Bhoutan

Bhoutan-Sikkim-Népal, les royaumes himalayens - Reference : AS-BHOU-1

Descriptif jour par jour
Jour 1 Paris - Katmandou

Vol pour Katmandou, capital du Népal sur compagnie régulière.

Jour 2 : Kathmandu - Patan

Arrivée à l'aéroport de Kathmandu.
Transfert dans l'ancienne ville royale Newar de Patan. Située dans la vallée de Kathmandu, elle fut l'ancienne capitale du royaume de Lalitpur. Depuis des siècles, les artisans y travaillent les métaux. Leur réputation rayonnait dans toutes les cours princières, royales de la région jusqu'à la fin du 18ème siècle.
Nuit auberge ou hôtel. Dîner libre.

Jour 3 : Patan - Bhaktapur

Visite de la place royale et des temples principaux de la villes (temple d'or, Mahaboda…). Vous quitterez Patan pour rejoindre une autre ville royale voisine : Bhaktapur. Surnommée cité des dévots, c'est un véritable musée en plein air et la cité la plus médiévale de la vallée. Visite des places principales curiosités dont le temple de Nyatapola. Temps libre pour flâner dans les ruelles à la découverte de l'artisanat local (poterie et bois).
Nuit en auberge traditionnelle shiva guest house ou équivalent, dîner libre

Jour 4 : Bhaktapur - Kathmandou

Départ pour Kathmandou. Visite consacrée à Kathmandou et ses environs avec Swayambunath. Situé sur une colline à l'ouest de Kathmandou, c'est la parfaite illustration de la mixité religieuse au Népal. En effet, s'y mêlent temples bouddhistes et hindouistes, stupas et pagodes. Visite du mini-Benares indien, haut lieu de pèlerinage pour tous les hindous, Pashupatintath. Sur les "ghâts" bordant la Bagmati, rivière sacrée et affluent du Gange, chaque jour ont lieu des crémations ainsi que les ablutions rituelles des fidèles. Le vaste site baigne dans une ambiance très particulière. Nous rejoignons ensuite Bodnath y partager la ferveur des bouddhistes autour du plus grand stupa et d'un des plus vieux stupas du monde (5ème siècle). Nous irons voir le monastère de Shechen dirigé par Mathieu Ricard. Nous irons ensuite à la découverte du vieux Kathmandou. Temps libre dans Thamel, un paradis pour les achats.
Nuit à l'hôtel et dîner libre.

Jour 5 : Kathmandou - Paro (2280m) - Thimphu (2300 m) : (2h de route)

Vol pour Paro et début des visites avec le Ta Dzong, le musée national et l'ancienne tour de gué, le Rinpung Dzong, « la forteresse des joyaux amoncelés », très bel exemple de l'architecture bhoutanaise. Continuation vers la capitale du Bhouthan : Timphu. Visite du Memorial Chorten et du farmer's market (si ouvert).
Nuit à l'hôtel.

Jour 6 : Thimphu

Départ pour les hauteurs de la ville afin de voir la statue géante de Bouddha (51 m). Visite du monastère de Changangkha, le plus ancien et le plus connu de la ville. Visite de la nonnerie de Thangton Dewachen.
Après le déjeuner, visite de l'école des arts traditionnels, institut de formation aux différents artisanats bhoutanais (peinture, sculpture, tissage…) Découverte du très beau musée des textiles, inauguré par la reine en 2001. Nous terminons nos visites par la forteresse de Taschichhodzong, siège du gouvernement bhoutanais. La visite se fait en fin d'après-midi (hors weekend et jours fériés).
Fin de journée libre pour arpenter les bazars de la ville.
Nuit à hôtel.

Jour 7 : Thimphu - Vallée de Gangtey (125 km : 4 ou 5 h de route)

Départ et passage du col de Dochula (3150 mètres) et vue panoramique sur les hauts sommets himalayens du Bhoutan. Marche autour des 108 Druk Wangyel chortens. Au fur et à mesure de la descente du col, vous observerez des changements spectaculaires de la végétation. Route vers Wangduephodrang et continuation vers Phobjikha.
Nuit à l'hôtel à Phobjikha.

