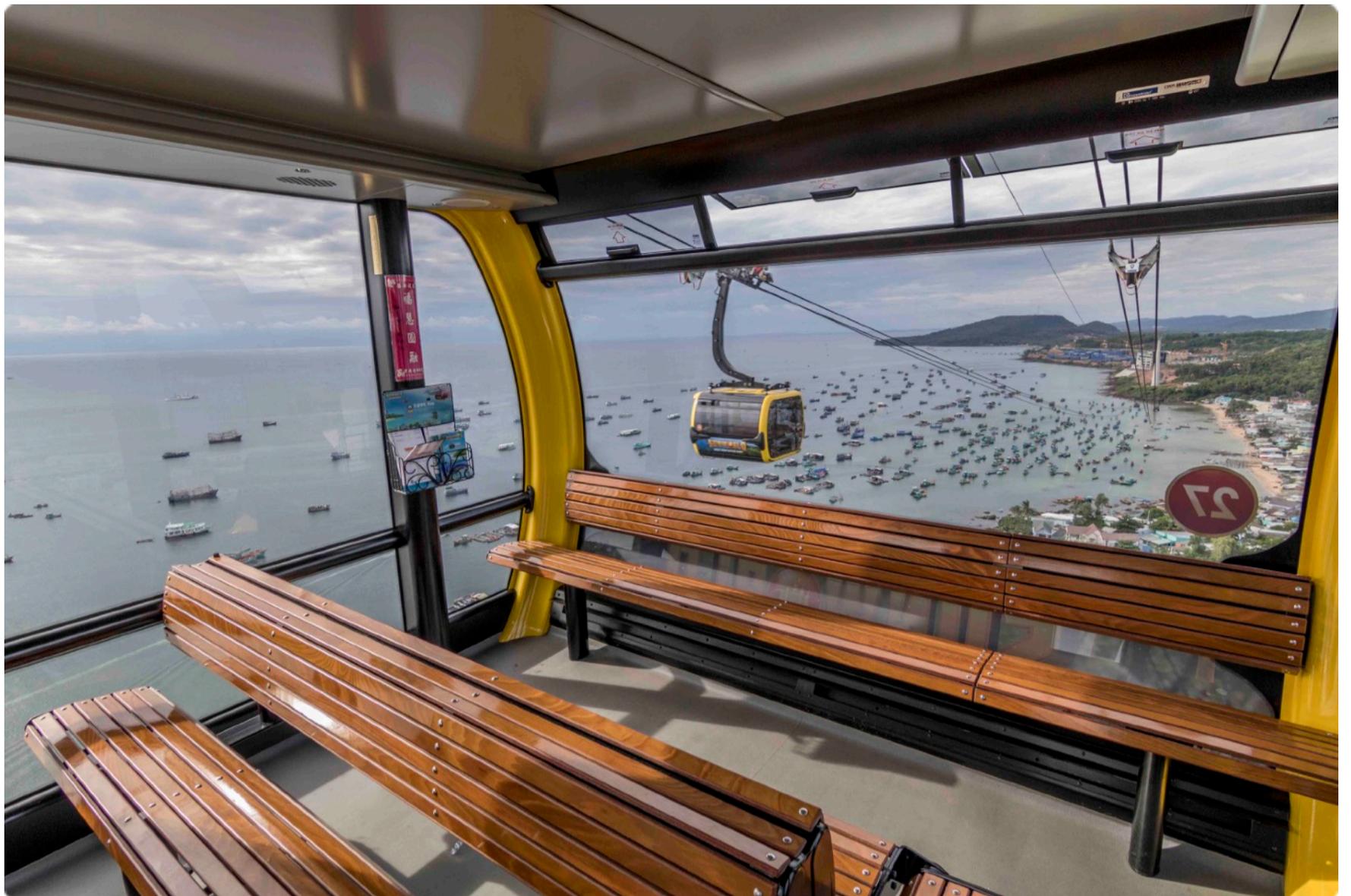
Novembre 2018. Vietnam.

Après l'expérience de l'hôtel à 2 \$, nous poursuivons notre route pour Phu Quoc, la plus grande île du Vietnam (574 km²). Avant de l'explorer, nous décidons de prendre des « vacances » pendant notre voyage. Nous choisissons un hôtel chic en bord de mer. Arrivés devant le bâtiment, le groom, stupéfait, nous aide à décharger nos sacs. Un peu emprunté, il ne sait pas où stationner nos vélos. À la réception, l'employée nous demande si nous avons fait bon vol, question-type qu'elle répète toute la journée. Nous lui montrons du doigt nos montures. Elle sourit et nous assaille de questions sur notre voyage. Après quatre jours à trianguler entre la piscine, le bar et la plage, notre soif d'exploration est à son paroxysme.

Rouler à vélo à Phu Quoc est un réel plaisir. Nous enchaînons les visites : ferme d'abeilles, cultures du poivre, production de perles, chutes d'eau, parc naturel, multiples plages et surtout un téléphérique. D'une longueur de près de 8 km, ce dernier est le plus long au monde au-dessus d'une mer, enfin ils disent tous ça. Le décor de la station de départ nous parachute en Italie : fontaines, ruines romaines, musique typique... Après 20 minutes à contempler de haut les bateaux de pêche et les îles environnantes, la cabine nous dépose sur un milieu complètement artificiel : Pineapple Island. Celle-ci ressemble davantage à Disneyland qu'à ce qu'on connaît du Vietnam.

Malheureusement, « l'île d'émeraude », surnom donné à Phu Quoc, ne porte pas toujours bien son surnom. Quatre aspects font de l'ombre au tableau : les chantiers, les mines, les déchets et le trafic motorisé. Le premier est propre à l'île, les autres sont extrapolables au Vietnam.

Premier aspect : les chantiers. Après avoir roulé une centaine de kilomètres, nous constatons que Phu Quoc est une île en plein développement. Les hôtels poussent comme des champignons, les routes se déroulent tels des tapis à travers les forêts et un aéroport international a été inauguré en 2012. La croissance économique de l'île est indéniable. Par contre, nous ne sommes pas certains que les profits soient répartis équitablement, surtout lorsqu'on voit des Occidentaux en costard déambuler au milieu de Vietnamiens accroupis au sol en train de planter des brins d'herbe un à un devant l'hôtel. Les constructions défigurent le paysage et provoquent parfois des déplacements de population non souhaités. Heureusement, 70 % de l'île est protégée par un parc naturel. Concernant le reste, il semble que les promoteurs s'attendent à un important essor



Un téléphérique hyper moderne au-dessus de la mer.

touristique, car les constructions sont démesurées. Il nous est arrivé de nous retrouver seuls clients d'un hôtel avec tout un staff à notre disposition, épiant nos moindres gestes afin de satisfaire tous nos besoins. À peine installés sur les chaises longues, qu'un employé s'empressait de nous ouvrir le parasol...

Les multiples guerres que le Vietnam a endurées nous amènent au deuxième aspect : les mines et autres UXO (munitions non explosées). En arrivant sur une minuscule île reliée par une frêle passerelle à Phu Quoc, nous sommes accueillis par un panneau nous signalant la présence de mines antipersonnel. Nous prenons donc garde à ne pas sortir des sentiers préalablement tracés. Le problème est que le besoin d'uriner se fait sentir. Nous n'hésitons alors pas à souiller le chemin plutôt que de prendre le risque de perdre une jambe, et tant pis pour les suivants.

Le troisième aspect est les déchets. Ils sont partout : en ville, au bord des routes, dans les champs, les rivières, la mer et les plages. Nous nous sommes d'abord interrogés sur leurs provenance : est-ce qu'un courant marin ou un vent dominant essaient ces détritiques ? Nous avons rapidement eu la réponse. Au bord du Mékong, un café en plein air nous semble accueillant pour y faire une pause. Nous en profitons pour changer la couche de

Noémie et demandons au serveur où se trouve la poubelle. Du doigt, celui-ci nous indique le fleuve. Incrédules, nous nous demandons si c'est une blague vietnamienne, lorsqu'un client assis à la table d'à côté montre lui aussi le cours d'eau. Nous comprenons que la couche souillée va faire un bout de route avec nous. À plusieurs reprises, nous avons vu des gens jeter délibérément leurs déchets dans l'eau ou les champs. On est loin de la taxe au sac appliquée en Suisse. Le système de gestion des déchets n'est pas au point : ils sont soit brûlés au bord de la route, soit enterrés sans aucun traitement préalable.

Enfin, quatrième aspect, le trafic individuel motorisé à outrance. Nous comptons sur les doigts des mains les personnes que nous avons croisées à pied depuis le début du voyage. Et pour cause, les trottoirs font office de parking à scooters. Chaque déplacement se fait en moto, même pour avancer de 10 mètres. Le Vietnamien ne daigne pas descendre de son deux-roues pour faire ses emplettes au marché, comme si son véhicule était le prolongement de son corps.

Bien que nous ayons davantage développé les côtés peu reluisants de Phu Quoc, nous avons eu énormément de plaisir à l'explorer !

VI Kep ou pas cap ?

Novembre 2018. Cambodge.

C'est avec délectation que nous entrons au Cambodge. La nature luxuriante, les chemins tranquilles, les vaches qui paissent et toujours la mer à l'horizon, Kep est notre premier arrêt. Nous sommes immédiatement surpris par ses immenses boulevards déserts. Sont-ils les restes de la célèbre Kep-sur-Mer, cette ville colonisée par les Français ? Ou un politicien local aurait-il parié sur un essor illusoire ? Quoi qu'il en soit, nous prenons du plaisir à y rouler à vélo, absolument seuls, en zigzaguant sur toute la largeur de ses énormes rues.

Au détour de ces artères, des murs de pierre décrépis encerclent d'anciennes maisons coloniales sur lesquelles la végétation est en train de reprendre le dessus. Certains s'y sont installés provisoirement. On imagine que, par le passé, ces lieux étaient habités par de riches colons entourés d'une main-d'oeuvre khmer, alors que des Occidentaux venaient les visiter sous ces latitudes exotiques. Aujourd'hui, l'histoire se répète, comme un air de néo-colonialisme. Kep a le vent en poupe, c'est le cap de beaucoup d'expat' ! Ainsi, nous goûtons à la boulangerie française, à la pizzeria italienne, au café à l'américaine et à la guesthouse à la française. Nous sommes bien loin du Vietnam, comme c'est étrange de pouvoir converser en anglais et en français !

Mais Kep, c'est aussi un havre de paix. Sur ses hauteurs, un parc naturel offre des balades au coeur d'une jungle très dense et le « water-front » laisse place, tous les soirs, à de magnifiques couchers de soleil, dont les variations de nuances sont impressionnantes. On comprend donc l'attrait des Occidentaux.

