

# TABLE DES MATIÈRES



## PRÉAMBULE

- La rédaction du Routard.....6
- Introduction.....11
- Nos coups de cœur.....12
- Itinéraires conseillés.....28
- Lu sur routard.com.....33
- Les questions qu'on se pose avant le départ.....34

## ARRIVER – QUITTER ..... 36

- Par avion.....36
- Par la route.....38
- Les organismes de voyages.....40

**BIRMANIE UTILE ..... 54**

• ABC de la Birmanie.....	54	• Langue.....	75
• Petit préambule pratique.....	54	• Livres de route.....	77
• Avant le départ.....	56	• Photos.....	81
• Argent, banques, change.....	60	• Poste.....	81
• Achats.....	64	• Santé.....	81
• Budget.....	67	• Sites internet.....	83
• Climat.....	69	• Téléphone et télécommunications.....	84
• Dangers et enquinements.....	70	• Transports intérieurs.....	86
• Électricité.....	72	• Urgences.....	91
• Fêtes et jours fériés.....	72		
• Hébergement.....	74		

**YANGON ET SES ENVIRONS ..... 93**

• Yangon (Rangoon).....	93
-------------------------	----

**SUR LA ROUTE DU SUD-EST ..... 132**

• Bago (Pegu).....	133
--------------------	-----

**LE SUD-EST DU MYANMAR ..... 140****L'ÉTAT MÔN ..... 140**

• Kyaik-Hti-Yo (le Rocher d'Or).....	142	• Mawlamyaine.....	147
--------------------------------------	-----	--------------------	-----

**L'ÉTAT KAREN (KAYIN) ..... 160**

• Hpa-An.....	161
---------------	-----

**L'EST DU MYANMAR ..... 170****LE LAC INLE ET SA RÉGION ..... 171**

• Nyaungshwe (Yawnghwe).....	176	• Kalaw.....	202
• Sur le lac Inle.....	187	• Pindaya.....	209
• Taunggyi.....	199	• Loikaw.....	213

**LE TRIANGLE OR ..... 214**

• Kyaing Tong (Kengtung).....	215
-------------------------------	-----

**LE CENTRE DU MYANMAR ..... 223**

• Taungoo.....	223	• Mandalay.....	272
• Naypyidaw.....	227	• Amarapura.....	289
• Pyay (Prome).....	228	• Inwa (Ava).....	293
• Bagan.....	232	• Sagaing.....	294
• Le mont Popa.....	269	• Mingun.....	296
• Salay.....	271	• Monywa.....	298

**LA HAUTE BIRMANIE ..... 301**

• Pyin U Lwin (Maymyo).....	301	• la route de Birmanie.....	309
• Hsipaw.....	307	• Mogok.....	309
• Continuation vers la Chine :		• Myitkyina.....	312

**LE GOLFE DU BENGALE ..... 316****LA RÉGION DES DELTAS ..... 316**

- Chaungtha Beach ..... 317
- Ngwe Saung ..... 321

**L'ARAKAN (ÉTAT RAKHINE) ..... 324**

- Sittwe (Akyab) ..... 326
- Mrauk-U ..... 330
- La plage de Ngapali (Ngapali Beach) ..... 342

**HOMMES, CULTURE, ENVIRONNEMENT ..... 352**

- Pourquoi le nom Myanmar ? ..... 352
- Arts ..... 352
- Boissons ..... 353
- Cinéma ..... 354
- Cuisine ..... 355
- Curieux, non ? ..... 356
- Drogue ..... 357
- Droits de l'homme ..... 358
- Économie ..... 360
- Environnement ..... 363
- Faune ..... 364
- Géographie ..... 366
- L'histoire en quelques dates ..... 367
- Histoire : quelques étapes clés ..... 370
- Marionnettes ..... 379
- Médias ..... 379
- Musique birmane ..... 381
- Personnages célèbres ..... 381
- Pierres précieuses ..... 383
- Population ..... 384
- Religions et croyances ..... 388
- Savoir-vivre et coutumes ..... 397
- Sites inscrits au patrimoine mondial de l'Unesco ..... 398
- Sports ..... 398
- Traditions ..... 399

**Index général ..... 410****Liste des cartes et plans ..... 414****Important : dernière minute**

Sauf rare exception, le *Routard* bénéficie d'une parution annuelle à date fixe. Entre deux dates, des événements fortuits (formalités, taux de change, catastrophes naturelles, conditions d'accès aux sites, fermetures inopinées, etc.) peuvent modifier vos projets de voyage. Pour éviter les déconvenues, nous vous recommandons de consulter la rubrique « Guide » par pays de notre site [routard.com](http://routard.com) et plus particulièrement les dernières *Actus voyageurs*.

**Goûter à la cuisine birmane**

*Jeune moine sur la pagode Hsinbyume*



© Jon Arnold Images/hemis.fr