Jour 8 : Vallée de Gangtey (2 h de marche)

Visite d'un centre de réintégration consacré aux grues au col noir, oiseau migrateur venant du Tibet. Balade dans le village et visite du monastère. C'est une des plus grandes écoles monastiques de l'ouest du Bhoutan. Balade à pied dans la

vallée sur le Gangtey nature trail, en passant par le village de Simchubara (2h de marche).
Nuit à l'hôtel à Phobjikha.

Jour 9 : Gangtey - Punakha (1300 m) (80 km : 3h30 de route)

Départ pour la vallée de Punakha. Visite du Dzong, superbe résidence d'hiver du chef spirituel du Bhoutan construit entre deux rivières. Arrêt à Lobeysa et route vers Lebisa pour aller voir le monastère de Khamsun Yulley Namgyal (2h de marche).
Nuit à Punakha ou à Lobeysa.

Jour 10 : Punakha - Vallée de Haa (3600 m) (175 km : 6h de route)

Après le petit déjeuner, petite marche vers le Chimi Lhakhang (30 minutes) au milieu des fermes et des champs en terrasses. Visite du temple fondé au XVème siècle par Drukpa Kinley, le « fou divin », grand maître spirituel. Départ de Punakha : après le col de Dochu la, nous franchissons le col de Chele (3880m) pour rejoindre la vallée de Haa. Par temps clair, vue sur le Jhomolhari (7134m), sommet frontalier au Tibet et le Jichu Drake (6794m). Ouverte en 2002, c'est une vallée authentique, bucolique où domine l'agriculture et qui reste peu fréquentée.
Nuit au Soednam Zinkha heritage lodge (maison d'hôte) ou similaire.

Jour 11 : Vallée de Haa - Paro (2280 m) (72 km : 2h de route)

Après le petit déjeuner, nous partons visiter les différents temples : le Lhakhang Karpo, le Lhakhang Nagpo, le Yangthong gompa, le chuungdu Lhakang. Avant de rejoindre Paro, nous descendons à pied pour rejoindre à travers la forêt la nonnerie de Kila Gompa, où réside une trentaine de nonnes (1h30 de marche).
Arrivée en fin de journée à Paro et nuit à l'hôtel.

Jour 12 : Paro - Taksang (2900 m) - Paro (temps de marche 5 h aller-retour)

Excursion dans la bucolique vallée de Paro. Départ pour la marche au monastère de Taktsang, le plus vénéré du pays. Surnommé la « tanière du tigre » et perché sur une falaise à plus de 3000 m, le monastère de Taksang est l'un des lieux de pèlerinage les plus vénérés du Bhoutan.
Il faut environ 2h30 de marche pour atteindre le monastère. Pour les moins sportifs, superbe vue sur le monastère depuis la cafétaria (1h de marche).
En option : il est possible de faire la montée jusqu'à la cafétéria à dos de mule, avec supplément à régler sur place.
Au retour arrêt et visite du monastère de Kyichu, un des plus vieux du pays.
Nuit à l'hôtel à Paro.

Jour 13 : Paro - Phuentsholing (300 m) (150 km :4 à 5 h de route)

Descente vers la ville frontière du Bhoutan avec un arrêt à Chuka et à la chapelle de Karbandi qui offre une vue impressionnante sur la vallée. Balade dans la ville et installation à l'hôtel. Balade dans la ville et installation à l'hôtel.
Nuit à l'hôtel à Phuentsholing, dernière nuit au Bhoutan.

Jour 14 : Phuentsholing - Darjeeling (6 à 7 h de route)

Après les formalités administratives, sortie du Bhoutan et entrée en Inde. Nos véhicules nous attendent pour traverser la plaine du Bengale avec ses nombreuses plantations de thé et ses belles forêts. Nous remontons vers Darjeeling.
Balade dans la soirée vers le mall ou vers l'hôtel colonial Windameere.
Dîner et nuit à l'hôtel à Darjeeling.

Jour 15 : Darjeeling (2120m)

Visite du musée sur l'alpinisme et de l'himalayan institute, où fut formé Tengsing Norgay, le sherpa de Hillary qui furent les premiers à réussir l'ascension de l'Everest. Visite du Zoo pour découvrir les Pandas roux, le léopard des neiges et les tigres du Bengale. Visite d'une plantation de thé et du centre de réfugiés tibétains créé par la sœur du Dalai Lama.
Dans l'après-midi, vous prenez le mythique « Darjeeling Himalayan Railway », classé au patrimoine mondial de l'UNESCO jusqu'à Ghoom et visiterez le monastère de Ghoom où résida Alexandra David Neel, la célèbre tibétologue.
Retour à Darjeeling et visite du stupa de la paix.
Temps libre pour flâner dans le bazar ou sur le mall.
Dîner et nuit à l'hôtel à Darjeeling.

