



## BIRMANIE

### Trésors de Birmanie

15 jours / 12 nuits

Circuit découverte/ randonnée (facile)



*Découvrez la Birmanie, l'un des pays les plus secrets d'Asie! De Yangon à Mandalay en passant par Bagan et le Lac Inle, vous explorerez ce pays fascinant où la religion bouddhiste rythme le quotidien des habitants.*

*Vous découvrirez Rangoon et sa fameuse Paya Shwedagon, l'une des plus belles pagodes au monde! Vous poursuivrez l'aventure à Bagan, un lieu d'une grande richesse culturelle où plus de 4000 pagodes, temples et stûpas vous offriront un spectacle inoubliable au coucher du soleil. Vous vous rendrez également au Lac Inle, l'un des plus vivants d'Asie du sud-est et irez à la rencontre de ses habitants authentiques et chaleureux...*

*Un circuit magique hors des sentiers battus !*



## POINTS FORTS

- La découverte de la féerique Pagode Shwedagon à Rangoon
- La beauté des sites visités (temples, monastères et pagodes)
- La découverte de Bagan à vélo
- La tranquillité du Lac Inle
- Les rencontres avec une population accueillante

## ITINERAIRE

### JOURS 1 & 2 : VOL POUR RANGOON

Dès votre arrivée à l'aéroport de Rangoon (ou Yangon), vous serez accueillis par votre guide. Transfert à votre hébergement. Vous débuterez ensuite la visite de la capitale birmane en vous immergeant dans la vie quotidienne de la plus grande ville du pays. Vous embarquerez à bord d'un train qui dessert les différents quartiers de la ville et sa périphérie (le trajet en train dure environ 20 minutes. Veuillez noter que le confort dans le train est très sommaire et que de nombreux locaux le prennent pendant la journée).

Vous poursuivrez par la visite de la pagode Kyaukhtatgyi qui abrite un grand Bouddha couché de 70m de long (les pieds du Bouddha portent de façon très lisible les 108 marques sacrées qui le distingue du commun des mortels) puis rejoindrez le lac royal situé dans le parc Kandawgyi, très populaire auprès des locaux.

Vous visiterez ensuite la légendaire pagode Shwedagon au moment où les derniers rayons du soleil décorent son stupa doré et lui donne un éclat magique.

*Important : Selon les horaires de vol, la visite de Rangoon pourra être programmée en fin de circuit. La pagode de Shwedagon sera en rénovation de septembre 2018 à mars 2019. La visite sera néanmoins assurée.*

**Repas compris :** Déjeuner du J2 (si votre vol le permet)

**Transfert :** Environ 20 km / 45 minutes

**Hébergement :** Hôtel

### JOUR 3 : RANGOON - BAGAN

Après le petit-déjeuner, vous prendrez votre vol pour Bagan (sans guide). Dès votre arrivée, vous partirez explorer la région et pourrez bénéficier de vues panoramiques sur les plaines environnantes. Bagan est l'un des sites archéologiques les plus remarquables d'Asie. Il s'étend sur plus de 50 km<sup>2</sup>. Entre le 11<sup>ème</sup> et le 13<sup>ème</sup> siècle, Bagan, alors capitale du Myanmar, fut marquée par la ferveur religieuse et la construction de milliers de stupas et de temples. On dénombre plus de 2200 temples et environ 4000 pagodes aujourd'hui.

Vous visiterez ensuite un atelier de laque pour découvrir les techniques traditionnelles de fabrication. En fin d'après-midi, vous embarquerez à bord d'un petit bateau privé sur le fleuve Irrawaddy. Relaxez-vous tout en admirant les reflets du soleil couchant sur les eaux calmes.

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert :** 640 km, 1h10 de vol, 1 heure de bateau

**Hébergement :** Hôtel



#### **JOUR 4 : BAGAN A VELO**

Le matin, vous partirez à vélo sur des chemins de terre jusqu'au village de Taung Bi, puis longerez le fleuve Irrawaddy, une bonne occasion de découvrir la vie locale. Vous visiterez un atelier de fabrication de briques et de toits en bambou (les méthodes traditionnelles utilisées ici se transmettent de génération en génération).

Pour ceux qui le souhaitent, vous pourrez continuer à explorer à vélo les plaines et les temples environnants ou retourner (à vélo) à votre hôtel.

