

ARRIVÉE ET AÉROPORT

La plupart des visiteurs arrivent par la voie aérienne à l'aéroport international de Yangon. Des vols relient Yangon avec les villes principales de l'Asie du Sud-Est et de l'Asie de l'Est, ce sont des excellents moyens économiques et convenants pour se rendre au Myanmar.

BAGAGE

Pour le vol domestique, la plupart de compagnies aériennes ne permettent qu'un seul bagage enregistré et un seul bagage de cabine. Le poids varie en fonction de la classe du siège. Normalement, 15 kg pour le bagage enregistré et 5 kg pour le bagage de cabine sont inclus dans un billet d'avion de classe économique. Les transporteurs peuvent percevoir un supplément à l'aéroport si le poids de bagages dépasse la limite.

BOISSON

Il n'est pas conseillé de boire de l'eau du robinet, mais l'eau en bouteille est disponible partout. La plupart des hôtels fournissent une bouteille par personne dans la chambre. Les glaçons servis dans les restaurants et les hôtels sont généralement sanitaires, mais il est préférable de les éviter dans les étals de rue. Toddy est une boisson traditionnelle du Myanmar, faite à partir du sucre des palmiers fermenté et goûté comme le rhum. Les habitants boivent aussi du thé épicé.

CLIMAT

Le Myanmar a un climat tropical avec 3 saisons distinctes. La saison sèche va d'octobre à février, durant cette période les précipitations sont peu fréquentes et la température n'est pas aussi élevée. La saison chaude va de mars à mai, avec des températures moyennes d'environ 35 degrés Celsius. La saison des pluies débute en mai et termine en septembre, durant cette période les courts orages sont fréquents. Pendant la saison des pluies, de nombreux complexes, restaurants et magasins réduisent leurs activités. En revanche, la saison sèche offre un ciel ensoleillé et des températures moyennes comprises entre 30 et 34 degrés Celsius.

CONNECTIVITÉ

La plupart des hôtels offrent une connexion wifi gratuite. Cependant, lorsque vous voyagez dans les régions recherchées, il se peut que la connexion ne soit offerte que dans les aires communes.

DÉCALAGE

+ 10 :30 pendant la période de l'heure de l'été au Québec
+ 11 :30 pendant la période de l'heure de l'hiver au Québec

ÉLECTRICITÉ

Le courant électrique est 220 V. Le Myanmar utilise une combinaison de fiches plates à deux broches et rondes à deux ou trois broches. Il est recommandé aux visiteurs d'apporter un adaptateur de prise universel.

FORMALITÉ

Tous les visiteurs doivent posséder un passeport dont la validité est d'au moins de 6 mois après la date du retour au Canada. Les détenteurs du passeport canadien ont besoin d'un visa de touriste pour entrer au Myanmar. Un visa électronique peut être demandé à partir du site web de l'Office de l'Immigration du Myanmar et vous permettra un séjour maximum de 28 jours.

GÉOGRAPHIE

Le Myanmar a une superficie totale de 678 500 km carrés. Il est bordé au nord-ouest par la division Chittagong du Bangladesh et des États de l'Inde. Sa frontière du nord et du nord-est est partagée avec la région autonome du Tibet et la province de Yunnan de la Chine. Au sud-est, se trouvent le Laos et la Thaïlande. Le Myanmar est divisé en 7 états et 7 régions. Les régions sont principalement occupées par les birmans et les états sont résidences des ethnies minoritaires.

GASTRONOMIE

Les conditions climatiques favorables du Myanmar, son sol fertile et ses abondantes ressources en eau fournissent une alimentation d'une grande variété tout au long de l'année. Le riz représente environ 75% d'un repas typiquement birman, servi avec de la viande ou du poisson, de la soupe, de la salade et des légumes. Comme pour les autres cuisines d'Asie du Sud-Est, un effort est fait pour équilibrer les quatre saveurs principales : acide, salé, épicé et amer. Les voisins du Myanmar ont grandement influencé sa cuisine, en particulier l'Inde, la Chine et la Thaïlande. L'influence chinoise se reflète dans la préparation des épices et l'influence indienne a conduit à la réplique de nombreux mets, y compris les currys, les biryanis et les samossas, etc.