Si l'on souhaite un peu plus d'animation, on peut se rendre au marché. Il y en a deux. Dans l'un, ce sont des dédales de tailleurs d'habits, de coiffeurs et marchands de fruits et légumes et dans l'autre ce sont les fruits de mer et autres poissons qui sont à l'honneur. Ça grouille, ça fume et les odeurs embaument.

VII Anecdotes de voyage

Chaque voyage comporte son lot d'anecdotes, surtout lorsqu'on se déplace à vélo. En voici un échantillon.

- Notre convoi attise la curiosité des autochtones. Sur la route, on ne compte plus ceux qui se dévissent la tête après nous avoir dépassés pour pouvoir nous observer plus longuement. Certains dévient dangereusement de leur trajectoire, comme ce curieux en moto qui, tout en nous regardant, s'est pris la branche d'un arbre en pleine tête...

- Nous nous arrêtons dès que nous apercevons une place de jeux, afin que Noémie puisse se défouler. Celles-ci se trouvent principalement dans les cours d'école. Noémie profite des infrastructures sous les regards amusés des écoliers. Tout se passe bien jusqu'à ce qu'elle décide de faire ses besoins au milieu de la cour. Nous nettoyons vite fait et partons sans demander notre reste.

- Dans une chambre d'hôtel, une araignée de la taille de la main se balade sur le carrelage. Ecraser des cafards faisant désormais presque partie de notre quotidien, nous ne sommes pas encore assez aguerris pour affronter les araignées géantes. Nous la signalons à la réception qui nous envoie le jeune gardien de l'hôtel. Ce dernier, armé d'un gros élastique, dégomme le prédateur d'un seul tir.

- Nous tournons dans une ville vietnamienne à la recherche d'une chambre où dormir. On se trompe de chemin, les « guesthouses » sont inexistantes... on galère. Manon tourne un peu sec pour emprunter un petit chemin sur la gauche afin de s'extirper du trafic. Elle n'avait pas planifié que son convoi était si long et la remorque heurte un haut trottoir, puis se renverse. Paniqués, nous courons vers Noémie. Surpris, nous nous rendons compte que la petite ne s'est même pas réveillée.

- À Sihanoukville, au sud-ouest du Cambodge, un secteur est connu pour ses singes en liberté. L'un d'eux se permet de fouiller dans nos affaires. Dominique s'approche pour le faire déguerpir, mais le primate montre les dents et s'avance rapidement vers nous. Dom tente un low-kick que l'animal esquive habilement. Heureusement, il finit par fuir et nous faisons de même !

- Un chien renifle le vélo de Dominique. Nous l'observons sans plus y prêter attention jusqu'à ce qu'il lève la patte et urine sur une des sacoches. Enervé, Dom le fait déguerpir. Quelques minutes plus tard, d'autres chiens rappliquent et reniflent à l'endroit même où le

premier s'est soulagé. Puis, l'un d'eux lève lui aussi la patte. Excédé, Dominique chasse tous les chiens du secteur en hurlant.

- Nous roulons depuis plusieurs dizaines de kilomètres. Il fait chaud, ça monte et descend sans cesse et nous avons faim. Une végétation clairsemée sur une terre rouge fait office de paysage. À part des camions roulant à vive allure sur une route poussiéreuse criblée de nids-de-poule, il n'y a rien. Soudain, tel le messie, un vendeur de donuts en scooter croise notre chemin. Nous crions afin qu'il s'arrête. Il fait demi-tour et nous nous régaloons. Quelques minutes plus tard, flairant le filon, un vendeur d'épis de maïs grillés fait halte. Notre repas donut-maïs englouti, nous reprenons des forces pour terminer cette dure journée.

- En arrivant devant notre hébergement, nous sommes accueillis par un des employés frappant au marteau un serpent à même le sol. D'un commun accord, nous décidons de ne pas souper ici ce soir.

- Nous décidons de nous reposer quelques jours sur l'île de Koh Rong Sanloem, au large des côtes cambodgiennes. Juste avant d'embarquer sur le bateau, nous réservons un hôtel sur l'île. Nous avons quelques petites frayeurs lorsque les matelots, en équilibre sur une mince planche de bois, chargent nos vélos. Mis à part la tong d'un des marins, rien n'est tombé à l'eau. Arrivés sur l'île, nous constatons que les hôtels sont répartis sur le bord de mer et que le seul moyen de les rallier est la plage. Evidemment, notre hébergement est situé à l'extrémité opposée, soit à plus de 3 kilomètres. Nous tentons donc de pousser nos vélos dans le sable, sous le regard perplexe des vacanciers. 300 mètres plus loin, suant et geignant, nous demandons une chambre au premier hôtel venu et annulons l'autre.

- L'idée est de prendre le train de Sihanoukville à Phnom Penh, capitale du Cambodge. Nous demandons à l'employée du guichet, s'il est possible d'embarquer dans le train nos vélos et notre remorque. Elle semble sceptique, baragouine en khmer, fait des téléphones et discute avec ses collègues. On commence à se dire que l'on va devoir affronter la grande route nationale bardée de camions, lorsque l'employée revient vers nous pour nous annoncer que ça fera 2 dollars par vélo pour 7h30 de voyage. Nous comprenons dès lors que les discussions portaient davantage sur le prix que sur la possibilité d'embarquer nos vélos : le train étant muni d'un wagon prévu pour transporter des marchandises en tout genre. Au Cambodge, tout est réalisable, du moment qu'on paie, et encore les montants sont dérisoires.

VIII T'en veux Angkor ?

Décembre 2018. Cambodge.

Il faut se rendre à l'évidence, le Cambodge est un grand pays et nous devons accélérer la cadence, si nous ne voulons pas dépasser la date limite de notre visa de 30 jours. Nous décidons donc de prendre un bus pour relier Phnom Penh à Siem Reap, porte d'entrée des célèbres temples d'Angkor. Ceux-ci sont impressionnants : des structures en pierre qui ont plus de 1'000 ans surgissent de la jungle. Leur nombre est hallucinant, ainsi on fait plus de 120 km de vélo en 3 jours. Il y a même des pistes cyclables (les premières du voyage !) et nous pouvons ainsi nous rendre dans des temples isolés et préservés, loin de la foule. Nous faisons également une journée avec un guide francophone, qui nous fait marcher des kilomètres et nous explique le bouddhisme et l'hindouisme de long en large. Vishnou, Shiva, Brâhma et Bouddha n'ont presque plus de secrets pour nous. Chaque bas-relief a son histoire et l'on pourrait passer des années à tous les étudier. À la fin de la journée, on est sur les rotules. Notre guide est tellement passionné qu'il ne veut pas sortir du temple, malgré les bruits des sifflets sauveteurs des gardiens, nous indiquant la fermeture du site.



Des kilomètres de bas-reliefs ornent les temples.

À Siem Reap, nous marchons dans « Pub Street », l'aberration même du Cambodge. Il y a des vendeurs de kebabs, de tacos et la spécialité : les « ice cream rolls », des sortes de rouleaux de printemps en glace qui permettent au vendeur de faire son show (il frappe la glace avec des lames, puis l'étale pour en faire des rouleaux). Autant dire que l'on voit ça nulle part ailleurs au Cambodge et que l'essentiel des personnes circulant dans cette rue sont des touristes parachutés ici par avion. Cependant, nous apprécions vivement que « Pub Street » soit fermée à la circulation le soir, alors nous en prenons « Angkor une »... la bière porte le nom d'Angkor !

IX Mines antipersonnel

Décembre 2018. Cambodge.

Nous décidons finalement de prolonger notre visa depuis Siem Reap, afin d'obtenir un mois supplémentaire au Cambodge, le but étant de pouvoir rallier la frontière laotienne sans contrainte temporelle. Dans l'attente du sésame, qui est censé nous parvenir dans les 7 à 10 jours ouvrables, nous réalisons que cette ville réserve bien d'autres curiosités en plus des temples.

L'avantage de voyager à vélo c'est... d'avoir des vélos ! Délestés de leurs sacoches, ceux-ci sont des moyens de transport très pratiques qui nous permettent d'éviter d'être dépendants des tuk-tuk, promène-couillons à touristes par excellence. Des expatriés nous ont même demandé si nous étions des résidents, puisque nous avons nos propres vélos. C'est presque le cas, car une routine s'installe : Manon suit des cours de yoga, Noémie connaît bientôt toutes les aires de jeux et Dominique participe à un « workshop » au Festival de la photo d'Angkor. Nous suivons également un cours de cuisine et un de khmer (la langue parlée au Cambodge). Nous nous essayons même à la sculpture dans un atelier ayant pour objectif de mettre en valeur l'artisanat local. Une visite qui nous a particulièrement marquée est celle du centre d'entraînement des rats démineurs.

Il faut savoir que les quatre pays les plus sévèrement touchés par les mines antipersonnel sont l'Angola, l'Afghanistan, la Bosnie-Herzégovine et le Cambodge. La guerre du Vietnam, le régime de Pol Pot et sa clique auto-proclamée « Khmers rouges » ainsi que des décennies de guerres civiles ont eu comme conséquence, la présence de 6 millions de mines sur le territoire du Cambodge. Une mine coûte entre 3 \$ et 75 \$ à la fabrication et à la mise en place, alors qu'elle revient entre 300 \$ et 1000 \$ pour être neutralisée, selon les méthodes conventionnelles, c'est-à-dire employer un détecteur de métaux ou un robot de déminage. Le problème est que ces moyens sont onéreux et chronophages : un démineur avec un détecteur de métaux peut prendre jusqu'à quatre jours pour sécuriser une zone de la surface d'un terrain de tennis. C'est là que les rats démineurs entrent en scène. Pour cette même surface, il ne faut que 30 minutes à ce rongeur pour détecter les engins explosifs. Son odorat développé lui permet de sentir le TNT dans un rayon d'un mètre. Les démineurs se disposent de part et d'autre de la zone à sécuriser et tiennent chacun le rat avec une laisse. Ainsi attaché, il quadrille le secteur sur des bandes de 50 cm de large, afin de ne laisser aucune zone non contrôlée. Lorsqu'il se met à gratter le sol, la présence d'une mine est fort probable. À chaque découverte, le mammifère reçoit une récompense alimentaire : la banane est son aliment favori. 29 rats dressés sont utilisés pour tout le

Cambodge, chacun valant près de 6000 \$. C'est la raison pour laquelle les démineurs sont prêts à intervenir, si un serpent ou un volatile s'attaquait à leur protégé en pleine opération de déminage.