En fin d'après-midi, vous découvrirez le grand temple de Thatbyinyu (le plus haut de Bagan), celui de Dhammayangyi et son assemblage de briques impressionnant, sans oublier Sulamani. Vous apprécierez le site à la lumière du soleil couchant, un spectacle de toute beauté. Dîner libre.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

*Info : Le Ministère de la Culture Birman a annoncé en janvier 2016 que tous les services de restauration extérieure dans la zone archéologique de Bagan devaient immédiatement cesser. Cela concerne toutes les agences de voyages ainsi que les croisiéristes opérant en Birmanie. La raison principale invoquée est que la nourriture et les boissons au sein de la zone archéologique ne respectent pas la dimension religieuse du site. Vous pourrez déjeuner dans les villages, monastères ou bancs de sable.*

**Hébergement** : Hôtel

**A savoir** : Une bonne maîtrise du vélo est nécessaire pour cette excursion

#### **JOUR 5 : BAGAN – MANDALAY**

Après le petit déjeuner, vous reprendrez la route pour Mandalay qui fut la dernière capitale birmane avant l'arrivée des Britanniques. Elle possède un centre culturel important où les traditions artistiques du pays se perpétuent. Vous profiterez du reste de la journée libre.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert** : 5 heures en bus

**Hébergement** : Hôtel

#### **JOUR 6 : MANDALAY**

Votre journée débutera par l'ascension de la colline de Mandalay qui offre un magnifique point de vue sur toute la ville et sur l'enceinte du Palais Royal.

Vous vous rendrez à la pagode Kyauktawgyi, connue pour son gigantesque bouddha taillé dans un seul bloc de marbre et qui, dit-on, nécessita le travail de plusieurs dizaines de milliers d'hommes pour le transporter de la rive du fleuve jusqu'à son emplacement actuel.

Vous visiterez aussi l'impressionnant monastère Shwenandaw ("monastère d'or"), la dernière structure du Palais Royal à avoir subsisté depuis le 19<sup>e</sup> siècle et connue pour ses remarquables sculptures sur bois.

L'après-midi, vous poursuivrez par la pagode Mahamuni, son pittoresque bazar et le magnifique Bouddha recouvert de près de 9 tonnes d'or. Vous découvrirez des ateliers d'artisanat (sculpture sur bois et sur marbre, batteurs d'or et tapisseries birmanes entre autres).

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Hébergement** : Hôtel



### **JOUR 7 : MANDALAY - SAGAING - AMARAPURA**

Le matin, vous rejoindrez Sagaing. Avec ses 600 pagodes et monastères en ivoire, la colline de Sagaing est considérée comme le centre spirituel du pays et se revendique être la résidence de près de 3000 moines. Vous visiterez les pagodes Swan Oo Pon Nya Shin, U Min Thone Sae et Shin Pin Nan Gyaing et découvrirez le marché local.

Après avoir visité un petit village de potiers, vous traverserez la rivière en ferry local pour rejoindre Ava, capitale du pays du 14<sup>e</sup> au 18<sup>e</sup> siècle. Là, vous monterez à bord d'une calèche et partirez explorer les vestiges du palais royal, la tour de guet et le très beau monastère en teck de Bagaya.

Vous vous rendrez ensuite à Amarapura, («ville de l'immortalité») et découvrirez le monastère de Mahagandayon, qui abrite plus d'un millier de jeunes moines.

Vous rejoindrez ensuite le célèbre pont en teck d'U Bein (long de 1,2 km) particulièrement sympathique au coucher du soleil. Nuit à Mandalay.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 8 : MANDALAY – KALAW**

Après un réveil matinal, vous prendrez la route pour Kalaw, une station de repos construite par les britanniques qui s'y retiraient pour y trouver un peu de fraîcheur. Arrivée dans l'après-midi et fin de journée libre. Nuit à Kalaw.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Transfert** : 260 Km, 7 heures

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 9 : KALAW- WAR GYI MYAUNG**

Après un petit-déjeuner matinal, vous rejoindrez le village Tha Yet Pu, point de départ de votre randonnée. La première heure de marche vous conduira au village de Kan Par Ni, puis à Su Pan Inn pour le déjeuner.

