

# Bulgarie



## FORMALITÉS

Carte d'identité nationale passeport en cours de validité. Pensez à faire une photocopie de votre carte d'identité ou passeport ; en cas de perte, cela facilitera les démarches.



## SANTÉ

Aucun vaccin n'est obligatoire. Tout de même, on peut noter que certains vaccins sont conseillés comme les vaccins universels (DTCP, hépatite B) et celui de l'hépatite A. N'oubliez pas de vous munir de la Carte Européenne d'Assurance Maladie de la sécurité sociale (qui remplace le formulaire E 111). Elle vous permettra de ne pas avancer d'argent en cas de consultation médicale, de radio ou d'hospitalisation. Il est impératif de demander des factures et de les faire parvenir à votre régime de sécurité sociale dès votre retour.



## DÉCALAGE HORAIRE

1 heure de décalage horaire. Quand il est midi à Paris, il est 13h à Sofia.



## POURBOIRE

Le service est inclus dans la plupart des restaurants mais rien ne vous empêche de laisser quelques pièces si vous avez passé un agréable moment. Les chauffeurs de taxi s'attendent à ce que le prix de la course soit arrondi. Cette somme dépend de votre satisfaction des services rendus. En aucun cas il ne s'agit d'une obligation. Un pourboire est avant tout une récompense.



## MONNAIE CARTE DE CREDIT

L'unité monétaire est le lev. Le lev est égal à 0.51€. Les billets sont en coupures de 2. 5. 10. 20 et 50 leva (sigle international : BGN ; signe national : Lv). Les pièces sont de 1. 2. 5. 10.20 et 50 stotinki et de 1 lev.

Aucun problème pour changer l'argent liquide ou retirer de l'argent dans la monnaie locale grâce aux banques et bureaux de change. Toutefois, certaines banques ont la fâcheuse habitude de modifier le taux applicable avec les clients étrangers : faites-vous bien confirmer combien vous recevrez avant de donner vos billets ou aller dans une autre banque. À noter que les horaires d'ouverture des bureaux de change sont plus étendus : en général du lundi au samedi de 9h à 18h, parfois aussi le dimanche (à Sofia notamment).

La carte de crédit est la façon la plus simple pour retirer du liquide grâce aux distributeurs automatiques que l'on trouve un peu partout. Pour obtenir le meilleur taux de change, privilégiez les gros retraits plutôt que de multiplier les petites opérations.

Nb : la carte American Express est rarement acceptée.



## GÉOGRAPHIE

**Superficie** : 110 911 km<sup>2</sup>

**Population** : 7.1 millions d'habitants

**Capitale** : Sofia

Au cœur de la péninsule des Balkans, la Bulgarie forme un rectangle de 450 km d'ouest en est sur 250 km du nord au sud, soit 1/5e de la France. Le Danube délimite en grande majorité la frontière nord (avec la Roumanie), la mer Noire s'étend à l'est et les côtés sud et ouest sont soulignés par les montagnes.

Particulièrement accidentée, la Bulgarie est couverte aux deux tiers par les montagnes, elles-mêmes largement couvertes par la forêt !

### VELIKO TARNOVO

Le monastère Préobrajenski est l'un des anciens monastères bulgares. Il se situe dans les hauteurs du canyon Derventski (sur la rivière Yantra) à seulement 7km de Véliko Tarnovo.

### BANSKO

La maison Vélyanova : site architectural, monument de la culture, c'est une des belles maisons anciennes à visiter datant du 18<sup>ème</sup> siècle.

### ROGOZEN

Le trésor de Rogozen est sans doute l'un des plus beaux trésors thrace qu'on puisse voir en Bulgarie. Le trésor est exposé dans une salle du Musée d'histoire de Vratza.

### NEVESTINO

Pont médiéval ottoman construit en 1470.

### SOFIA

Eglise basilique Sainte-Sophie est une très grande église située à proximité de la cathédrale Saint Alexandre Nevski. C'est grâce à elle que la capitale bulgare se nomme ainsi. Monument à l'Armée soviétique dédié à la gloire de l'Armée rouge libératrice.

### KYUSTENDIL

Ville se trouvant au sud-ouest, au pied de la montagne Osogovo. Ville thermale et ville d'histoire. Son centre-ville a du charme avec le mélange du patrimoine romain / ottoman.

### LES SEPT LACS DE RILA

Dans la partie nord-ouest de Rila, l'un des plus beaux endroits de Bulgarie. 7 lacs d'origine glacière, disposés en palier dans un grand cirque. En hiver ils gèlent et se couvrent de neige.

### FORTERESSE D'ASSEN

Sur la route des Rhodopes et sur le massif opposé à celui qui abrite le monastère de Batchkovo. Un témoin de la gloire du Second Royaume Bulgare, perché sur un roc.

### LA FORÊT / VARNA

La forêt pétrifiée dite Pobiti Kamani, à 18km de Varna. Rare phénomène naturel, vieux de 50 millions d'années. Lieu sacré, des colonnes creuses de 6m, remplies de sable.

### ALADJA

Monastère Aladja est l'un des plus visités sur la côte de la Mer Noire, sans doute à cause de sa proximité immédiate avec la station balnéaire des Sables d'Or. Il est l'un des rares monastères rupestres bulgares et n'est plus en activité.

### MELNIK

Pyramides de Melnik : site naturel de formations rocheuses et sableuses, fruit de l'érosion du relief par le vent et les pluies. Se situe à proximité de la plus petite ville de Bulgarie dans la partie sud-ouest de la montagne de Pirin. Le site est classé comme phénomène naturel en 1960.