Nous passons finalement 16 jours à Siem Reap, nos visas étant arrivés un peu plus tard que prévus. Heureusement que nous avons fait la demande dans cette ville et non à Phnom Penh, car on se serait vite ennuyés à passer autant de jours dans la capitale. De plus, nous avons eu la chance de passer du temps avec Sébastien et Shadia, des amis de Suisse, qui débutent leur voyage de deux mois entre le Cambodge et Bornéo.

Hormis la visite des temples, nous parcourons à vélo à peine 10 km par jour, en ville sans notre matériel. Nous logeons dans un joli hôtel pas cher avec piscine. Bref, nous nous encroûtons. Le retour à la réalité du voyage sera brutale !

Dès la réception de nos visas, nous quittons la ville pour une première étape d'une trentaine de kilomètres. Le problème est qu'il est déjà 10h30 et à cette heure-là, il fait dans les 35°C. La chaleur et le fait d'avoir perdu le rythme est passablement difficile. Les pistes de terre rouge se déroulent au milieu de rizières dans lesquelles on observe des maisons sur pilotis. La poussière s'infiltré partout, n'épargnant ni les corps ni les machines. Le soir, nous dormons chez l'habitant où toute une famille vit sous le même toit. On ne se repose qu'à moitié : il fait également 35°C dans la chambre et le bruyant ventilateur ne sert pas à grand-chose. À 5h du matin, le grand-père, à moitié sourd, enclenche la télé avec le volume à fond. Celle-ci diffuse de la musique traditionnelle khmer : super réveil ! Les chants de la dizaine de coqs des environs confirment la fin de notre nuit. À ce moment-là, nous ne savons pas encore que la journée qui s'annonce va nous pousser à nos limites...

L'étape du jour doit faire dans les 50 km, non pas parce que nous sommes pressés ou avides d'avaler les kilomètres, mais car la région traversée est particulièrement sauvage. Les possibilités d'hébergement sont réduites et on est peu motivés à planter la tente dans un champ de mines. Le matin, les pistes sont roulantes et nous avançons bien malgré la chaleur. Nous décidons de faire deux heures de pause à l'ombre, pour manger notre pique-nique et éviter de s'exposer aux températures élevées du milieu de journée. Puis, nous nous élançons sur une route nationale goudronnée, afin d'avoir un meilleur rendement, mais c'était sans compter sur les 4x4 nous dépassant en nous frôlant à une vitesse folle. Ici aussi certains croient encore que cylindrée rime avec virilité : l'endoctrinement du marketing automobile n'a pas de frontière. Le coup de klaxon signifie : « Je te préviens que je passe sans ralentir ». Un plan B est nécessaire. Nous

enclenchons le gps du smartphone en mode piéton, car cette configuration élargit le champ des possibilités. En mode vélo, il nous fait rester sur cet axe dangereux. À peine sortis de la route, c'est le soulagement : aucun véhicule et une large piste constituée d'un sol dur et roulant. Puis, plus nous avançons, plus le sol devient sablonneux. Notre vitesse, qui était d'abord dans les 10km/h, s'est réduite à 1km/h. Nous poussons nos vélos qui, comme nous, s'enfoncent dans le sable. On en peut plus, nos bras sont endoloris. Il nous reste 3 km jusqu'au prochain village et il fait nuit dans une heure. Le calcul est vite fait : encore 3h à avancer ainsi. Nous sommes mal barrés. Mais le pire est que nous n'avons plus d'eau depuis au moins une heure. Nos gorges sont sèches et nous transpirons, le sable se collant à notre peau.

Nous prenons la décision que Dominique aille seul chercher de l'eau à pied au village, soit 6 km aller-retour. Il prend un sac à dos dans lequel il range toutes les gourdes ainsi qu'une lampe frontale. Il part d'abord en courant, mais étant épuisé, il abandonne rapidement. Par chance, en cours de route, il tombe sur une famille d'agriculteurs rentrant de leur journée de travail sur leur « tracteur », c'est-à-dire un essieu couplé à un moteur relié à des planches de bois. Sans hésiter, il saute sur leur engin. Ils le déposent au village où il fait le plein d'eau. D'habitude on doit négocier férocement chacun de nos achats, mais là le vendeur doit avoir pitié de son état, car il ne demande rien en retour. Pour gagner du temps, Dom interpelle un autre client en moto et lui fait comprendre de l'amener en dehors du village. Il accepte sans sourciller. Dominique faillit ne pas retrouver les filles. Heureusement, la moto fait du bruit et Manon appelle pour qu'on les trouve. Arrivé auprès de Manon et Noémie, on tend 3 dollars au motard et celui-ci s'en va. Pendant l'absence de Dominique, Manon et Noémie ont eu très peur : un chien noir a surgi de nulle part en grognant. Par chance, le propriétaire du chien n'était pas loin et a rappelé son molosse. Le monsieur ramassait des crabes dans ce désert-savane au milieu de rien ! On est pourtant pas à la mer, mais Noémie s'y croit aussi : « Maman, papa... je vois la mer ! ».

Bien que nous ayons de l'eau, nous décidons de monter la tente, trop fatigués pour poursuivre. Couverts de transpiration et de sable collé, nous nous glissons, tels des tranches panées, dans nos sacs de couchage.

Au matin, on sort la tête de la tente, le paysage est magnifique : on voit simultanément le soleil et la pleine lune. Ça ressemble à la savane, ne manque plus que les girafes.



Sur le sable, nos vélos chargés deviennent de véritables fardeaux.

X Rencontres en route

Décembre 2018. Cambodge.

Le nord du Cambodge est couvert de nature, parsemé de maisons sur pilotis et de petites villes un peu lugubres. Ces dernières se dessinent toujours de la même manière : une rue principale avec de nombreuses petites échoppes sous des auvents en tôles. Du toit, pendent des échantillons de shampoing, de petits paquets de chips et autres biscuits d'apéro, sachets d'instantanés ou jouets d'enfant en plastique. On a de la peine à différencier magasin officiel et habitation, car ils tendent à se confondre. Chacun essaie de se faire quelques sous en vendant de l'essence contenue dans des bouteilles en verre récupérées ou des boissons entreposées dans de grosses glacières rouges que l'on peut voir dans tout le pays. Ces glacières sont refroidies par de gros blocs de glace livrés en scooter et découpés à la scie à même la route.

Puis, on aperçoit une densité de scooters plus élevée et on devine alors le marché avec ses étalages de fruits, poissons et viandes qui chatouillent les narines et attirent les mouches. La chaîne du froid pour la viande est un concept inexistant ici, mais ce n'est pas pour autant que nous sommes tombés malades.

Nous avons fait de belles et surprenantes rencontres. Tout d'abord, comme sortis de nulle part, nous rencontrons d'autres cyclo-voyageurs : des Hollandais, un Thaïlandais, des Allemands, des Russes et même des Suisses. Pendant presque deux mois nous n'avions croisé aucun voyageur à vélo et là, en quelques jours, c'est le défilé. Nous échangeons sur les différents modes de voyage et les astuces de la route. Les Suisses ont des vélos de course et font près de 160 km par jour, chargés avec de toutes petites sacoches. On parle alors de « Bikepacking », nouvelle façon à la mode de voyager à vélo. Le Thaïlandais est un passionné et a fabriqué ses propres pare-boues avec des morceaux de bouteilles en plastique. Il a trouvé l'astuce pour éviter que les voitures ne le rasant de trop près : une frite de piscine est fixée sur son porte-bagage. Les véhicules s'écartent ainsi davantage en le dépassant. Il profite de sa semaine de vacances pour aller explorer le Cambodge. Quant aux Hollandais, ils font la route inverse à la nôtre et nous conseillent ainsi le meilleur itinéraire à suivre.

Dans un village perdu, nous nous approchons du seul restaurant éclairé et vide en espérant grappiller quelque chose pour le souper. Soudain, un couple de Français fait irruption. Nous fraternisons. Ils sont en train de faire un « road trip » vers le Laos. Ils nous expliquent comment, deux mois plus tôt, ils se sont installés à Siem Reap et la manière

dont ils vivent cette vie d'expatriés pas toujours évidente. Elle est enseignante dans une école française, lui s'est improvisé chauffeur et aide de cuisine. Il s'applique également à apprendre le khmer afin de s'intégrer au plus vite.

En plus de ces touristes, nous saluons des rencontres plus locales :

- L'accueil d'une famille sous leur maison, à l'ombre et au frais, où la maman est en train de tresser des paniers. On partage de la mangue séchée

- Nous rencontrons une dame en train de pétrir de la pâte. C'est à l'aide d'un gros levier qu'elle la presse à travers un moule troué donnant naissance à des nouilles de riz qui atterrissent dans une marmite d'eau bouillante et nous les dégustons aussitôt.

- Un soir, dans un restaurant, nous sommes écoeurés. Au centre de la table voisine trône une carapace de tortue retournée dans laquelle les convives grattent avec leur cuillère. Nous nous dévisageons mutuellement et avons de la peine à finir notre assiette. Nous prenons la décision de réduire drastiquement notre consommation de viande dans la région.

- Une petite fille grassouillette, déguisée en princesse (les enfants portent très souvent des déguisements ou des pyjamas assez kitchs), grignote une grenouille grillée sur un bâton, comme une sucette. Noémie, sans plus porter attention au batracien croustillant, a beaucoup de plaisir à jouer avec elle.

Nous plongeons réellement au coeur du mode de vie cambodgien et ce n'est pas toujours facile à cause de l'écart de culture (surtout culinaire !). On ressent parfois le mal du pays et le besoin de confort. Alors pour le nouvel an, on s'est orientés vers un joli hôtel au bord du Mékong. On profite des cocktails à 1,50 \$ et on fait une excursion en kayak sur le fleuve. Le paysage est fascinant : on aperçoit les racines des arbres sur plusieurs mètres de hauteur, car c'est la saison sèche et le niveau de l'eau est bas. On a également la chance de voir des ibis géants et des aigles. Le temps semble comme suspendu lorsque, sur notre terrasse, nous observons les magnifiques couchers de soleil sur le fleuve. Nous pensons alors à la suite de l'aventure : le Laos !

XI Chill dans les îles

Janvier 2019. Laos.