L'après-midi, le chemin sera plus raide jusqu'à Wa Gyi Myaung, mais l'effort en vaudra la peine! Arrivée dans l'après-midi, vous pourrez alors vous détendre et profiter du calme, ou, si vous le souhaitez, vous promener dans le village.

Le soir, dîner et nuit soit chez l'habitant, soit dans un monastère.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - Dîner (chez l'habitant ou monastère)

**Marche** : Entre 5 et 6h30 selon le niveau des participants (niveau facile à modéré)

**Hébergement** : Chez l'habitant ou dans un monastère (hébergement collectif, hommes et femmes séparés. Couchage et moustiquaire fournis. Toilettes simples)

### **JOUR 10 : WAR GYI MYAUNG – KHAUNG DINE – NYAUNG SHWE**

Dès le réveil, vous pourrez observer le village qui s'anime et la population qui se prépare pour sa journée de travail dans les champs. Après le petit-déjeuner, vous poursuivrez votre randonnée à travers rizières et paysages vallonnés en direction du Lac Inle. Dès votre arrivée au village de Khaung Daine, vous embarquerez à bord d'une pirogue motorisée jusqu'à votre hôtel à Nyaung Shwe.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner (chez l'habitant ou restaurant local)

**Marche** : 3 heures

**Hébergement** : Hôtel



### **JOUR 11 : LAC INLE**

Vous partirez pour une journée d'excursion en pirogue traditionnelle motorisée à la découverte des principales curiosités du Lac Inle. Vous pourrez aussi observer le style unique des pêcheurs d'Inle qui rament debout en enroulant une jambe autour d'une pagaie tout en tenant leur piège à poissons en vannerie. Visite du monastère de Nge Phe avec sa superbe collection de statues de bouddhas Shans et de la Pagode Phaung Daw OO. Plusieurs arrêts en chemin seront prévus pour observer les pêcheurs. Vous pourrez voir quelques barques récoltant les algues du fond du lac : celles-ci serviront de base pour les jardins flottants. Dans l'après-midi, visite de différents ateliers dont celui de tissage de la soie et d'une fabrique traditionnelle de cheroots ou de pirogues traditionnelles. Retour à l'hôtel en fin de journée. Nuit à Nyaung Shwe.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 12 : LAC INLE - INDEIN - LAC INLE**

Après le petit-déjeuner, vous visiterez le marché (celui-ci n'a pas lieu les jours de nouvelle lune et de pleine lune). Vous vous rendrez en bateau au village Pa-Oh d'Indein, situé sur la rive ouest du Lac Inle. Vous pourrez flâner un peu dans le village avant de commencer votre ascension jusqu'au sommet de la colline. Là, vous serez accueillis par une magnifique statue de Bouddha qui trône au milieu d'une centaine de stupas en ruines envahies par la végétation. Le complexe de la Pagode Indein est, sans aucun doute, l'un des sites les plus impressionnants du lac.

Sur le retour, vous pourrez vous arrêter à l'Inthar Heritage House pour en apprendre plus sur la culture indigène de la région. Retour à Nyaung Shwe où vous passerez la nuit.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 13 : NYAUNG SHWE – RANGOON**

Bien que située sur les bords du Lac Inle, peu de voyageurs prennent le temps de visiter cette charmante petite bourgade Shan. Vous commencerez par la visite du marché de Nyaung Shwe et poursuivrez en direction du canal, lieu plein de vie où de nombreux bateaux viennent décharger des tomates et bien d'autres produits qui se retrouveront par la suite sur les étals des marchés de tout le pays. Vous pourrez faire un arrêt à la « tomato house », un entrepôt où les tomates sont triées par variétés et mises en vente.

Selon vos horaires de vol, transfert à l'aéroport d'Heho pour votre vol pour Rangoon. Le reste de la journée sera libre.

**Repas compris** : Petit déjeuner – Déjeuner

**Transfert** : 32 km, environ 45min

**Hébergement** : Hôtel

### **JOUR 14 : RANGOON - VOL RETOUR**

Après le petit-déjeuner et selon vos horaires de vol, vous partirez à l'aéroport pour prendre votre vol retour en France.

**Repas compris** : Petit-déjeuner

Selon vos horaires de vol, vous arriverez soit le jour 14 soit le jour 15 en France.