### RHODOPE DE L'OUEST

Les Ponts Merveilleux : phénomène rocheux formé par l'action érosive de l'eau en temps ancien.



## CLIMAT

Le climat bulgare est continental avec une influence méditerranéenne au Sud, des étés chauds et secs et des hivers modérément froids. La neige peut persister jusqu'en mai sur les monts Balkan et Rhodope. Sur le littoral de la mer Noire, les vacances balnéaires se prolongent de juin à septembre grâce à une température très agréable (27 °C) et une eau à 23 °C. Dans les régions montagnardes de Rhodopes, l'influence de la mer Égée s'apprécie par un vent d'air frais au printemps et en été, idéal pour les promenades diverses.

### TABLEAU DES TEMPERATURES

(MOYENNES MENSUELLES DES TEMPERATURES MINIMALES ET MAXIMALES A SOFIA)

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
-5.4/3.8	-4/6.8	0/12	4.5/16.5	8.9/21.2	12.5/25.2
Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
14.3/28	14/28.3	9.8/23	5.6/17.8	0.2/10.1	-4/4.2



## VÊTEMENTS

En été, vêtements légers et lainages pour le soir et le matin. Au printemps et en automne, vêtements de demi-saison sauf dans le nord-est du pays.



## ACHATS

Sculptures sur bois, la poterie, l'essence de rose en petits flacons, savon, cosmétiques, confiture de pétales de rose... Les tapis bulgares, les objets de cuivre, les répliques de plats et rhytons thraces, les icônes, objets en cuir, poupées en tissu, bijoux, cristal, nappes, broderies, terlitsi (chaussettes), CD, vins bulgares, produits naturels (loukoums et halva turcs)...



## GASTRONOMIE

Ni grecque, ni russe, ni turque, la cuisine bulgare a sa propre originalité slave teintée d'Orient. Les viandes sont très présentes. Si la finesse n'est pas toujours au rendez-vous, les assiettes sont généralement plus que copieuses.

### Plats :

**Chopska salata** : concombres, tomates, oignons et siréné râpé, un fromage blanc à base de lait de brebis ou de vache, salé et proche de la feta grecque.

**Tarator** : soupe froide à base de yaourt, concombre et aneth, voire des noix.

**Chkembe tchorba** : soupe de tripes au lait, préparée avec piments ail et vinaigre.

**La pastarma** : viande de chèvre et deux autres de porc.

**Kyopolou** : caviar d'aubergines. Préparé à base d'aubergines et de poivrons grillés écrasés avec du persil et de l'ail.

**Le kavarma** : sorte de ragoût de porc ou de poulet, tomates, oignons, champignons, beaucoup d'oignons, souvent recouvert d'un œuf.

Le porc et le poulet sont servis partout mais le bœuf est plus rare et pas toujours très tendre. Le foie gras d'oie frais grillé est fréquent.

### Desserts :

**Baklavas, kadaïf, Touloumbitchki** : pâtisseries au sirop

**Kisselo mliako** : Yaourt bulgare. Les bulgares mangent certains plats avec du yaourt.

### Boissons :

**Mastica** : ouzo local

**L'Iskra** : le champagne bulgare.

La Bulgarie est un pays où la tradition du vin remonte à la plus haute Antiquité. Très populaires à l'époque communiste, exportés en masse en Union soviétique et même en Angleterre, les vins bulgares ont pas mal souffert, depuis, du vieillissement des installations, du savoir-faire approximatif des maîtres de chais et de l'émergence des concurrents sud-américains. La surface plantée a ainsi été divisée par quatre depuis les années 1980 !

Cela étant, quelques entrepreneurs français, italiens et autres, reconnaissant la qualité de certains sols bulgares, ont investi dans le pays, dans l'espoir d'un retour substantiel.

Les vins bulgares ne sont pas chers, parfois d'un excellent rapport qualité-prix... mais aussi hautement irréguliers



## LANGUE

La langue officielle est le bulgare. Peu de bulgares, en dehors des villes, parlent une langue étrangère. À Sofia, l'anglais a pris le dessus. Ailleurs on rencontre des germanophones, quelques francophones et dans l'ancienne génération, pas mal de russophones.



## ÉLECTRICITÉ

220 Volts. Les prises de courant sont les mêmes qu'en France.



### TÉLÉPHONE

**De France vers la Bulgarie:**

00 + 359 + numéro de votre correspondant à 9 chiffres (sans le zéro du début)

**De la Bulgarie vers la France :**

00 + 33 + numéro de votre correspondant à 9 chiffres (sans le zéro du début)



### ADRESSES UTILES

**OFFICE DE TOURISME DE BULGARIE EN FRANCE A L'AMBASSADE**

1, avenue Rapp  
75007 PARIS  
Tel : 01 45 51 85 90  
Fax : 01 45 51 18 68

**CENTRE CULTUREL BULGARE**

28. rue La Boétie  
75 008 PARIS  
Tél : 01 43 59 20 52  
Web : [www.ccbulgarie.com](http://www.ccbulgarie.com)



### INFO VÉRITÉ

Les petites routes et les rues des villes sont souvent dans un mauvais état. Méfiez-vous d'une spécificité bien bulgare : le découpage de pans entiers ou de petits morceaux de route en attendant de les refaire !

Les toilettes sont payantes dans les jardins publics et certains restaurants.