Jour 16 : Darjeeling - Gangtok (1670 m) (100 km : 4 h de route + 1h

Rumtek)

Départ matinal pour la capitale du Sikkhim, la ville de Gangtok. Visite du monastère de Rumtek, siège officiel de Kharmapa, grand chef spirituel dans la hiérarchie bouddhiste après le Dalai Lama et le Panchen Lama. Sur la route vous pourez admirer les forêts de rhododendrons et de champs de cardamome. Balade dans la rue piétonnière de Gangtok. Nuit et dîner au Hidden forest retreat (ou similaire).

Jour 17 : Gangtok - Kalimpong (180 km : 6 h de route)

Départ tôt le matin au point de vue Tashi view point (en fonction de la météo).
Retour à l'hôtel pour le petit déjeuner et début des visites visite de l'institut de Tibétologie et du monastère de Enchey.
Temps libre sur MG road.
Départ ensuite par une route sinueuse à travers forêts de pins et magnolias. Nous remontons le long de la rivière Testa pour rejoindre la ville marché de Kalimpong (ancien territoire du Bhoutan), célèbre pour ses pépinières.
Selon l'heure d'arrivée, balade dans le bazar de la ville aux ruelles et à l'ambiance typique.
Dîner et nuit à l'hôtel à Holumba Heaven (ou similaire) au milieu d'une pépinière.

Jour 18 : Kalimpong (1350 m)

Départ pour la colline de Durpin (1400 m) pour une superbe vue sur les sommets himalayens et les collines du Bhoutan.
Visite du centre où siège le Dujom rimpoche, un grand maitre de la branche bouddhiste des Nyngmapa et visite du pensionnat Graham, fondé par un pasteur écossais. _
Visite de Pedong, un village qui faisant partie du Bhoutan et de son monastère et du chorten qui contient les reliques de l'ex-chef spirituel du Bhoutan : Shabdrung.
Retour à Kalimpong et visite du monastère Thongsa Gumpa et de la chapelle bhoutanaise aux belles fresques. Visite de l'ashram de Gandhi réputé pour son école de musique classique fondée par des pères jésuites canadiens (à voir sur place).
Nuit et dîner à Holumba heaven (ou similaire).

Jour 19 : Kalipong - Bagdogra - Delhi

Départ pour rejoindre aéroport de Bagdogra (environ 3h de route). Descente par une route de montagne à travers la jungle exubérante et les collines recouvertes de plantations de thé. Arrivée à Bagdogra et vol pour Delhi (environ 2 h de vol).
En fonction de l'heure du vol international, transfert à l'aéroport ou nuit à l'hôtel à Delhi en fonction des horaires d'avion.

Jour 20 : Delhi - Paris

Retour sur Paris.

Les prestations
Le prix comprend

- Les vols internationaux Paris-Kathmandou et Delhi–Paris
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [1]
- Les vols Bagdogra-Delhi et Kathmandu-Paro et les taxes aériennes.
- Tous les transports et les transferts en véhicule privé (Minibus affrété, 4x4...), sauf pendant les temps libres.
- Les entrées des sites et musées mentionnés au programme.
- Les hébergements en auberges et en hôtels 3* (Normes locales)
- Tous les petits déjeuners.
- La pension complète au Bhoutan et la demi-pension en Inde.
- Le guide accompagnateur Planète Découverte français.
- Les taxes et royalties pour le gouvernement bhoutanais.
- Le visa bhoutanais délivré par notre agent au Bhoutan.

Le prix ne comprend pas

- Les repas (déjeuners et dîners) au Népal et les déjeuners en Inde (prévoir de 3 € à 8 € par repas).
- Les boissons et achats personnels.
- Les pourboires aux guides et chauffeurs, prévoir 30 € environ (monnaie locale).
- Les visas indiens (e-visa possible) et népalais obtenu à la frontière (environ 30 usd, payable aussi en euros), voir les formalités dans la fiche technique.
- L'assurance voyage obligatoire pour faire la demande de visa au Bhoutan.

En option :

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour une assurance multirisque.
- Le supplément chambre individuelle, 330 € (18 nuits)

Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

Formalités

Passeport obligatoirement valide 6 mois après la date du retour.

ATTENTION : Ce circuit passe par trois pays, aussi, pour les formalités requises pour entrer en Inde ainsi que les informations sur la santé et la sécurité de ce pays, veuillez consultez cette page.
Pour ce qui est des mêmes informations relatives au Népal, veuillez consultez cette page-ci.

Les voyages individuels sont interdits au Bhoutan. Pour y effectuer un voyages il faut passer par une agence de voyages autorisée. Un visa est nécessaire pour entrer dans le pays qui sera obtenu par l'agence.
Planète Découverte s'occupe de toutes les formalités, y compris le visa et le billet d'avion. Il convient de nous adresser par courrier électronique en fichier joint ".jpg" la copie du passeport, les informations suivantes : nom, adresse permanente, lieu et date de naissance, nationalité, profession et deux photographies d'identité sont nécessaires à cette formalité.
Attention également, **l'attestation d'assurance voyage est obligatoire pour faire la demande de visa.**
Pour information, voir le site du Département du tourisme bhoutanais.

- Courrier électronique : dot@tourism.gov.bt

Adresses / numéros utiles

France

- Il n'y a pas de consulats aux Bhoutan, la représentation diplomatique pour les français est l'Ambassade de France à New Delhi. Adresse : 2/50-E, Shantipath, Chanakyapuri, 110021 New Delhi. Tél : (24h/24) : +91 11 43196100
- Consulat Honoraire du Bhoutan en France : Adresse : 2, rue d'Enghien 75010 Paris, Tél : 01.45.23.41.77, Courriel : bhutanhonconsul@gmail.com

Belgique

- Il n'y a pas de consulats aux Bhoutan, la représentation diplomatique pour les Belges est l'Ambassade de Belgique à New Delhi : Adresse 50-N Shantipath, Chanakyapuri, New Delhi 110021 Tel : +91.11 42 42 80 00 mail : newdelhi@diplobel.fed.be Lundi à vendredi de 9h à 17 h.
- Service consulaire du Bhoutan en Belgique
  Rue Franklin 30, 1040 Bruxelles (ETTERBEEK)Tél. : +32 (0) 2 732 38 80, Fax : +32 (0) 2 732 32 38

Suisse

- Il n'y a pas de consulats aux Bhoutan, la représentation diplomatique pour les Suisses est l'Ambassade de Suisse à New Delhi : Adresse : Nyaya Marg Chanakyapuri New Delhi 110 021, India Adresse postale : P.O. Box 392 , New Delhi 110 001, India E-Mail : ndh.visa@eda.admin.ch (Visa)
- Section consulaire de l'Ambassade du Bhoutan en Suisse.Adresse :Chemin du Champ-d'Anier 17-19 1209 Genève mission.bhutan@ties.itu.int, Téléphone : 022/799 08 90

Canada

- Le Canada n'a pas de représentation officielle au Bhoutan. Le haut-commissariat du Canada à New Delhi est chargé d'assurer les services consulaires.
  Adresse :7/8, Shantipath Chanakyapuri, New Delhi-110021, Inde Tél : +91 (0) 11 51782000, + 91 (0) 11 51782020 courriel : delhi@international.gc.ca
- Consulat Général du Bhoutan au Canada
  Adresse : 150 Isabella Street, Suite 100, Ottawa, Ontario K1S 1V7, Canada, Téléphone : +1-613-232-1222
  Fax :+1-613-569-4667

Santé

Pour un circuit au Bhoutan, il est obligatoire **de souscrire à une police d'assurance assistance/rapatriement/ frais**

médicaux ou multirisque.

- Le vaccin contre la fièvre jaune est obligatoire pour tout voyageur en provenance d'une zone où cette maladie sévit de façon endémique.
- Les vaccinations suivantes sont recommandées : diphtérie-tétanos-poliomyélite, hépatites virales A et B, fièvre typhoïde et, selon les conditions du voyage, rage et méningococcie. Le contrôle du BCG peut être utile. Demandez l'avis de votre médecin ou d'un centre de vaccinations internationales.
- Les personnes souffrant des effets de l'altitude doivent prendre les précautions usuelles contre le mal des montagnes. La capitale du pays, Thimphu, est située à 2400 m d'altitude, ainsi que l'aéroport de Paro.
- Respecter les règles d'hygiène de base : se laver les mains fréquemment, boire de l'eau minérale en bouteille, consommer des légumes cuits et des fruits pelés, etc.
- L'eau n'est pas potable au Bhoutan.
- Le paludisme est présent dans le sud du Bhoutan et à des altitudes inférieurs à 2000m. Le pays est classé en zone 3. Consultez un médecin.
- Les infrastructures hospitalières bhoutanaises n'existent que dans les grandes villes et sont assez rudimentaires. Il n'y a pas de possibilité d'évacuation en urgence.

Pour de plus amples renseignements consultez le site de l'Institut Pasteur et/ou celui de l'OMS.

Au Canada : consultez l'agence de santé puplique.

Sécurité et lois :

Le Bhoutan est un pays particulièrement sûr pour les touristes. Il n'y a pas de risques majeurs.
Nous vous conseillons vivement de consulter les dernières informations concernant ce pays sur le site du ministère des Affaires étrangères.

- Les sanctions pour possession, usage ou trafic de stupéfiants sont sévères. Les personnes trouvées coupables de ces délits sont passibles de longues peines d'emprisonnement et de lourdes amendes.
- La vente de tabac est illégale. Les contrevenants seront accusés de contrebande et risquent une amende. Les produits du tabac importés réservés à l'usage personnel sont assujettis à une taxe équivalant à la pleine valeur. Il est interdit de fumer dans les lieux publics.
- Les ordinateurs personnels, téléphones cellulaires, appareils photo ou autres appareils électroniques doivent être enregistrés auprès des autorités douanières bhoutanaises à l'arrivée. Ces articles seront contrôlés de nouveau au moment du départ.
- L'exportation d'antiquités est strictement contrôlée.

Préparer son voyage

Notre circuit est accompagné par un guide-accompagnateur Planète-Découverte pendant toute la durée du circuit au départ de Paris, ou à votre arrivée si celui-ci est déjà sur place, un accueil à l'aéroport serait alors organisé.

Hébergement :

En hôtel **, ***, en auberge et chez l'habitant.

Bagages/portage :

Lors des déplacements et transferts, chacun doit porter ses bagages. Nous vous conseillons de voyager avec un sac à dos ou un sac de voyage souple, avec ou sans roulettes, ou sac polochon. ÉVITEZ DE VOUS CHARGER, la place impartie aux bagages dans les transports est limitée. Il sera possible de faire laver votre linge.
Puis pensez à tout ce que vous allez rapporter !
Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée et pour garder près de vous dans le véhicule (appareils photo, lunettes, guide, etc.), il pourra servir de bagage cabine. Ce bagage à main ne doit pas dépasser 5kg. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant).

Déplacement :

En minibus affrétés, bus de ligne, taxi, avion.

L'équipement :

Dans ce circuit les conditions climatiques sont variables d'une région à l'autre et d'une saison à l'autre. Emportez des vêtements simples et confortables, des tenues adaptées aux différentes saisons et régions traversées (voir rubrique climat).
Prévoyez des vêtements chauds, pour les nuits en altitude, ou les températures peuvent être proches de 0°C et des vêtements adaptés à la chaleur.
Par exemple :

- Vêtements légers en coton.
- Un pull ou polaire.
- Une veste coupe-vent imperméable.
- Un foulard
- Chaussures confortables pour la marche.
- Lampe de poche (ou frontale).
- Couteau (veillez bien à le laisser dans votre bagage de soute lors de l'enregistrement).
- Vos affaires de toilette + serviette de bains (en nids d'abeille, elle sèche plus facilement !).
- Des lingettes peuvent être très utiles.
- Un petit nécessaire de couture.
- Lunettes de soleil (verres à fort pouvoir filtrant).
- Une crème solaire.
- Chapeau ou casquette.
- une tasse et une petite cuillère.
- Petite trousse à pharmacie de base (Il n'y a pas de pharmacie collective).
- Si vous portez des lunettes, une paire de rechanges.
- Une photocopie du passeport (2 premières pages) rangés au fond du sac, cela dépanne en cas de perte.
- Et le moins de bijoux et d'objets de valeur possible !

Achats :

L'artisanat est extrêmement riche, mais souvent cher, car rare. La production bhoutanaise est d'une grande finesse. On trouve par exemple : des thangkas (bannières religieuses peintes), des ceintures, des tissus en coton, en laine ou en soie sauvage et des souvenirs moins chers comme des objets « usuels », paniers, récipients en bois de bambou ou de rotin qui s'achètent sur les marchés. Les tissus et bijoux se trouvent dans les magasins de Thimphu.
À Thimphu, les magasins sont fermés le mardi et sont ouverts le reste de la semaine, en général de 7 h à 18 h.

Pourboires

Le pourboire ne fait pas partie des usages du pays.
Par contre pour les chauffeurs des minibus affrétés et pour les guides locaux, le pourboire est un peu une « institution ». Le montant sera fonction de la qualité du service. Nous vous conseillons de situer les choses entre 1 à 2 euros par jour et par voyageur. Votre accompagnateur vous donnera plus de précision une fois sur place et en fonction de la situation.

Budget :

Comme indiqué dans les prestations, vous aurez à payer ce qui n'est pas compris dans le prix. Il faut donc prévoir un budget pour vos boissons et achats personnels (timbres, cartes, souvenirs….).
Pour les pourboires divers, prévoyez 10/20€.

Nourriture :

Le piment est partout : en salade ou utilisé comme condiment, il arrive même qu'il soit l'ingrédient principal, comme pour l'éma datse qui est le plat et qui se compose de gros piments verts cuisinés dans une sauce au fromage. Heureusement, le riz accompagne quasiment tous les repas et aide à éteindre le feu, le riz rouge local, qui a un petit goût de noisette est préféré au riz blanc. _ Autre grande composante de l'alimentation bhoutanaise : la viande de yak et de porc, le plus souvent cuisinée en sauce et préalablement séchée. On peut aussi déguster des plats proches de la cuisine tibétaine, comme les momo(sortes de ravioli) et les thukpa (nouilles). On mange souvent végétarien.

Boissons :

Le thé est la boisson nationale. Comme dans tout l'Himalaya, on y ajoute du sel et du beurre. Il peut également être préparé à la façon indienne, extrêmement sucré, avec du lait.
Dans l'Est et au centre du Bhoutan, on trouve de l'ara, un alcool à 20°, très répandu

Informations pratiques

Électricité :

230 V - 50 Hz. Prises anglaises, trois prises plates en triangle, même si ce n'est pas le cas partout ! Il est conseillé d'apporter un adaptateur avec vous.
Attention : il y a régulièrement des coupures ou des baisses brusques de tension. Pensez à recharger vos batteries dès que vous le pouvez !

Poids et mesures

Le système métrique est largement utilisé dans le pays.

Téléphone :

- Pour appeler le Bhoutan depuis l'étranger, composez le 00 + 975 (indicatif du pays) + n° de votre correspondant.
- Du Bhoutan vers la France : 00 + 33 + numéro du correspondant à 9 chiffres (sans le 0), par exemple : 1 pour Paris, + 8 chiffres).
- Du Bhoutan vers la Belgique : 00 + 32 + indicatif de la ville (2 pour Bruxelles) puis le numéro du correspondant.
- Du Bhoutan vers la Suisse : 00 + 41 + indicatif de la ville (22 pour Genève) puis le numéro du correspondant.
- Du Bhoutan vers le Canada : 00 + 1 + indicatif régional + numéro du correspondant.

Poste :

Le système postal bhoutanais est assez lent, mais fiable. Une lettre met une semaine à 10 jours pour l'Europe et 3 semaines pour l'Amérique. Les cartes postales doivent être timbrées à 20 Nu pour l'international sauf pour le Népal à 5Nu.
Dans les années 1970 et 1980, le gouvernement royal du Bhoutan a émis des timbres-poste originaux. Ces timbres sont aujourd'hui très recherchés par les philatélistes.

Internet :

On trouve de plus en plus de cybercafés à Thimphu et Bhumtang notamment. Les bureaux de postes offrent aussi ce service.

Change :

La monnaie nationale est le ngultrum (Nu) qui se divise en 100, elle ne s'obtient que sur place, la roupie indienne (INR) est utilisée également.
100 Ngultrums équivalent à 1,40 Euro.
Les touristes peuvent changer des travellers chèques ou des espèces dans les deux réseaux banquiers du pays ou dans les hôtels. Votre carte de crédit ne vous sera pas utile, à part peut-être pour payer vos achats dans l'un des rares magasins de Thimphu qui n'acceptent, d'ailleurs, que les American Express.
Il n'y a pas de DAB.
Les banques sont ouvertes du lundi au vendredi, de 8 h à 17 h.

Us et coutumes :

Le Bhoutan oscille entre ancienneté et modernité, comme ces moines qui transcrivent d'antiques textes bouddhistes sur des ordinateurs portables.
Les dzongs (monastères-forteresses) et les temples jouent toujours un rôle important, ce qui lui vaut souvent le surnom de "musée vivant".
Il est le dernier État bouddhiste de la région himalayenne, mais ne ressemble pourtant pas à une nation sacrée. Sa population se montre au contraire très ouverte, enthousiaste et cultivée. La philosophie du bouddhisme Drukpa Kagyu, la religion officielle, guide tous les aspects de la vie. Il est indispensable d'en posséder quelques clés pour pouvoir pleinement apprécier le pays.

Climat :

Le climat est tropical au sud du Bhoutan, tempéré dans les vallées du centre du pays et de type de haute montagne au nord (Himalaya). La période de mousson au Bhoutan dure de juin à septembre. Les précipitations sont importantes surtout dans le sud (5 mètres par an). Au nord, dans les reliefs, le climat est plus sec avec surtout des chutes de neige en hiver.

Thimphu

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	12°	14°	16°	20°	22°	24°	19°	25°	23°	22°	18°	14°
min	-3°	1°	4°	7°	13°	15°	13°	16°	15°	10°	5°	-1°
Pluie mm	10	40	20	60	120	250	370	340	150	40	10	5

Punakha

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	16°	20°	21°	24°	27°	31°	32°	31°	30°	28°	22°	15°
min	4°	5°	9°	12°	15°	19°	22°	20°	20°	19°	13°	8°
Pluie mm	5	20	20	50	90	180	250	270	90	20	5	5

Heure locale :

GMT/UTC + 6h

- Lorsqu'il est midi à Paris, il est 16h à Thimphu en été, 17h en hiver.
- Lorsqu'il est midi à Montréal, il est 22h à Thimphu en été, 23h en hiver.

Infrastructures, transports :

Le pays ne possède ni liaisons aériennes domestiques, ni trains.
Les véhicules à moteur ou à la marche sont les seuls moyens de transport.
L'état des routes varie en fonction des saisons. Pendant la mousson, il se peut que certains axes soient coupés. Le réseau routier principal permet de visiter le pays d'ouest en est, en passant par les sites les plus importants.

Données culturelles

Bibliographie.

Guides de voyage :

- Népal Bhoutan - Le Petit Futé.
- Bhoutan, forteresse bouddhique de l'Himalaya - Ed. Olizane.
- Inde du Nord et Bhoutan - Guides bleus, Ed. Hachette.
- Bhoutan - Lonely Planet.

Livres :

- "Le Bouddhisme" de Henry Arvon. Ed. PUF. Coll. Que sais-je.
- "Bhoutan, le temps d'un royaume", Ed. La Martinière (1993).

Filmographie :

- "Little Bouddha", de B. Bertolucci (1993).
- "Sept ans au Tibet", de Jean-Jacques Annaud (1998).

Musique :

La musique bhoutanaise est proche des musiques tibétaine et indienne.
Il existe plusieurs genres traditionnels tels le Zhungdra (« musique du centre ») et le Bödra (« musique tibétaine »).

Petit lexique :

La langue officielle du Bhoutan est le dzongkha (« la langue de la forteresse »), apparentée au tibétain. Il existe de nombreux autres dialectes.

- Bonjour : Tashi dele
- Au revoir (par la personne qui reste) : Kale phe
- Au revoir (par la personne qui part) : Kale shoo
- Merci : Thoo jaychay
- Oui, c’est d’accord : La ong
  vExcusez-moi : Gonda