**IMPORTANT :**

*Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.*

*Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités.*

*Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout événement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.*

## LE PRIX

### Le prix comprend

- Les vols internationaux
- Les vols intérieurs
- Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- L'hébergement comme indiqué au programme
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Les transferts comme indiqués dans l'itinéraire
- Les guides accompagnateurs francophones
- Les entrées dans les sites et excursions prévues au programme (sauf frais de caméra)

### Le prix ne comprend pas

- Toutes prestations non mentionnées au programme
- Les repas non compris
- Le supplément single éventuel (390€/personne)
- Les boissons
- Les pourboires
- Les frais de visa (45€/personne)
- Les dépenses personnelles
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier (10€)

*Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilité et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.*



## LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single
5. Des départs spéciaux pour les monoparentaux et leurs enfants

## VOTRE VOYAGE

### **Le groupe**

De 4 à 15 participants.

*Sur certaines dates, il sera possible de confirmer le départ dès deux participants.*

### **Niveau**

Circuit découverte/randonnée de niveau facile. Cet itinéraire ne comporte aucune difficulté technique, il s'agit de balades accessibles à tous. Durant les randonnées, vous marcherez entre 3 et 7 heures par jour. Cela nécessite toutefois d'avoir une bonne condition physique notamment pour le jour 9. Une bonne maîtrise du vélo est également nécessaire pour la visite de Bagan (terrain relativement plat).

### **Encadrement**

L'encadrement est assuré par plusieurs guides locaux francophones spécialistes de la région.

### **Transport**

Minibus, ferry, bateau traditionnel, vols intérieurs, vélo et calèches.

### **Portage des bagages**

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...). Vos autres bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre en véhicule.

### **Repas/Boissons**

- Les petits-déjeuners seront pris à l'hébergement
- Les déjeuners seront pris sous forme de piques niques, chez l'habitant ou dans de petits restaurants locaux
- Les dîners seront pris à l'hébergement ou dans de petits restaurants locaux
- Certains repas (déjeuners et dîners) seront libres

### **Hébergement**

En chambre double partagée avec deux lits séparés (ou en single, avec supplément) dans des hôtels sympathiques et confortables et en dortoir dans le monastère à Kalaw.



**A titre indicatif, nous proposons généralement les hébergements suivants :**

Rangoon : Grand United hotel  
Mandalay: Hotel Dingar  
Bagan : Sky Palace floral Breeze  
Kalaw: Pinewood  
Nyaung Shwe: Royal Inlay Sandalwood

*Les hôtels sont donnés à titre indicatif sous réserve de disponibilité au moment de la réservation/confirmation du circuit. En cas d'indisponibilité, un hôtel de qualité équivalente sera proposé. Veuillez noter que la classification hôtelière est différente de celle en vigueur en France.*

**EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS :** vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (notamment en cas d'inscription tardive).

**Aérien**

Les vols entre Paris et l'aéroport de Rangoon s'effectuent sur des compagnies régulières et comportent une escale. Les vols intérieurs s'effectueront avec Air Bagan, Air Mandalay, Asian Wings, Air KBZ ou Yangon Airways.

Vous recevrez votre convocation aéroport avec vos horaires d'avion définitifs quelques jours avant le départ. Pour vos réservations de pré et post acheminements, nous vous conseillons d'acheter des prestations (avion, train, hôtels, etc.) modifiables ou remboursables afin d'éviter tous risques de perte financière en cas de modification ou annulation de votre voyage.

Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants (liste non exhaustive) :

- Instruments tranchants comme les couteaux, rasoirs, limes à ongles, ou les ciseaux dont la lame dépasse 6cm
- Liquides, aérosols, gels et pâtes dans des contenants de plus de 100 ml (boissons, eau minérale, soupes, parfums, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, dentifrice, savons liquides, déodorants, etc...)
- Piles

Si vous avez des médicaments type inhalateur (asthme), traitements insuline, ou autres, munissez-vous d'une prescription de votre médecin ou de votre pharmacien.

Pour plus de précisions, consultez :

<http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagage-de-cabine/>

## AVANT LE DEPART

**Formalités d'entrée**

*Nous vous recommandons de vérifier les informations ci-dessous avant votre départ auprès des autorités concernées (ambassades, consulats), puisque des modifications peuvent avoir lieu.*

- Pour tous les ressortissants français, le passeport, dont la validité est au moins égale à 6 mois à compter de la date de retour en France, est obligatoire.



