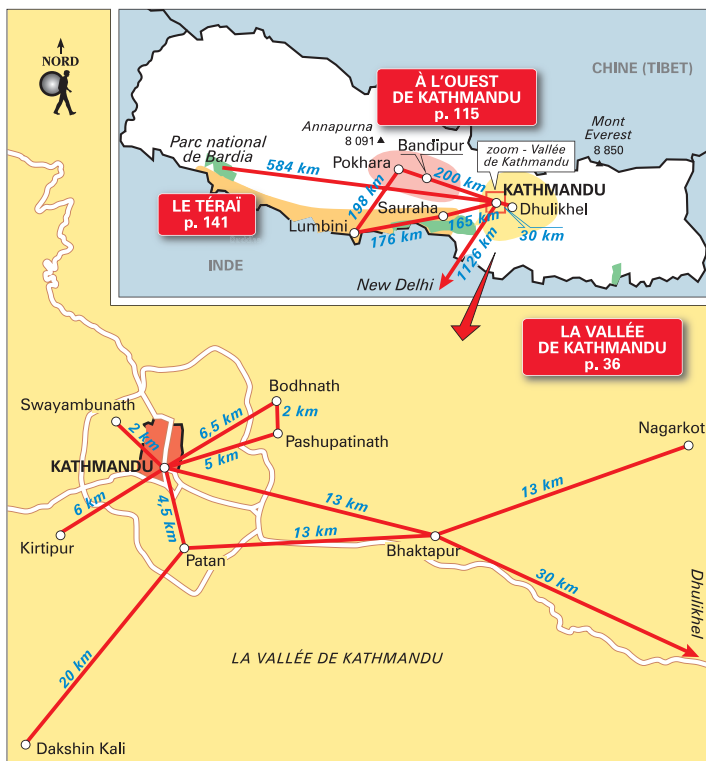


# TABLE DES MATIÈRES



**PRÉAMBULE**

- La rédaction du *Routard* ..... 6
- Introduction ..... 11
- Nos coups de cœur ..... 12
- Lu sur routard.com ..... 27
- Itinéraires conseillés ..... 28
- Les questions qu'on se pose avant le départ ..... 33

**LA VALLÉE DE KATHMANDU ..... 36**

- Kathmandu ..... 36

**LA VALLÉE ..... 69**

- Swayambunath (Swayambu) ..... 70
- Pashupatinath ..... 71
- Bodhnath (Bauda) ..... 76
- Buddha Nilkantha ..... 80
- Patan (Lalitpur) ..... 81
- Kirtipur ..... 90
- Pharping ..... 92
- Dakshin Kali ..... 92
- Bhaktapur (Bhadgaon) ..... 93
- Changu Narayan ..... 106
- Nagarkot ..... 108
- Panauti ..... 111
- Dhulikhel ..... 113

**À L'OUEST DE KATHMANDU ..... 115**

- Gorkha ..... 115
- Bandipur ..... 117
- Pokhara ..... 119

**LE TÉRAÏ ..... 141****LE TÉRAÏ DU CENTRE ..... 142**

- Le parc national de Chitwan ..... 142

**LE TÉRAÏ DE L'OUEST ..... 153**

- Lumbini ..... 153
- Le parc national de Bardia ..... 159

**ARRIVER – QUITTER ..... 164**

- Les lignes régulières ..... 164
- Les organismes de voyages ..... 166
- Unitaïd ..... 174
- Quitter le Népal ..... 174

**HOMMES, CULTURE, ENVIRONNEMENT ..... 178**

- Achats ..... 179
- Actions humanitaires ..... 180
- Boissons ..... 183
- Cuisine ..... 183
- Droits de l'homme ..... 184
- Économie ..... 185
- Environnement ..... 187
- Faune et flore ..... 188
- Géographie ..... 189
- Histoire ..... 192
- Médias ..... 199
- Population ..... 201
- Religions et croyances ..... 204
- Savoir-vivre et coutumes ..... 212
- Sites inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco ..... 213

**NÉPAL UTILE** ..... 214

• Avant le départ.....	214	• Lexique.....	227
• Argent, banques, change.....	217	• Livres de route.....	227
• Budget.....	218	• Poste.....	229
• Calendrier.....	219	• Pourboire et taxes.....	229
• Climat.....	220	• Rafting et canyoning.....	230
• Dangers et enquinements.....	220	• Santé.....	231
• Décalage horaire.....	223	• Sites internet.....	234
• Drogue.....	223	• Téléphone et télécoms.....	235
• Fêtes et jours fériés.....	223	• Transports intérieurs.....	237
• Langues.....	225	• Trekking.....	238

<b>Index général.....</b>	<b>267</b>
---------------------------	------------

<b>Liste des cartes et des plans.....</b>	<b>269</b>
---	------------

**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**.