Le plaisir de manger un authentique repas birman est la grande variété de plats. Après avoir choisi un curry, un plat de friture ou une salade, une succession de plats d'accompagnement seront servis, tels qu'une soupe aux lentilles indienne ou encore une soupe aigre à base d'épices acidulées.

HÔTEL

Les normes d'hébergements sont locales, avec des catégories pour tous les types de budgets. Le Myanmar compte des centaines d'hôtels et d'auberges privées autorisées à recevoir les étrangers. Yangon et Mandalay offrent une bonne sélection d'hôtels de style occidental et des chaînes hôtelières internationales. Tandis qu'à Bagan et au bord de la plage Ngapali, les 'resorts' authentiques permettent aux voyageurs une expérience purement birmane.

D'habitude, la chambre est disponible à partir de 14H00 et doit être libérée avant 12H00 du lendemain. Des suppléments peuvent être demandés si vous souhaitez obtenir votre chambre plus tôt ou bien quitter plus tard que les heures régulières.

KYAT

La monnaie locale s'appelle le Kyat (prononce jyat).
1 CAD = 1 013 – 1 020 MMK (2020)

Les voyageurs peuvent changer pour le Kyat dans les bureaux de change et dans les banques. Il est toujours préférable d'apporter des billets neufs et de grands montants (50\$ ou 100\$).

Les guichets automatiques peuvent être utilisés pour faire des retraits avec une carte bancaire canadienne, avec des frais de transaction.

Le paiement par carte de crédit est accepté dans les hôtels, les grands magasins et les restaurants de haute gamme.

LANGUES

La langue officielle est le birman, mais il existe aussi 80 différents dialectes parlés à travers le pays. En raison de la domination coloniale britannique, les habitants maîtrisent l'anglais à grande échelle, en particulier parmi les générations plus âgées et les citadins.

LONGYI

Longyi désigne un sarong qui est noué autour de la taille, porté par les birmans.

Les hommes portent le longyi en faisant un pli de chaque côté et puis en les nouant à la taille juste en dessous du nombril. Les motifs sont souvent aux rayures et aux carreaux. Les femmes portent leur longyi avec un seul pli à l'avant et avec l'extrémité repliée au niveau de la hanche. Les motifs pour les femmes sont souvent plus colorés et floraux.

Le coton est la matière de base, mais toutes les sortes de tissus peuvent être utilisées. Le batik indonésien, malgré son prix élevé, est très populaire depuis les années récentes.

Le longyi est parfait pour le climat du Myanmar, car il permet à l'air de circuler et il protège contre les rayons du soleil.

MAGASINAGE

Le marché de Bogyo Aung San est une attraction touristique majeure de Yangon et aussi le meilleur endroit pour l'achat des souvenirs. Le complexe commercial offre une large variété d'antiquités, d'artisanats, de vêtements, de bijoux en jade, d'objets en laque, de sculptures en bois et de l'argenterie, etc.

À Bagan, se trouvent les magasins les plus réputés pour la fabrication d'artisanat traditionnel.

NAPYIDAW

En birman, 'Napyidaw' signifie la ville où demeure les Rois. Cette ville est la capitale du Myanmar et elle est une division administrative particulière qui ne fait pas partie des 7 états et 7 régions administratives du Myanmar. Napyidaw est une ville planifiée qui a remplacé l'ancienne capitale Yangon, en 2005. Les raisons pour lesquelles la capitale est démenagée à Napyidaw sont multiples : la localisation plus centrée et plus facile d'accès aux États de Shan, de Kayah et de Kayin. Les conditions météorologiques sont aussi prises en considération, puisque Yangon a été prouvé d'être vulnérable aux cyclones.

Napyidaw est organisé en plusieurs zones : résidentielle, administrative, diplomatique, militaire, zone d'hôtel, zone de marché, zone de récréation et zone des pagodes.

NIGHTLIFE

Yangon regorge des bars authentiques et aussi des pubs de haute gamme situés dans des hôtels cinq étoiles. Il est aussi une bonne idée de souper dans un restaurant au bord de la rivière à Irrawaddy et au Lac Inlé.