- Un visa est également exigé. Son obtention est sous votre responsabilité et il doit être demandé vingt jours minimum avant votre départ. Depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2015, il est possible d'obtenir un visa électronique en ligne. Pour plus d'informations : <http://evisa.moip.gov.mm>
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire et sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade de Birmanie de votre pays de résidence.

**IMPORTANT :** Veuillez noter que lors de votre inscription, vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement.

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Pour plus d'informations, un site utile : <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/birmanie>

### Santé

- Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour la Birmanie, il est important d'être à jour dans vos vaccinations. La mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite (DTP) est recommandée. La vaccination contre la rage (évitiez donc de toucher les chiens et les chats qui peuvent être porteurs du virus) et encéphalite japonaise peuvent être proposés dans certains cas.
- les vaccinations contre la fièvre typhoïde et les hépatites virales A et B peuvent être recommandées.
- la vaccination antituberculeuse est également souhaitable.
- Un traitement contre le paludisme n'est plus recommandé sauf si un voyage en zone forestière (au niveau des frontières) est envisagé. Pensez toutefois à prendre des répulsifs anti-moustiques.
- Sur place, nous vous conseillons de ne pas boire l'eau du robinet. Préférez les eaux en bouteilles capsulées, ou pensez à purifier l'eau avec des capsules d'hydroclonazone. Évitez l'ingestion de glaçons, de jus de fruits frais, de légumes crus, de fruits non pelés et d'aliments (poisson, viande, volaille, lait) insuffisamment cuits. Pensez à vous laver régulièrement les mains avant chaque repas.

*Demandez l'avis de votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.*

### Equipement

#### Bagage :

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 15 à 20 kg selon la compagnie aérienne. Pensez à vous munir d'un cadenas.

Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 35/40L).

#### Vêtements :

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- Les chaussures de randonnée à tiges hautes sont préconisées pour une meilleure tenue du pied et de la cheville. (Évitez les chaussures neuves, ou essayer les bien avant. Il est très important qu'elles soient imperméables et confortables)



- Duvet ou sac à viande cousu **facultatifs** pour la nuit chez l'habitant ou dans le monastère (des couvertures sont fournies)
- Sandales ou tennis pour le soir
- Chaussures pour aller dans l'eau
- Un sac imperméable pour votre appareil photo (lors de la navigation)
- Paires de chaussettes (de randonnée et pour le soir)
- 1 pantalon de trekking
- 1 short ou bermuda
- 1 maillot de bain
- 1 serviette
- Chemises ou T-shirts à matière respirante
- 1 polaire chaude
- 1 coupe-vent en Goretex ou Micropore
- Cape ou veste de pluie
- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Trousse de toilette
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Des boules Quies
- Protection solaire
- Gourde 1L minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale
- Recharges ou piles pour appareils

### **Pharmacie**

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : Aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, pastilles d'hydroclonazone pour purifier l'eau et répulsifs anti moustiques.

### **Liens utiles**

Ambassade de Birmanie à Paris

60, rue de Courcelles 75008 Paris

Tel : 01.56.88.15.90

Email : me-paris@wanadoo.fr

Ambassade de France en Birmanie :

102 Pyidaungsu Yeithka Road

BP 858 Rangoun

00951 212 520 / 00959 518 5361

[ambafrance.rangoun@diplomatie.gouv.fr](mailto:ambafrance.rangoun@diplomatie.gouv.fr)

<http://www.ambafrance-mm.org/>

## **INFORMATIONS PAYS**

### **Géographie & Climat**

La Birmanie (Myanmar) s'étend sur plus de 2 000 km de long et partage ses frontières avec la Thaïlande, le Bangladesh, l'Inde, la Chine et le Laos.

Côté climat, il y a trois saisons :



- La mousson, de juin à octobre : la capitale Rangoon est particulièrement touchée en juillet et août, mais le centre du pays est plus sec. Quelques risques de cyclone sur les côtes.
  - La saison sèche, de novembre à février : c'est la meilleure saison, où que vous alliez. Les températures sont agréables et il fait beau. En revanche, il peut faire froid la nuit (moins de 10°C) du côté du lac Inle. Prévoyez des vêtements chauds !
  - La saison chaude, de mars à mai : il fait très chaud, surtout du côté de Bagan et Mandalay. Mais il s'agit également d'une période beaucoup moins fréquentée par les touristes.
- Pour plus d'informations, n'oubliez pas de consulter les conditions météorologiques avant votre départ.*

### **Budget & change**

En Birmanie, l'unité monétaire est le kyat (K).