Le 2 janvier 2019 nous entrons au Laos. Nous posons nos sacoches aux 4'000 îles. Dans ce pays, le trafic est peu dense et sur certaines îles, il n'y a aucune voiture : un véritable luxe que nous savourons. Comme vous avez dû le deviner, ce n'est pas la mer, mais bien le Mékong, qui a changé depuis le Vietnam. Désormais, il est très large, parsemé d'îlots et presque bleu avec très peu de déchets à sa surface. Nous rejoignons ces territoires soit en empruntant un pont, soit en prenant de petits bateaux qui tanguent pas mal mais où il est possible de charger nos vélos. « Chiller » (≈ se reposer, relaxer et prendre du bon temps) et « manger » sont nos deux mots d'ordre. Et nous allons exécuter ces deux actions à la perfection pendant plusieurs jours. Nous avons besoin de compenser le nord du Cambodge, qui s'est avéré compliqué pour la nourriture et avec de grandes étapes de vélo très fatigantes (dont une de 90 km, notre record du voyage sur une journée). On découvre avec délectation les bananes frites au chocolat et les smoothies saupoudrés de graines magiques aux mille vertus. On décide quand même d'aller voir les chutes d'eau, principales attractions des îles. Nous sommes absolument seuls et on reste plusieurs heures à observer ces eaux agitées, en bouquinant sur de confortables coussins en forme de prisme posés à même le sol. On fait le plein d'énergie.

Alors que l'on est en train de commencer à réfléchir à la suite du parcours, un voyageur à vélo français s'approche de nous. Cette rencontre va modifier toute la suite du parcours. C'est un baroudeur, non seulement il a une grande expérience du voyage (il a voyagé pendant 5 ans sur un bateau avec sa famille) mais en plus, il vient de parcourir tout le Laos. Il nous donne de précieux conseils. Maintenant, on connaît les endroits à éviter et ceux qu'il faut absolument voir. En attendant, c'est avec regret que nous quittons les 4'000 îles, en pensant à tort que nous avons vu l'unique point d'intérêt de la région.

Un matin, sur la route, nous nous arrêtons pour prendre notre petit déjeuner. Le soleil est à peine levé. Assis dans l'herbe, nous mangeons en observant le début typique d'une journée au Laos. Les enfants en uniforme se rendent à l'école à vélo, pendant que des adultes attendent à genoux, au bord de la route, la venue des moines. Ceux-ci, vêtus de togas oranges, marchent à pieds nus avec un récipient métallique en bandoulière en quête d'offrandes. Les villageois déposent de la nourriture dans les réceptacles, ce qui assure la subsistance des moines. En échange, ceux-ci récitent des prières.

Un moine âgé arrive à notre hauteur. Nous fouillons dans notre réserve de nourriture et en extirpons deux tomates que nous lui donnons. Nous nous agenouillons et le moine récite quelques paroles. Puis nous nous remettons en route, heureux d'avoir pu vivre, l'espace d'un instant, un rite bouddhiste séculaire.

Nous voilà à Champassak, une ville dans laquelle on hésitait à s'arrêter et quel gâchis ça aurait été. Une bande de sable blanc qui s'étend le long d'un Mékong encore plus bleu et au loin, des montagnes qui nous apportent une touche de fraîcheur.

XII Usure et courbatures

Janvier 2019. Laos.



Jeunes laotiens se rendant à l'école à vélo.

Les kilomètres défilent, le temps passe, la soif de découvertes ne se tarit pas, mais le matériel commence à souffrir : sangle de sacoche déchirée, vis perdues, habits troués et décolorés, rouille sur les vélos, crevaison et même rupture d'un câble de vitesses. Pour cette dernière situation, nous ne sommes que trop heureux d'avoir développé un minimum de compétences mécaniques et d'avoir emporté du matériel de réparation.

Nous progressons à travers le Laos. Suite aux conseils d'un voyageur à vélo, nous avons pris un bus de Paksé à Thakhek, dans le but d'éviter un tronçon inintéressant et encombré de trafic. Depuis Thakhek, nous nous lançons à l'assaut du « Loop », une boucle à travers une nature sauvage qui vaut absolument le détour, surtout à vélo. Certes, les montées s'enchaînent, mais la beauté du paysage fait oublier la douleur dans les jambes. Vu que nous nous élevons, la température chute et nous enfilons pour la première fois du voyage nos pulls et pantalons. Ça fait bizarre de ne plus avoir la transpiration qui coule dans les yeux au point de ne plus rien y voir.

Décidément, le moment de la journée que nous préférons est le matin. Nous avons déjà évoqué, dans le précédent article, la rencontre matinale avec les moines. Nous pouvons

ajouter les enfants se rendant à l'école à vélo. On a aussi un peu l'impression d'aller à l'école avec eux. Difficile à dire combien de kilomètres ils parcourent, mais ce qui est certain, c'est qu'ici il n'y a pas de parents-taxi amenant leur progéniture en voiture le plus près possible de la salle de classe, pour être sûrs que leur petit protégé marche le moins possible.

En tout cas, le Laos est, pour ce qu'on a pu voir jusqu'à maintenant, un de nos coups de coeur.

XIII Vientiane la douce

Janvier 2019. Laos.

Nous craignons d'être malades dans le bus qui suit les courbes sinueuses de la route qui quitte Ban Nahin pour se rendre à Vientiane, mais c'est surtout le jeune homme à côté de nous qui souffre et nous arrivons indemnes dans la capitale, quoiqu'un peu nostalgiques de quitter le calme de la campagne. Par hasard, on tombe sur un joli hôtel au mobilier en bois foncé, avec un merveilleux petit balcon et parfaitement bien placé. De notre promontoire, on étudie la vie vientianaise. On y dénombre plusieurs classes de populations : les plus pauvres y côtoient les plus riches et le paysage est très disparate. Un barbecue laotien enfume une boulangerie snob à la française et depuis notre buffet-déjeuner, on voit un jeune homme vêtu de haillons qui se brosse les dents, en utilisant le tuyau d'arrosage d'un hôtel. Même si ça ne changera pas grand chose, on lui glisse un petit billet en partant.

Vientiane est le seul endroit où on s'est retrouvés coincés dans les embouteillages avec nos vélos car il n'y a pas que des scooters mais aussi de gros 4X4 qui prennent toute la place. Malgré ce désagrément, c'est un réel plaisir de se balader le long du Mékong que l'on ne voit pas. Hé oui, nous sommes en saison sèche. On ne se souvient même plus de la dernière fois qu'il a plu. Si bien que du Mékong, on ne voit qu'une tâche bleue au fond d'un champ de roseaux. Le soir, le soleil gros, rond et rouge se couche sur cette verdure et inonde le ciel d'une lueur rosée. C'est à ce moment-là que l'effervescence de la ville se dévoile. Une à une les centaines d'échoppes de la promenade piétonne lèvent leur store. Les châteaux gonflables s'élèvent dans l'air, la musique retentit, les spectacles ambulants commencent. La foule est dense et on peine à se frayer un passage ; une centaine de femmes suivent un cours de Zumba en plein air. Noémie veut rester danser. Néanmoins, on ne se couche pas trop tard, les moustiques nous rappellent à l'ordre et le lendemain, on ira visiter l'un des nombreux « Wat » (pagode) de la capitale avant d'atterrir dans un café et de réfléchir sur notre existence. Noémie nous ramène les pieds sur terre en nous informant : « Bouddha n'aime pas les chaussures ». Avant de rentrer dans un temple, l'usage est de se déchausser : la déduction est donc évidente !

XIV Bus de nuit pour Luang Prabang

Janvier 2019. Laos.

Cette fois nous décidons de ne pas prolonger notre visa de 30 jours au Laos et devons accélérer la cadence pour sortir du pays avant son échéance. Un bus de nuit nous transporte alors de Vientiane à Luang Prabang, ville au nord du Laos classée à l'Unesco. Nous croyions à tort que voyager à vélo c'était l'aventure. Que nenni, prendre les transports publics est davantage source de péripéties.

La station de bus est située à une dizaine de kilomètres de Vientiane et le départ est fixé à 20h00. La route qui y mène n'a rien d'intéressant, mais les vélos permettent une fois de plus d'échapper à la mafia des tuk-tuks. Bien que nous soyons en avance, le conducteur et son aide-chauffeur chargent déjà le véhicule. À la tête qu'ils tirent en voyant notre convoi, nous nous demandons si la place sera suffisante pour tout notre matériel. Finalement, tout est soigneusement arrimé sur le toit. Après avoir reçu un sac en plastique dans lequel nous sommes priés de mettre nos chaussures, nous nous installons dans ce qui va constituer notre lit pour la nuit, soit un espace de 1m50 de long (Dominique mesure 1m80) sur 1m de large pour nous trois. À cet instant, nous réalisons que la nuit sera longue. C'est parti pour 12 heures de route défoncée et de virages en épingle. Nous nous étendons et tentons des techniques pour être le moins inconfortable possible. Pour Dominique, à défaut de s'étendre de tout son long, il a le loisir de choisir entre plier le haut du corps ou bien les jambes. Le « secret » est en fait d'alterner ces positions. Ensuite, pour que nous puissions nous coucher tous les trois, la seule issue est la position latérale, ce qui signifie changer de côté dès que l'impression de perdre son bras se fait sentir. De plus, les virages et les coups de volant pour éviter les nids-de-poule demandent une concentration maximale pour ne pas tomber de la couchette et éviter d'avoir mal au coeur. Pour couronner le tout, de la climatisation défectueuse suintent des gouttes d'eau sale sur nos têtes. Bref, on a mal dormi.

Le bus s'arrête, il est 4 heures du matin. Sommes-nous déjà arrivés ? Immobilisé dans la descente d'un col, notre bus est au milieu de dizaines d'autres véhicules. Les chauffeurs se regroupent et commencent à allumer de petits feux au bord de la route pour se réchauffer et griller quelques saucisses. Drôle d'heure et d'endroit pour un barbecue. Dominique décide de suivre à pied la file de bus et de camions pour constater, deux kilomètres plus bas, l'accident source de cet embouteillage. En attendant que la situation se débloque, le jour se lève et les dizaines de passagers sortent des bus, s'installent à même la route et fraternisent. Nous partageons un paquet de graines de tournesol avec une famille

laotienne. Soudain, les klaxons retentissent et au soulagement général, la voie est à nouveau ouverte. Plus épuisés que par une journée de vélo, nous arrivons avec 6 heures de retard dans la magnifique ville de Luang Prabang.

À peine installés dans un hôtel, nous réalisons que nous avons oublié le chargeur de l'ordinateur portable dans un café de Vientiane. Nous faisons d'abord de vaines recherches pour en acheter un nouveau. Finalement, la seule solution est de récupérer l'original. Après de multiples téléphones en anglais et en laotien à l'aide du réceptionniste de l'hôtel, le chargeur est censé arriver le lendemain par avion ! Nous avons de la peine à y croire. De bon matin, Dominique se rend à l'aéroport à vélo avec un numéro de référence pour récupérer le colis. Au bureau du service cargo de l'aéroport, l'employé annonce que le paquet a déjà été réceptionné par quelqu'un. En fait, nous ne l'avions pas compris, mais l'employé de l'hôtel nous l'a ramené entre-temps.