PEUPLE ET POPULATION

D'après le recensement en 2014, la population du Myanmar est de 51 419 420. La plus grande ville est Yangon avec plus de 5 millions d'habitants.

Le gouvernement reconnaît 135 groupes ethniques. Les birmans comptent 68% de la population totale. Autres groupes ethniques majeurs incluent le peuple Kachin, Kayah, Shan, Karen, Arakan, Chin et Mon.

RELIGION

Le bouddhisme est la religion dominante au Myanmar, avec près de 85% de la population adeptes de cette religion. Les monastères et les temples occupent une place importante chez les birmans. Chaque garçon bouddhiste au Myanmar devrait passer du temps en tant que bonze, au moins une fois dans sa vie.

Le christianisme, l'islam et l'hindouisme sont les autres religions principales du Myanmar.

SANTÉ

Comme chez toutes les destinations, les voyageurs doivent s'assurer que leur vaccination selon la province du Québec est bien à jour.

Il y a rarement des risques de santé au Myanmar, sauf si vous prévoyez faire des randonnées dans les régions recherchées. Les voyageurs doivent, cependant, être vigilants quant au risque de déshydratation causée par la chaleur intense.

Les installations médicales peuvent être limitées dans les zones les plus reculées. Les voyageurs sont responsables de souscrire à une assurance qui couvrira les frais médicaux d'urgence et de rapatriement.

Note spéciale : tous les voyageurs doivent respecter les consignes de santé et de sécurité liées à la COVID-19 imposées par les autorités locales de la destination visitée et par le gouvernement du Canada. La vaccination contre la COVID-19 peut être mandataire pour entrer au pays destinataire, les voyageurs doivent vérifier les exigences d'entrée et de sortie avant leur départ.

Note importante: Les informations contenues dans cette page ne sont valides que pour le moment de la publication et sont sujettes aux modifications en tout temps. En consultant ce Site Web, vous acceptez nos Conditions d'Utilisation et reconnaissez que l'utilisation des ces informations est à vos propres risques. Voyages Circuit Oriental ne sera pas tenu responsable pour tout dommage relative à votre utilisation de ce Site ou du contenu.

Note importante : La pertinence de ces informations varie selon le type de voyage.

SÉCURITÉ

Myanmar est un pays sécuritaire à visiter. Mais comme partout, ne laissez jamais vos effets personnels sans surveillance.

TRANSPORT

Pour se déplacer entre les villes et les régions du Myanmar, l'avion est le moyen le plus efficace. Dans la région du Lac Inlé, le déplacement en bateau à moteur ou en barque est souvent organisé pour une expérience authentique.

À Yangon, les taxis sont abondants et offrent un prix raisonnable.

Le vélo est une activité populaire dans les zones rurales où la rareté du trafic la rend encore plus attrayante.

US ET COUTUMES

À faire au Myanmar :

Demander la permission avant de photographier une personne ou un moine.

Se déchausser avant d'entrer dans un endroit religieux et aussi chez un habitant.

Il est coutume d'apporter un petit cadeau lorsqu'on est invité chez une famille birmane.

À ne pas faire au Myanmar :

Ne pas utiliser son pied pour pointer.

Ne pas toucher la tête de quelqu'un.

Ne pas manger avant qu'un aîné ait commencé.

Les femmes ne doivent pas toucher les moines ou leur donner quelques choses en main directe.

URGENCE

En cas d'urgence, appelez :

199 pour le service policier, ambulancier et d'incendie.

VÊTEMENTS

Les vêtements légers et confortables, tels que des t-shirts en coton et des chemises en coton sont les plus appropriés pour voyager au Myanmar. Le code vestimentaire est décontracté dans la plupart du temps, sauf lors des visites dans les temples et les lieux de culte où il faut couvrir les épaules et les genoux. Il est aussi coutume d'enlever les chaussures en entrant dans les temples.

Si vous prévoyez visiter les régions en haute montagne, les vêtements chauds sont nécessaires, surtout durant les mois d'hiver.

Les hôtels sont principalement tous équipés d'une piscine, apportez vos maillots de bain pour en profiter.