A titre indicatif, Décembre 2018 : 1 € = environ 1748 K et 1\$= 1539 K

*Attention, les taux de change fluctuent régulièrement. Renseignez-vous sur le taux fixé avant votre départ ou directement sur place.*

**Toute personne se rendant actuellement en Birmanie doit impérativement se munir, avant son arrivée, de dollars ou d'euros en billets en très bon état (sans tache, sans déchirure ni pliage) pour régler l'ensemble de ses dépenses sur place. Attention, les billets avec un numéro de série commençant par CB ne sont pas acceptés au Myanmar du fait d'une contrefaçon.**

Les chèques de voyage ne sont pas acceptés. Cependant, il est désormais possible d'effectuer des retraits de faibles montants par carte de crédits Master Card et Visa dans les grandes villes. Par ailleurs, des transferts par Western Union sont désormais possibles dans les grandes villes.

Des guichets de change officiels ont été ouverts fin 2011 dans les principales villes du pays, ainsi que dans quelques aéroports. Cependant le change dans les aéroports n'est pas conseillé car le cours est souvent défavorable.

Pensez au budget pour vos dépenses personnelles.

### **Communication**

En raison de l'état du réseau téléphonique et internet, il est difficile voire impossible de communiquer avec l'étranger en dehors de Rangoon. Quelques cybers café auront toutefois une connexion internet mais relativement lente.

### **Pourboires**

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire. Nous vous recommandons 5€ par jour et par personne (pour le guide et le chauffeur).

Pensez au budget pour vos dépenses personnelles.

### **Décalage horaire**

En Birmanie, il y a +5h30 de décalage en hiver et +4h30 en été.

Plus concrètement, s'il est 12h à Paris, il est 17h30 à Yangon en hiver et 16h30 en été.

### **Electricité**

230V, 50Hz. Le plus fréquemment vous trouverez des prises à deux fiches rondes ou plates. Pensez à emporter un adaptateur.



## **Photos & Vidéos**

Pensez à vous munir de batteries ou recharges pour vos appareils.

Pour tout portrait photo ou vidéo des gens que vous allez rencontrer, pensez à leur demander leur autorisation.

## **Us et coutumes**

En Birmanie, comme partout en Asie, il faut rester poli, ne jamais s'énerver, contredire quelqu'un, ni même élever la voix.

On ne se serre pas la main et les gestes affectueux doivent rester discrets dans les lieux publics.

Nous vous recommandons de porter des vêtements amples et discrets. Pour les femmes comme les hommes, évitez les shorts trop courts (préférez des bermudas au niveau du genou).

Lors de la visite de temples, déchaussez-vous avant d'entrer, et soyez correctement vêtu (jambes et épaules couvertes).

Pensez à contourner Bouddha par la gauche (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre).

Il ne faut jamais toucher la tête d'une personne (même d'un enfant), c'est très mal vu. En aucun cas une femme ne doit toucher un moine, sinon celui-ci perdrait tous ses mérites acquis.

## **Législation locale**

Ne tentez jamais de voler des fragments de monuments ou de statues. Les contrôles à la sortie du territoire sont sérieux. Les bijoux et objets de valeur doivent, pour être exportés, avoir été payés en dollars et être accompagnés d'une facture en trois exemplaires d'un magasin autorisé.

La législation est très sévère en matière de délits de mœurs. Des textes de loi récents interdisent la prostitution.

## **Quelques mots du quotidien**

Bonjour : min gala ba

Merci : Cè zù bèh

Oui : houq kéh

Comment allez vous ? : k'amyà (m) /shin (f) ne kaùn yéh là ?

Je vais bien : ne kaùn ba deh

## **TOURISME RESPONSABLE**

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

### **Le Respect des Patrimoines**

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

*Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :*



- *le respect des sites culturels: ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant!, ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

### **Le Respect des Hommes**

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

*Le respect des hommes se traduit par :*

- *une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie: respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *la prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

### **Le Développement d'un Tourisme Equitable**

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

*Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :*

- *une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à maximiser les retombées économiques locales.*

### **La Qualité des Services et des Relations Humaines**

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !