

Birmanie



FORMALITÉS

Passeport valide au moins 6 mois après la date de retour. Pensez à en faire une photocopie, car en cas de perte, cela facilite les démarches.

Visa obligatoire - Formulaire à remplir via le site : <http://evisa.moip.gov.mm/index.aspx>
Règlement en ligne directement



SANTÉ

Aucune vaccination obligatoire n'est exigée pour entrer en Birmanie en provenance d'Europe. Il est toutefois conseillé de prendre un traitement antipaludéen et de faire un rappel des vaccins DT-Polio, hépatites A et B, fièvre typhoïde.

Ne buvez pas l'eau du robinet, qui pourrait entraîner des troubles intestinaux. Préférez l'eau en bouteilles capsulées. Prévoyez des traitements contre la turista type Immodium ou Ercefuryl. Les habituels médicaments en vente libre sont disponibles, mais ils sont souvent dosés différemment, y compris l'aspirine. Pensez à une crème anti-moustique (particulièrement virulents, surtout du côté de Mandalay). Reposez-vous bien le premier soir car la « turista » est surtout due au décalage horaire et à la fatigue.



Ce voyage nécessite une bonne condition physique de la part des participants.



DÉCALAGE HORAIRE

Plus 4 h 30 en été. Lorsqu' il est 12 h à Paris, il est 16 h 30 à Rangoon.
Plus 5 h 30 en hiver. Lorsqu' il est 12 h à Paris, il est 17 h 30 à Rangoon.



POURBOIRE

Le pourboire représente un complément de salaire non négligeable pour une population aux revenus très faibles.

Nous recommandons 3-5 US \$ par personne et par jour pour le guide et de 1,50 à 2\$ US par personne et par jour pour le conducteur.

Le pourboire dépend de votre satisfaction des services rendus. Il reste avant tout une récompense.



MONNAIE CARTE DE CREDIT

L'unité monétaire birmane est officiellement le Kyat (prononcer " chiatte "). (MMK)

1 € = 1389 MMK (au 25/11/2015)

Un Kyat est divisé en 100 pyas. On trouve des billets de 5, 15, 50, 100, 200, 500 et 1 000 MMK.

Attention ! Jusqu'à nouvel ordre, aucune carte de crédit n'est acceptée pour retirer de l'argent ou même pour effectuer un paiement (sauf dans les grands hôtels). Les transactions avec les cartes de paiement ne sont absolument plus possibles, suite aux sanctions américaines prises contre le gouvernement en juillet 2003. Cet embargo concerne autant Visa, American Express que MasterCard. Début 2012, quelques banques de Yangon commençaient à changer des devises au même taux que celui pratiqué sur le marché parallèle. Mais il vaut mieux retenir que, outre les banques, on peut changer maintenant à l'aéroport, dans certains hôtels, commerces, agences de voyages et parfois même dans la rue.

Prenez majoritairement des dollars américains, plus faciles à changer. Les grosses coupures bénéficient d'un meilleur taux. Cependant, ne changez pas tout à votre arrivée, les dollars servent à payer certains hébergements, transports et les petits achats. Panachez donc grosses coupures pour le change et petites coupures pour régler les dépenses courantes. Vous pouvez aussi panacher votre besace avec des euros, échangeables de plus en plus facilement et à un taux intéressant.

Emportez des billets neufs ou alors en excellent état, faute de quoi ils sont tout simplement refusés. Évitez la série «de dollars CB» qui, objet de beaucoup de contrefaçons, est systématiquement refusée (info précisée en haut à gauche du billet vert).



GÉOGRAPHIE

Superficie : 676 577 Km²

Capitale : Naypyidaw

Population : 55 millions d'habitants

Entourée par le Bangladesh et l'Inde à l'ouest, par la Chine au nord, le Laos et la Thaïlande à l'est, la Birmanie est un pays de la taille de la France et du Portugal réunis. Le Myanmar s'étend sur plus de 2 000 km de long, du sud de la péninsule du Tenasserim jusqu'aux confins de l'Himalaya, où se dresse le mont Hkakobo Razi (5 881 m), plus haut sommet du pays et de toute l'Asie du Sud-Est.

Si le pays est généralement catalogué tropical humide, il jouit en fait d'une diversité de climats et de paysages peu commune sous ces latitudes. Hormis une longue bande côtière sur le golfe du Bengale et la mer d'Andaman, le pays est encerclé par un système montagneux qui dessine un fer à cheval qui l'a toujours protégé et isolé du reste du monde. Le Myanmar central est irrigué du nord au sud par les fleuves Chindwin, Sittang et surtout par l'Irrawaddy, qui coupe le pays en deux. Les principaux axes de communication ont toujours été nord-sud.

Du nord au sud, il faut aussi distinguer le haut Myanmar et le bas Myanmar. Le second, centré autour de Yangon et du delta de l'Irrawaddy, connaît des moussons diluviennes, alors qu'autour de Mandalay, le climat est plus sec. La chaleur peut devenir insupportable en été, mais les hivers sont plaisants et tempérés (notamment sur les plateaux shans).



CLIMAT

La meilleure saison pour aller au Myanmar s'étend d'octobre à mars. Éviter la période d'avril à juin pour ceux qui craignent les grosses chaleurs, surtout si vous allez dans la région centrale, à Bagan et à Mandalay. Cependant, côté positif, il y a moins de touristes. Le pays comprend deux grandes zones climatiques : Yangon, au sud, plus exposé à la mousson et à l'humidité, et Bagan-Mandalay, au centre, plus chaud et plus sec.

On compte trois saisons en Birmanie :

- De juin à octobre : la mousson permanente de Yangon, noyé sous la pluie, en particulier en juillet et août. En revanche, le centre du pays est plus sec.
- D'octobre à mars : la meilleure saison, sèche, toujours ensoleillée mais pas trop chaude.
- D'avril à juin : la saison chaude. Difficilement supportable, en particulier à Bagan et à Mandalay.

TABLEAU DES TEMPERATURES

(Moyennes mensuelles des températures minimales et maximales)

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Mandalay	13/28	15/31	20/36	25/38	26/37	26/34
Rangoon	19/32	20/36	22/35	24/36	25/33	25/30
	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Mandalay	26/34	26/33	25/33	24/32	20/29	15/27
Rangoon	24/30	24/29	25/30	25/31	23/31	20/31


VÊTEMENTS

Vêtements confortable en coton. Aucune tenue de soirée n'est exigée au cours du circuit. Lainages pour les soirées fraîches et la climatisation dans le car. Chaussures confortables. Un parapluie ou un vêtement de pluie peut être utile pour les éventuelles averses.

Pensez à prendre un petit bagage à main contenant vos médicaments éventuels et effets personnels indispensables durant le vol. Il vous sera également utile pour vos déplacements en train.


ACHATS

L'artisanat est très varié et travaillé selon des méthodes ancestrales : poteries, vannerie, céramique, joaillerie et argenterie... En matière de textile, la soie est plus accessible qu'en Europe.

Nombre de produits birmans tentent les visiteurs : les alcools médicamenteux, les objets en laque (plateaux, boîtes, petits animaux : canards, hiboux, tortues...), les ciseaux à bétel (petit objet en métal ciselé avec représentation humaine ou animale), les horoscopes (feuilles de palme dans des boîtes laquées), les livres en feuilles de papier de riz pliées (para-beik), les petits bronzes (réalisés suivant la technique de la cire perdue), le kado-poué (garde-manger traditionnel des moines, destiné à protéger la nourriture contre les insectes), le poids à opium (les authentiques sont de plus en plus recherchés, aujourd'hui c'est une véritable industrie)... Enfin, n'oubliez pas d'acheter vos cheerot, ces cigares originaux que les Birmans fument en permanence (y compris les femmes).

Le marchandage est de rigueur partout, y compris dans les grands magasins. Pensez à vous méfier des vendeurs de bijoux et allez plutôt les acheter dans de véritables bijouteries.

Il est en principe interdit de sortir du pays des images religieuses et anciennes. Si l'on vous propose un beau livre religieux enluminé, refusez fermement : il a sûrement été dérobé dans un monastère (un trafic organisé où les moines sont vivement priés d'obtempérer).


GASTRONOMIE

Le repas birman « type » se compose d'un curry accompagné de riz, d'un bouillon et de divers petits plats, notamment de légumes. On apporte tout en même temps sur la table et on se sert dans une assiette à part. C'est le fameux « menu birman », proposé dans nombre de petits restaurants dans tout le pays. Les curries (de poulet, canard, chèvre ou poisson) sont presque tous préparés avec de l'ail, du gingembre, des oignons, du curcuma, beaucoup d'huile et souvent aussi une substance omniprésente dans la cuisine birmane : le ngapi, une sorte de pâte assez salée, au goût fort, de poisson ou de crevette. À noter que les Birmans mangent peu de bœuf, car ils considèrent cet animal comme un compagnon de travail et, donc, indigne de finir à la boucherie. Pas trop de porc non plus, ce dernier étant mal vu des nat (esprits) !