Décidément, Luang Prabang est la plus belle ville qu'on ait visitée depuis le début du voyage. Ses maisons coloniales lovées dans les méandres du Mékong, ses dizaines de temples, les processions matinales des moines et ses restaurants d'excellente qualité confèrent à la cité un charme particulier. Certains diront que le tourisme de masse l'a rend moins attrayante, mais pas pour nous. C'est même plutôt le contraire qui se produit, car en voyageant à vélo nous avons notre dose d'authenticité locale et sommes ravis de pouvoir parler français et de manger autre chose que du riz frit ou de la soupe de nouilles.

XV Slow-boat direction la Thaïlande

Janvier 2019. Laos.

Après quelques jours à profiter de Luang Prabang, il est temps de partir. Nous embarquons pour une « croisière » de deux jours sur le Mékong à destination de la Thaïlande. D'ailleurs, nous écrivons une partie de ce chapitre sur le bateau, assis sur des banquettes de voitures récupérées. En levant les yeux de notre ordinateur, nous voyons l'eau brunâtre du fleuve, puis, sur les berges, de véritables plages de sable en strates témoignant des différentes hauteurs d'eau selon la saison. Elles sont bien apparentes puisque c'est actuellement la saison sèche. Quelques vaches évoluent sur ces bancs de sable. Au-dessus, une jungle dense recouvre des reliefs où de rares habitations témoignent d'une présence humaine. De temps à autre, le cadavre gonflé d'une vache ou d'un porc flottant au gré du courant vient rompre la monotonie de ce paysage.

Nous arrivons à la frontière thaïlandaise en début de soirée et devons absolument la franchir, car c'est le dernier jour de validité de nos visas laotiens. Le poste-frontière est immense et fait davantage penser à un temple qu'à un édifice officiel. Un pont sur le



Où sont nos vélos sur la photo ?

Mékong fait office de « no man's land » entre les deux États. Nous nous dépêchons, car nous ne savons pas où nous allons dormir ce soir et la nuit est déjà tombée. D'autant plus que rouler à gauche, de nuit, dans un pays qui nous est inconnu ne nous enchante guère. Le garde-frontière laotien, corrompu par définition, nous soustrait les quelques dollars habituels en invoquant cette fois l'heure tardive. Puis, nous devons encore payer un bus qui doit nous faire traverser le pont, car les déplacements à vélo ou à pied sont interdits. Le chauffeur du car ouvre les portes de la soute et nous fait comprendre que les deux vélos, la remorque et nos huit sacoches doivent y entrer. Tout ça juste pour traverser le pont de quelques centaines de mètres. Nous lui faisons à notre tour comprendre qu'on a aucune envie de tout charger dans son bus. Il se rend compte de l'absurdité du règlement et nous indique que nous devons le suivre. C'est bien la première fois que nous avons un car vide comme escorte et c'est surtout la première fois que nous payons un ticket de transport pour le suivre à vélo ! Evidemment, le terme remboursement n'existe pas dans leur vocabulaire. De l'autre côté du pont, les deux pistes se croisent et nous devons désormais rouler à gauche. Au poste-frontière thaïlandais, à notre grand désespoir, le guichet délivrant les visas est fermé. Nous nous avançons alors au bureau suivant et la fonctionnaire nous apprend, pour notre plus grand bonheur, que le passeport suisse ne nécessite pas de visa.

Puis, nous roulons quelques kilomètres dans la nuit jusqu'à trouver un hôtel. Epuisés par cette longue journée (9 heures de bateau, 25 kilomètres de vélo et le passage d'une frontière), nous nous installons dans une chambre au bord du fleuve. Le subconscient de Dominique, pour une raison obscure, décide d'enclencher le ventilateur du plafond alors que les températures sont fraîches. Ensuite, pressé de prendre une douche, il retire son tee-shirt en levant bien les bras en hauteur. Lorsque les pales métalliques tournant à toute vitesse heurtent sa main, il se rappelle soudain qu'un ventilateur est en fonction au-dessus de sa tête. Croyant d'abord à tort avoir perdu quelques doigts, la douleur l'oblige à s'étendre sur le lit. Résultat : le pouce a doublé de volume et est en train de virer au bleu, tandis que les autres doigts, en partie ensanglantés, peinent à bouger.

Le lendemain, Dominique doit apprendre, malgré lui, à manier sa bicyclette de sa seule main valide.

XVI Café, tribu et belles rencontres

Janvier 2019. Thaïlande.

En Thaïlande, nous sommes immédiatement surpris par la gentillesse des gens : tout le monde vient vers nous, nous pose des questions, propose son aide. Les Thaïlandais sont fidèles à leur réputation. Noémie reçoit tous les jours des jouets, si bien qu'il n'y a bientôt plus de place dans la remorque.

Dans une petite ville du nord, nous sommes en train de manger une soupe lorsqu'un homme se présente. Il s'appelle Kong et il va bouleverser les prochains jours de notre voyage. Nous sommes liés par le vélo. Il est lui aussi inscrit sur le site web « warmshowers » qui permet de recevoir chez soi des voyageurs à vélo pour passer la nuit. Ce soir-là, il nous invite à dormir chez lui. Malheureusement, nous nous sommes déjà engagés dans une « guesthouse », alors il nous invite à boire le café le lendemain matin. Le café se transforme en deux heures de discussion dans son coffee shop, une sorte de laboratoire où il fait ses expériences avec le café (y trônent diverses machines à café, des torréfacteurs et son vélo). Kong est « coffee farmer and roaster ». Il nous propose de nous emmener dans la montagne où il a sa plantation et où la tribu « Lisu » fait justement une cérémonie pour le Nouvel An chinois. C'est avec grand plaisir que nous acceptons. Il nous aurait été impossible de nous rendre dans ces contrées abruptes, s'il ne nous avait pas proposé de mettre nos vélos dans son pick-up.

Nous partons donc à l'aventure. Première arrêt : sa plantation de café dans laquelle nous nous promenons au soleil couchant. Entre les caféiers, on grignote des prunes et des fruits de la passion. Deuxième arrêt : nous retrouvons des amis de Kong, deux Allemands qui voyagent en moto et avec eux nous allons visiter une usine de café. On y sèche, lave et fait fermenter le café avant de le mettre dans de grands sacs de jute pour l'exportation. Troisième arrêt : place de camping incroyable dans un trou de verdure au milieu des montagnes. On monte la tente et Kong cuisine pour tout le monde un bon repas thaïlandais : légumes, riz et viande. La soirée est arrosée d'alcool d'ananas et de maïs. Au matin, Kong a disparu. On ne s'inquiète pas trop et il revient quelques heures plus tard. Il s'est levé à 6 heures du matin pour aller nous chercher des spécialités de la région. On mange du « sticky rice » agrémenté de sauce sucrée, d'oeufs et de lait de soya et de maïs. C'est délicieux ! Quatrième arrêt : nous partons à la rencontre d'une famille du peuple « Lisu ». Ceux-ci étant animistes, la cérémonie se passe en haut de la montagne sacrée autour d'un arbre. Ils croient aux esprits de la nature. C'est une tribu qui vient de Chine et parle son propre dialecte. La famille en question se compose d'une centaine de



Danse rituelle autour de l'arbre sacré.

personnes. Toutes les générations portent pour l'occasion des costumes traditionnels colorés. On est les seuls touristes là au milieu et on ne sait pas trop comment se comporter. Manon se fait emporter dans une ronde, pas le choix, il faut suivre le monsieur qui fait de la musique sur un instrument bizarre et danser en rythme. Des petites filles intègrent Noémie, qui se met aussi très vite à danser. À tout moment, quelqu'un arrive vers nous avec un petit verre rempli d'alcool de maïs, qu'il est préférable de descendre d'une traite tellement ça arrache. Impossible de refuser, ce serait impoli. Un groupe de filles parlant anglais nous invitent à nous asseoir avec elles. Elles nous font déguster des fruits rouges et ça aussi ça arrache ! Après deux heures de danse, tout le monde se prosterne devant l'autel sacré. L'écho des pétards retentit dans la montagne, puis on se lève, on se souhaite mutuellement une bonne année et le chef de cérémonie nous attache des bracelets en prononçant des prières pour porter chance. Puis, on redescend de la montagne et on est invités à manger une salade de papayes vertes agrémentée de sauce de poisson.

C'est un peu éméchés et le coeur lourd que nous quittons Kong, en le remerciant mille fois de nous avoir fait vivre ces expériences hors du commun. Il nous dépose en haut d'une

montagne, où nous repartons sur nos vélos dans une descente au panorama incroyable : lac, bananiers et rizières.

Nos débuts thaïlandais sont riches de découvertes et c'est plein de réjouissances qu'on aborde la suite du voyage qui va durer plus longtemps que prévu dans ce pays. En effet, nous avons dû changer nos plans : nous n'irons pas en Birmanie. Après avoir lu plusieurs blogs nous nous sommes rendus compte que ce pays n'est pas adapté aux voyageurs à vélo : les hôtels sont trop éloignés les uns des autres pour nous qui voyageons avec un enfant, des cyclo-voyageurs ont vécu des échanges de tirs de mortiers, l'année passée, à l'endroit où nous avions prévu de traverser la frontière, le camping est interdit et les habitants ont l'obligation de dénoncer ceux qui s'y essaieraient. Tant pis, ce sera pour une autre fois, mais sans vélo ni tente.

XVII Palette de sensations

Janvier 2019. Thaïlande.

Flânerie

Nous sommes surpris par le charme de la ville de Chiang Mai. Le vieux centre historique est parsemé de petites ruelles, de verdure et de jolies maisons. On apprécie la flânerie dans ce dédale. On se ressource dans un parc agréablement fleuri. Un soir, un temple aux vieilles pierres illuminées nous émerveille. C'est avec regret que l'on quitte ce lieu délicieux.

Douceur

Ce matin, Noémie est toute endormie, nous lui glissons dans l'oreille le mot « éléphant » et soudain, elle se lève un grand sourire sur les lèvres. Nous passons un moment merveilleux avec ces imposants pachydermes. L'objectif est de les cajoler au maximum. Nous sommes dans un sanctuaire, où les éléphants qui ont souffert dans leur vie sont sauvés et dorlotés. Il faut savoir que beaucoup sont utilisés pour travailler ou pour promener les lourds touristes et c'est harassant. À cela s'ajoute le braconnage pour leurs défenses. Et devinez quoi : pour faire un éléphanteau, 24 mois de gestation sont nécessaires ! Tous ces points éclaircis, vous comprenez pourquoi ils sont bien évidemment en voie de disparition. Ici, on nous ordonne de les câliner. Ce qui fait un peu peur. Ils sont assez imposants et on imagine que par inadvertance ils pourraient nous écraser comme une mouche. Mais après deux heures de douceur, on est déjà plus en confiance. On les nourrit de bananes. Ils mangent 10 % de leur poids par jour, alors autant dire que c'est un amuse-bouche. Les 50 bananes qu'on a dû donner à chacun sont passées tout droit... Ce sont des puits sans fond. Il y a même un bébé qui a le même âge que Noémie, mais fait 10 fois son poids. Pour ce dernier, un petit traitement de faveur : on lui pèle sa banane avant de la lui glisser dans la trompe qui lui sert de main. Après, on se baigne avec eux. D'abord dans la boue. Ça fait office de savon paraît-il. On est un peu dégoûtés, mais très impressionnés par l'agilité de ces mastodontes à patauger dans cette gadoue. Puis, on se rince tous ensemble à l'eau claire. Encore quelques câlins et c'est là que s'achève cette douce et belle rencontre.

Nature et souffrance musculaire

Nous traversons des parcs naturels aux voies escarpées mais magnifiques. Les routes sont neuves et toutes petites. On a l'impression d'être dans un jardin de circulation pour apprendre aux enfants à rouler à vélo. Autour de nous, s'élèvent des murs de végétation d'où sortent des sons étranges, qu'on essaie vraiment d'associer à des oiseaux. Etant donné que nous campons dans le coin, l'envie de se confronter à des serpents ou à d'autres animaux sauvages ne nous plaît pas tellement. Un soir, on arrive au bord d'un lac au calme plat. Après des montées durant lesquelles on a sué en poussant à deux la remorque sur plusieurs kilomètres, on est vraiment heureux de se laver dans l'eau fraîche. La place de camping est idyllique. Le parcours se poursuit dans une campagne tranquille, jusqu'à ce que non pas un, mais trois paysans nous incitent à faire demi-tour en agitant leurs paumes de main. C'est avec regret que l'on doit rebrousser chemin.

Effrayant, mais pas le choix

Si on nous avait dit qu'un jour on aurait roulé à vélo sur une autoroute, on l'aurait démenti. Mais après avoir étudié la carte de long en large et discuté avec l'employée d'un restaurant, il se trouve que nous n'avons pas le choix. 18 kilomètres désagréables, mais c'est autorisé en Thaïlande, en tout cas sur ce tronçon. Il y a même un panneau de signalisation assez drôle qui rappelle aux cyclistes de tenir la gauche... on ne s'en serait pas doutés ! Alors, on se met de la musique motivante dans l'oreille côté forêt, on fait le plein d'eau, car évidemment il est 13h00 et ça tape, Dom s'équipe de phares clignotants et part à fond pour avaler ces kilomètres, qui s'avèreront vite effectués... ouf !

XVIII Lieux improbables, francophonie et temples à foison

Février 2019. Thaïlande.

On poursuit notre route vers le centre de la Thaïlande. Il y a moins d'hébergements mais c'est ce qui va nous amener dans des lieux improbables à la rencontre de personnes formidables. Après avoir roulé entre les « greens » d'un golf fantôme, on finit par tomber sur l'hôtel de celui-ci. C'est hors de prix et l'employé nous renvoie vers un épicier qui pourrait nous loger. Arrivés là-bas, nous suivons l'épicière sur son scooter jusqu'à une jolie petite maison au bord d'un étang, qui sera notre gîte pour la nuit. Celui-ci est quatre fois moins cher que l'hôtel du golf et mille fois mieux ! Le père de l'épicière, qui ne parle pas un mot d'anglais, nous apporte à boire et à manger. On déguste pour la première fois ces fameuses nouilles instantanées, très populaires en Asie et qui sont un véritable désastre sanitaire, car notamment enrichies en matières grasses et contenues dans un bol fait d'une matière cancérogène. Bon là on a faim et on ne se pose pas trop de questions... On a une petite terrasse pour nous avec vue sur l'étang, les vaches et les poissons. Le jour suivant, de nouveau la question du logement se pose, comme tous les jours d'ailleurs. Il semblerait qu'il y ait un pseudo camping repéré sur *google map*. On est dans la forêt, il n'y a rien que de la nature quand surgit un complexe restaurant-piscine-bungalow et, cerise sur le gâteau, la propriétaire parle français. On savoure la fraîcheur de la piscine et on mange une pizza au feu de bois. Et rebelote le jour suivant, on tombe à nouveau sur un lieu improbable. On a repéré une « homestay » dans une petite ville. William, le propriétaire, est en train de donner un cours de math devant la maison. Les élèves ont environ 12 ans. Dom se retrouve à leur expliquer en anglais notre voyage à vélo, ce qui lui permet de ne pas trop perdre la main, lui qui est enseignant... Ce soir-là, nous partageons notre repas avec Lewis, un anglais qui organise des vacances à vélo pour les riches Américains, en France, six mois de l'année. Les autres six mois, il voyage tout seul à vélo. C'est un « vélo addict », il a même un tatouage de vélo sur l'avant-bras et il fait environ 160 km par jour. William, notre hôte, nous fait beaucoup rire. Il n'accepte que les cyclistes dans sa maison, car ils sont selon lui plus ouverts d'esprit, moins difficiles et plus gentils que ceux qui se déplacent par des moyens motorisés. Ce soir-là, on se rend encore au temple fêter le « Makha Bucha ». C'est un jour férié important pour les Bouddhistes. À peine arrivés, on nous met dans les mains trois bâtons d'encens, une bougie et une fleur. Puis c'est séance photo avec les locaux. On finit par donner nos offrandes à Bouddha, avant qu'un moine referme les grilles derrière nous. Nous quittons une belle stupa dorée et couverte de bougies.

Le lendemain, on s'arrête dans un café vide et au milieu de rien. Soudain, deux voyageurs à vélo qui ont repéré nos bicyclettes débarquent. Nous allons faire deux jours de vélo avec Carlos et Charlotte. Ils sont partis de Belgique à vélo et ça fait plus d'un an qu'ils sont sur les routes. Ils ont traversé l'Europe en hiver sur leur vélo. On les admire. À côté, on fait une promenade de santé. Le plus drôle, c'est que Carlos n'a appris à rouler à vélo qu'à 18 ans et s'est lancé dans ce périple sans apprécier ce moyen de transport... On dirait que ça lui plaît finalement ! Quel plaisir de refaire le monde en français et de se donner des conseils cyclistes. Ils ont même la patience de rester avec nous, malgré notre lenteur et nos trois crevaisons ! C'est ensemble que nous débarquons au soleil couchant dans les ruines de Sukhothai, une ancienne capitale du Siam.

Puis on se rend à Ayutthaya et à nouveau, on enchaîne les visites de temples. À vrai dire, on commence à avoir notre dose de temples, même si tous sont vraiment magnifiques.

Sur le quai de la gare, c'est le rendez-vous de la francophonie : un couple de Belges et un autre de Français nous accompagnent dans le train jusqu'à Bangkok. La correspondance nous fait bien transpirer, car le premier train a du retard et nous devons encore acheter les billets pour nos vélos. Pour gagner du temps, nous roulons sur le quai en sachant bien que c'est prohibé. En effet, l'agent de sécurité nous repère et nous sermonne avec son sifflet. Tant pis, on descend de nos vélos et continuons en courant sans écouter ses remontrances. Ayant enfin atteint le wagon-cargo situé à l'avant du train, les employés nous apprennent qu'il n'y a plus de place disponible pour nos vélos. On doit alors faire passer les vélos et la remorque par une fenêtre du train, sous les injonctions du contrôleur stressé par le respect de l'horaire. Evidemment la remorque ne passe pas et elle prend finalement place dans le wagon-cargo. Tout transpirants et essoufflés, nous nous asseyons enfin, lorsque Dom réalise que les billets de train ne sont plus dans sa poche. En effet, il a fallu les donner aux employés du wagon-cargo, pour vérifier que nous avons bien payé pour les vélos et pensons qu'ils les détiennent encore. Pour finir, Manon découvre en fait qu'ils étaient dans sa poche... Bref, on n'a passé que 30 minutes à Bangkok, mais celles-ci furent intenses.

Dans ce second train, on rencontre une famille française avec deux petits garçons qui font le bonheur de Noémie. On fait également la connaissance d'un couple franco-brésilien, qui réside justement dans la ville où nous nous rendons et nous donnent de précieux conseils. À nous le sud, ses plages et autres curiosités !

XIX Vélo balnéaire

Mars 2019. Thaïlande.

Hua Hin est une ville qu'on cerne assez vite. C'est le repère des retraités occidentaux et la ville n'est pas très belle. Par contre, la plage est digne d'une carte postale : du sable doux sur plusieurs kilomètres, des vagues parfaites, des chaises longues sous parasols (chaleur oblige) et de bons restaurants à touristes. On ne s'attarde pas. Une journée de repos à la plage et zou ! En quittant la ville, on découvre la première réelle piste cyclable du voyage. On croit rêver. Les panneaux indiquent : « Only bike ». Soudain, le peloton du tour de France nous dépasse : c'est le club des cyclistes d'Hua Hin, moyenne d'âge : 65 ans. Nationalités : suédoise et allemande principalement. Le responsable du club est un Suédois et, comme beaucoup, il vit 6 mois de l'année en Thaïlande. Il est fier de nous présenter le cycliste le plus âgé du groupe, qui a 79 ans !

La chaleur est de plus en plus étouffante et une baignade s'impose dans une petite crique. Pendant que Noémie cajole des chiots, on part à tour de rôle faire une balade qui s'avère



Nous voici sur une des rares pistes cyclables d'Asie du Sud-Est !

acrobatique. Manon déconseille au vieux monsieur qu'elle croise en descendant, de tenter de s'y aventurer. On doit s'accrocher à une corde et grimper entre les rochers. Mais là-haut, le paysage sur la mer et la plage est magnifique.

Le lendemain, on visite une grotte. Pour l'atteindre, la balade est également intense mais cette fois-ci Noémie peut venir avec nous et son endurance nous impressionne. On se dépêche, car il faut y être à 10 heures, afin d'observer les rayons du soleil passer à travers le trou au plafond et éclairer un petit temple. Le spectacle est fascinant.

Ce soir-là, on campe dans un parc naturel. Notre tente est à quelques mètres de la plage. C'est le spot idéal. On rencontre Michel et Janette, un couple de cyclistes franco-mexicains avec qui on va manger et camper. Le lendemain, ils partent très tôt, mais on sait déjà qu'on les retrouvera deux jours plus tard chez Cédric, un « warmshower » suisse.

La maison de Cédric est incroyable. Il n'est pas là en ce moment et on nous laisse profiter de son logement, dont l'immense piscine. Lisa, une Allemande croisée en route nous rejoint. Elle est plus jeune que nous, voyage seule à vélo et dort dans un hamac ou à



10 heures précises, l'heure à laquelle les rayons du soleil pénètrent dans la grotte.

même le sol. Son esprit d'aventure à la dure nous impressionne. Nous cuisinons tous ensemble et passons un super moment. C'est plein de regrets que nous quittons ce havre de paix. La route qui s'ensuit est exceptionnelle : des cocotiers à perte de vue, dont nous savourons l'ombre et des vaches qui paissent au-dessous. Parfois, nous croisons le chemin d'un groupe de singes. La route est presque parfaite, si ce n'est quelques kilomètres dans le sable, dont nos muscles se souviennent encore.

Les chiens sont une plaie en général en Asie du Sud-Est, mais le sud de la Thaïlande remporte la palme en terme de densité de ces canidés. Toutes les jolies petites routes sont bordées de maisons isolées et devant chacune d'elles, on rencontre un ou même plusieurs chiens de garde, qui grognent et nous aboient férocement. On a essayé différentes approches : accélérer, ralentir, faire des gestes, leur parler. Rien ne fonctionne vraiment. Cependant, quand on est sur nos vélos, ils ne vont jamais jusqu'à nous mordre les mollets, pour l'instant en tout cas ! Parfois, ils nous suivent quelques mètres et finissent par lâcher l'affaire. Notre spray au poivre en main nous rassure à peine. On a rencontré des cyclistes terrorisés, qui préféreraient prendre l'autoroute pour les éviter. Après réflexion, on s'est dit que les voitures étaient plus dangereuses que ces molosses.

Un peu avant Chumphon, on rencontre un cyclo-voyageur. Il s'appelle Georges. Il est de Winterthur, en Suisse. Il nous conseille d'utiliser notre sonnette pour faire fuir les chiens. On essaiera la prochaine fois. Il nous fait découvrir le tamarin et le durian. On avait beaucoup d'a priori sur ce dernier, mais il s'avère en fait délicieux. Ça a la consistance d'un avocat. La chair est jaune clair et ça sent plutôt bon. Une nuit plus tard, on comprend la réputation du durian. On décide de laisser le morceau qui nous reste dehors tant son odeur envahit notre chambre. Ça sent bon mais c'est intense. On comprend mieux pourquoi ce fruit est interdit dans certaines chambres d'hôtel.

Avant d'embarquer pour l'île de Koh Tao, on passe encore une nuit sur cette côte. On craque pour un bungalow sur la plage. Le monde est petit : nos voisins de chambrée sont suisses romands ! C'est un couple qui vit à la Brévine et qui profite du soleil thaïlandais. Ils nous racontent leurs aventures de jeunesse. À l'époque, ils sont partis voyager autour du monde avec leurs trois enfants pendant plusieurs années. La dame nous avoue : « On nous prenait pour des fous ! » On salue cette démarche précurseuse ! Pour finir, on note que cette côte est très panachée. Pendant 30 kilomètres, on se sent en Thaïlande (meute de chiens, restaurants à *pad thai*, maisons avec cuisine à l'extérieur, tas de noix de coco...). Puis les 10 kilomètres suivants, on se sent dans une tout autre ambiance : les « resort »

défilent et on voit des Occidentaux, des magasins d'habits de plage et des supérettes. Sur quelques kilomètres, on a l'impression d'être transportés d'un monde à un autre.

XX Koh Tao, l'île qui frime au rythme des marées

Mars 2019. Thaïlande.

L'île de Koh Tao peut être rejointe depuis la côte en 3 heures en bateau « standard ». Nous nous sommes cependant penchés sur une autre option : 6 heures de ferry de nuit avec les marchandises et les voitures. Pourquoi ? Nous sommes tombés par hasard sur l'embarcadère du ferry de nuit et sommes lassés de charger et de décharger nos vélos et de détacher la remorque. Nous savons qu'avec nos montures, l'embarquement en ferry sera facilitée. Nous passons donc 6 heures dans un immense dortoir sur des lits confortables avec plus de 50 personnes. La traversée est douce, c'est à peine si nous nous rendons compte que nous sommes en pleine mer. Il est 5h du matin, le bateau est déjà arrivé à destination. On aurait bien dormi un peu plus. Nous remontons sur nos vélos et croisons des fêtards éméchés, bière à la main, torse nu et en chaussettes.

Sur l'île nous logeons chez un « warmshower » breton super sympa. Il nous donne plein de conseils pour visiter ce coin de paradis qu'il connaît comme sa poche. Après des études d'ingénieur en aéronautique en France, Nicolas a décidé qu'il ne serait pas un carriériste. Il a voyagé à vélo dans le monde entier et s'est arrêté notamment à Koh Tao pour devenir instructeur de plongée en apnée, un métier qui nous semble être très dangereux. Son hygiène de vie est exemplaire. Son bureau, c'est la mer. Il nous initie au « snorkeling » et on voit plein de jolis poissons.

Les clubs de plongée pullulent (il y en a près de 80 sur l'île) et les touristes aussi (1'000 résidents annuels pour 6'000 visiteurs). Un navire américain de la Seconde guerre mondiale a même été sabordé au large de l'île en 2011, pour offrir un nouveau spot de plongée. Il semblerait que c'est l'endroit où l'on peut plonger le moins cher au monde. Du coup, des jeunes beaux et musclés affluent du monde entier et exhibent leurs tatouages, en faisant leur jogging du matin en string sur la plage... On est très loin de la Thaïlande authentique. Nous, ça nous arrange qu'ils plongent tous, car la journée, lorsque l'on déambule sur l'île, ils sont tous sous l'eau et on est seuls !

Les paysages sont incroyables : jungle, palmiers, rochers, petites criques et sable fin. On n'arrive même pas à choisir l'endroit que l'on préfère, tout nous éblouit. Il y a une seule tâche d'huile au décor, au sens littéral comme au sens figuré : ce sont les véhicules à moteur et surtout les bateaux et les scooters. Par endroit, on voit que la mer est souillée de liquides provenant de moteurs. C'est comme une marée noire qui progresse sournoisement. Pourtant, la politique zéro déchets sur l'île monte en puissance (pas de

paille ou des modèles réutilisables, des sacs plastiques payants biodégradables, des containers de tri, etc). C'est comme si on voulait cacher un problème par un autre. Selon nous, ce n'est pas la priorité numéro un de la Thaïlande, mais plutôt une image verte qu'elle veut donner aux touristes. En effet, il suffit de se rendre sur le continent pour se rendre compte que l'usage en masse du plastique est un véritable fléau. Soit dit en passant, ça ne fait pas de mal, surtout que sur l'île, le traitement des déchets n'est pas évident. De jeunes Occidentaux ramassent les ordures sur la plage et Noémie s'amuse à leur en amener. C'est comme une chasse aux trésors. À savoir qu'il n'y a pas que la pollution des moteurs qui souille la mer, mais également les eaux non-traitées. On voit sous les bungalows de la plage que l'écoulement de la douche se jette directement dans le sable. C'est l'envers du décor dont on se rend compte, car nous passons une dizaine de jours sur cette île de 21km². On s'imprègne de l'atmosphère, on commence à connaître du monde et à se sentir comme chez nous. On croise Caroline, la prof de plongée qui vient de Montpellier, un serbo-suisse champion d'apnée (80 m de profondeur) et puis deux sympathiques familles francophones, l'une est bretonne, l'autre québécoise. Les Bretons démarrent un voyage de 6 mois, on enchaînerait bien avec eux.

Notre dernière soirée à Koh Tao est magnifique. On regarde le coucher du soleil sur la plage. Il y a un concert et quand on arrive au ferry, Nicolas nous rejoint pour les derniers adieux. C'est le coeur gros que nous le quittons. Mais nous avons encore du pain sur la planche, si nous voulons l'égaliser dans ses aventures en vélo !

XXI Ban Krut VS Bangkok

Mars 2019. Thaïlande.

En rentrant par le rail jusqu'à la capitale, nous faisons escale à Ban Krut. Ce n'est pas encore la banqueroute et nous avons envie de profiter au maximum du calme avant de rentrer dans la fournaise de Bangkok. C'est une petite ville de bord de mer avec une plage incroyable : sable fin, légères vagues et très peu de touristes. Il y a pourtant nombre de « resorts », mais c'est comme s'ils avaient vu trop grand... Ça rappelle un peu l'île de Phu Quoc au Vietnam. On rencontre des pêcheurs thaïlandais qui se promènent à 1 mètre de profond avec un filet. Ban Krut, c'est aussi son temple perché sur la colline et des routes ombragées par de grands cocotiers. D'ailleurs, on a souvent peur qu'elles nous tombent sur la tête. Les indigènes nous rappellent régulièrement d'y faire attention, même si ça paraît compliqué d'anticiper la chute d'une noix de coco... On se repose, on ne prend même plus le temps de faire des photos. Ça sent la fin du voyage et on savoure l'instant présent.



En attendant le train pour Bangkok.

On rencontre des amis suisses qui nous font voir leur Ban Krut et nous emmènent dans un temple secret. Il se situe dans une grotte remplie de statues de Bouddha.

Les élections font rage en Thaïlande. Depuis notre arrivée, nous ne cessons de croiser des pick-ups bardés d'affiches électorales et diffusant des discours ou de la musique. Ce pays n'est pas encore prêt pour la démocratie et c'est le parti pro-armée qui est à nouveau élu. Le matin de notre départ, l'hymne national résonne dans la gare et tous les habitants interrompent leur activité pour se tenir au garde à vous, quitte à s'immobiliser au milieu des voies de chemin de fer. Nous, on prend le train jusqu'à ce lieu de passage obligé : Bangkok.