Quant aux plats qui accompagnent les curries, il y en a vraiment pour tous les goûts : légumes en saumure, crus, cuits ou bouillis, servis en salade, mais aussi des petits mets typiquement birmans comme le balachaung (crevettes séchées et pilées avec de l'ail frit) ou le la phet thoke, une étrange (mais très bonne) salade de feuilles de thé à la tomate et aux cacahuètes ! En fin de repas, on vous apportera souvent des morceaux de jaggery, un sucre de canne ou de dattier brut, très sucré. Autres plats : les nouilles sautées, le riz frit, la mohinga (petit-déjeuner national, succulente soupe de poisson aux nouilles, à goûter au moins une fois).

Côté boissons on retrouve :

Le thé : boisson nationale, comme souvent en Asie. Le thé birman se boit non sucré mais, influence anglaise oblige, il est souvent préparé avec du lait et du sucre ou, plus simple, avec du lait concentré sucré. Dans les restaurants, on vous servira souvent du thé en poudre. Pour boire du " vrai " thé birman, précisez que vous voulez du green tea (ou yé nwé gyan).

Les jus de fruits : le jus d'orange servi aux touristes est souvent imbuvable (arômes chimiques).

L'eau n'est pas potable pour les Occidentaux, évitez de boire de l'eau non bouillie. On trouve partout des

bouteilles d'eau minérale à prix raisonnables.

Le café : peu de café, en revanche vous pourrez commander un café au lait sucré en poudre dénommé Coffeemix, genre de Nescafé très sucré.

L'alcool : possibilité de boire de la bière locale, la Mandalay, assez bonne mais chère et conditionnée en bouteille de 640 ml. Un peu moins chère et tout aussi bonne : la Myanmar Beer. Pour de plus fortes sensations, goûtez au gin de Mandalay ou au rhum, très bon marché.



LANGUE

La langue officielle est le birman, mais on compte plusieurs dialectes dans le pays : karen, shan, chin et kachin. L'anglais est compris dans les villes touristiques.



ÉLECTRICITÉ

220 volts et utilise 2 cosses plates (type américain) pensez donc à emmener un adaptateur si toutefois vous désirez vous servir d'appareils électriques.



TÉLÉPHONE

On ne peut utiliser de téléphone cellulaire pour appeler, il n'y a pas de cabines pour l'international, on ne peut quasiment appeler que des hôtels. Le prix est très élevé : 7 à 8 dollars US la minute pour la France.

De France vers la Birmanie : 00 + 95 + indicatif de la ville (sans le "0") + numéro du correspondant.
De Birmanie vers la France : 00 + 33 + numéro du correspondant à 9 chiffres (sans le "0").



ADRESSES UTILES

AMBASSADE DE BIRMANIE

60 rue de Courcelles
75008 PARIS
Tel : 01.56.88.15.90



INFO VÉRITÉ

Quelques bonnes manières Birmanes :

- On ne touche pas à la tête de quelqu'un, surtout celle des enfants.
- On ne montre pas quelqu'un du doigt.
- On enlève ses chaussures quand on pénètre dans un temple.
- On évite d'avoir les bras et les jambes nus à l'intérieur des monuments religieux.
- On ne prend pas en photo les bases stratégiques (aéroports, gares etc...)
- En public, on évite les marques d'affection trop poussées (se serrer, s'embrasser...).
- On ne parle pas politique avec les birmans pour ne pas les mettre dans une situation embarrassante.

Pensez-y et soyez sûrs que les Birmans vous accueilleront avec une grande gentillesse et souvent beaucoup de tact si vous adopter une attitude respectueuse face à une dévotion religieuse qui est une composante importante de leur identité culturelle.

Les conditions de circulation sont difficiles en Birmanie du fait du mauvais état des routes.

Les toilettes des autocars (lorsqu'elles existent) sont fermées pour diverses raisons : sécurité des passagers (routes souvent sinueuses et escarpées), chaleur... Cependant, l'autocar effectue des arrêts fréquents et réguliers au cours de la journée. La nuit en yourte se fait dans un confort très simple (toilettes sèches, pas d'électricité...)