Après une journée de voyage, nous voilà arrivés dans cette métropole de 20 millions d'habitants. Depuis la gare, nous roulons 700 mètres jusqu'au premier hôtel que nous trouvons et c'est déjà une sacrée expédition : voitures, bus, scooters, tuk-tuk, routes à plusieurs pistes, carrefours bouchés... L'espérance de vie d'un cycliste baisse drastiquement dans ce milieu dopé aux hydrocarbures. Mais dans cette ville, il faut bien se le dire, aucun mode de transport n'est optimal. On essaie même le bateau : il y a des vagues énormes sur la Chao Phraya (dus à la proximité de la mer) et les conducteurs circulent comme des tarés. Lorsqu'ils arrivent à l'embarcadère, la vedette tape violemment le ponton, heureusement qu'il y a des gros pneus qui amortissent l'impact. Ça permet néanmoins d'éviter les embouteillages qui encrassent le ciel toujours gris. En janvier 2019, les pics de pollution étaient si élevés que deux avions de l'armée de l'air thaïlandaise ont aspergé les nuages de produits chimiques pour provoquer des précipitations. Les pompiers étaient également mobilisés pour asperger d'eau certains quartiers. Il est légitime de se demander s'il ne serait pas plus judicieux de s'attaquer aux causes de la pollution plutôt que de se focaliser sur les conséquences à coup de solutions sparadraps. Les mesures impopulaires, telles que l'interdiction du trafic à certaines heures ou la circulation alternée proposées par certains, ne sont pas à l'ordre du jour. Bangkok n'est pas encore prête à sortir du top 10 des villes les plus polluées au monde.

On pourrait croire que Bangkok est une ville inintéressante et pourtant nous vivons de jolis moments. Nous contemplons les élèves d'une école d'art en train de dessiner une stupa. À défaut de visiter le palais du roi, la queue étant canalisée sur plusieurs kilomètres entre des rambardes de sécurité, nous nous baladons dans deux centres commerciaux hors du commun : jardins suspendus, décorations incroyables (lanternes chinoises, néons colorés), expositions de photos, marché de rue reconstitué, barques et étendues d'eau, vue sur la ville, etc. Bangkok est une ville terriblement contrastée. Les plus pauvres y côtoient les plus

riches. Dans les rues bordant notre hôtel, on se faufile dans des ruelles à l'odeur nauséabonde. On évite les flaques douteuses et sur les trottoirs, on manque de bousculer les marchands et cuisiniers de rue. On admire le peu d'espace à disposition pour faire la cuisine, ça relève de la prouesse. Mais on ne goûtera pas, car nous sommes culturellement beaucoup trop éloignés. Par exemple, nous passons souvent devant un restaurant de rue bondé et à chaque fois, l'odeur nous donne la nausée et la vision des poissons couverts de mouches nous écoeure, même après 5 mois passés en Asie du Sud-Est ! Sans doute que si nous étions nés ici, cette odeur nous serait alléchante. Nous sommes différents et c'est ce qui rend le monde aussi intéressant et riche.

L'heure du retour a sonné, mais ce voyage restera à jamais en nous. Nous incitons chacun d'entre vous à tenter l'expérience de sortir de sa zone de confort. On ne sait pas de quoi demain sera fait et il y a tant de choses à découvrir !

XXII Rétrospective en chiffres, le meilleur et le pire

4 pays.

3 capitales.

5 mois.

+ de 3'200 kilomètres de vélo.

Des dizaines de rencontres inoubliables.

2 chutes.

1 fois la remorque renversée (Noémie ne s'est pas réveillée !)

6 crevaisons.

2 chaînes remplacées.

1 changement de câble de dérailleur.

70 kg, le poids total avec chargement du vélo de Dominique et de la remorque (Noémie incluse !)

18 kilomètres à vélo sur une autoroute.

8 %, l'inclinaison de toutes les pentes en Thaïlande. À croire qu'ils n'ont qu'un seul type de panneau.

0 journée sans piqûre de moustique.

Des dizaines de cafards écrasés.

Des dizaines d'animaux rencontrés : chien, chat, poule, singe, serpent, scorpion, varan, méduse, tortue, lézard, éléphant...

2 sandwiches engloutis, malgré l'intrusion de fourmis dans la garniture.

2 jours de pluie sur 150.

1 main passée dans un ventilateur.

2 \$, la nuit d'hôtel la moins chère.

+ de 50 livres lus pendant ce voyage.

32 articles sur notre blog.

5 vidéos à voir sur notre site : www.familleavelo.com.

1 guide de voyage sur l'Asie du Sud-Est à vélo publié.

100 % de plaisir !

Le meilleur

Le pays coup de coeur : le Laos.

La rencontre la plus marquante : la tribu des montagnes du nord de la Thaïlande.

Le meilleur plat : le lok lak au Cambodge, un émincé de bœuf sauce au poivre.

Le plus beau coucher de soleil : sur le littoral de Kep, au sud du Cambodge.

La capitale la plus agréable : Vientiane au Laos.

La plus belle ville, Luang Prabang au Laos.

Le temple le plus impressionnant, Preah Khan à Angkor, au Cambodge.

La plus belle île, Koh Rong Samloem au Cambodge.

La plus belle plage, freedom beach à Koh Tao, en Thaïlande.

La grotte la plus impressionnante, Phraya Nakhon avec son temple, en Thaïlande.

La région la plus paisible : les 4'000 îles sur le Mékong au Laos.

Le musée le plus intéressant, les rats démineurs à Siem Reap, au Cambodge.

La meilleure piste cyclable (et une des seules...), au sud de Hua Hin en Thaïlande.

La plus belle maison, le musée de la photo à Vientiane au Laos.

Le fruit le plus surprenant : le durian.

Le pire

Notre pire galère : rouler à vélo dans du sable au Cambodge, en ayant épuisé nos réserves en eau.

La route menant à Rach Gia, au Vietnam. La clé de notre survie était d'éviter à la fois les trous sur la route et les camions, tout en respirant poussière et gaz d'échappement sous un soleil de plomb.

La ville la plus moche : Sihanoukville au Cambodge, envahie par les Chinois et leurs casinos.

Le pire repas : un restaurant chinois à Preah Vihar au Cambodge. Le plat était constitué d'un conglomérat d'os, de peau poilue et de gras, le tout baignant dans un liquide brunâtre. Nous ne saurons jamais de quel animal provenaient ces éléments, et c'est peut-être mieux ainsi.

La plus grande perte : une des petites roues de la remorque à 10 jours de la fin du voyage.

La pire ville à vélo : Bangkok, où l'espérance de vie des cyclistes se mesure en minutes.

Les plus mauvais en calcul mental : les Laotiens. Le Laos étant le pays le plus pauvre de la région, les enseignants qui débutent dans le métier ne sont pas payés les deux premières années, ce qui a pour conséquence un problème évident de recrutement.

Le moment le plus gênant : Noémie qui fait ses besoins spontanément au milieu d'une cour d'école au Vietnam.

L'objet le plus inutile emporté dans nos sacoches : des sur-chaussures de protection de pluie et du froid en gore-tex.

Le plus dur : passer de l'idée d'un voyage de longue durée à sa concrétisation. Une fois cette étape passée, tout le reste devient facile... ou presque !

XXIII Rude retour, mais joie des retrouvailles

Avril 2019. Suisse.

Notre trajet de retour est chaotique. Le premier avion est en retard et nous devons prendre deux autres avions pour rejoindre Genève. On enregistre à nouveau nos volumineux bagages, qui ont déjà été stockés au fin fond de l'aéroport de Düsseldorf. Au guichet, c'est le drame : il semblerait que le deuxième avion soit un trop petit appareil pour embarquer nos vélos. Lisant la déception sur notre visage, une employée plus expérimentée passe plusieurs appels téléphoniques. Finalement, elle nous annonce que c'est réglé. On ne saura jamais comment, mais nos bagages arrivent à bon port à Genève, certes à trois endroits diamétralement opposés dans la halle de retrait, mais ils sont tous là !

On a dû décaler les parents, qui venaient nous chercher avec le pick-up d'un copain, car en Suisse le transport des vélos dans le train est bien plus compliqué qu'en Asie ! Ce qu'on ne sait pas non plus, c'est que toute notre famille s'est mobilisée chez nous, pour nous faire un accueil digne de ce nom. Enfin, on retrouve notre appartement et surprise : le ménage est fait, le frigo est plein... on n'y croit pas ! Malgré nos gros cernes et notre état vaseux, on est heureux de partager un bon moment avec nos proches. Noémie retrouve sa chambre et ses jouets : elle jouera jusqu'à l'épuisement.

3 h du matin, on ne peut plus dormir. Argh, c'est le décalage horaire. On fait des crêpes et on remarque que le changement d'heure nous est bénéfique : il est en réalité 4 h, c'est plus raisonnable comme heure.

Noémie ressent un petit coup de blues au retour. On décide de l'emmener à la garderie pour retrouver ses copains, mais la voiture n'a pas de plaques et les vélos sont encore en pièces détachées dans les cartons. On arrive tout de même à trouver deux autres vélos, à sortir le petit siège de Noémie d'un carton, et départ pour 35 minutes de vélo jusqu'au village d'à côté. On déchante un peu. Ce matin-là, il y a du givre et on a bien froid. On attrape même le rhume, mais on est heureux de retourner sur les vélos !

On n'est pas au bout de nos surprises, voilà qu'il se met à neiger. Noémie est aux anges : « C'est l'hiver ! s'exclame-t-elle.

- Hum, non c'est le printemps ! »

Nous qui croyions y avoir échappé. On s'enferme dans l'appartement et en regardant la neige tomber, on gère la paperasse qui s'est accumulée. On regrette un peu les cocotiers !

XXIV Le guide pratique

A l'issue du voyage, nous avons rédigé un guide réunissant les aspects pratiques d'un voyage à vélo en Asie du Sud-Est. Plus d'informations et commande sur www.familleavelo.com.

LE VÉLO, LE MEILLEUR MOYEN DE DÉCOUVRIR L'ASIE DU SUD-EST

- Voyagez avec vos **enfants**
- Découvrez des idées d'**itinéraires** à l'aide de **cartes**
- **Économisez** de l'argent et de l'énergie grâce à nos astuces
- Emportez le **matériel** nécessaire, sans superflu
- Trouvez facilement vos **hébergements**
- Découvrez les bons plans pour **s'alimenter** en route
- ... et bien plus encore !
- Un guide **100 % terrain**.



UN GUIDE 100 % TERRAIN

Voyage à vélo

VIETNAM, CAMBODGE, LAOS ET THAÏLANDE, À VÉLO ET EN FAMILLE

Dominique Amstutz et Manon Stalder

+ de 130 pages de conseils

Un guide 100 % terrain

Vietnam, Cambodge, Laos et Thaïlande, à vélo et en famille

Dominique Amstutz et Manon Stalder



Dominique, Manon et leur fille Noémie ont voyagé pendant cinq mois à vélo, en Asie du Sud-Est. Ils livrent dans ce guide de précieux conseils pour inspirer d'autres voyageurs à se rendre dans ces magnifiques contrées.

ISBN 978-2-8399-2673-7



9 782839 926737 >