



Informations Népal

⇒ Informations voyageurs :

• Passeport

Un passeport valable 6 mois après la date de retour est obligatoire.

• Formalités

Visa obligatoire, que l'on peut obtenir à l'arrivée à la frontière, à l'ambassade du Népal en France.

• Santé

Les moustiques sont fréquents pendant la période des moussons notamment, il faut donc se protéger avec des moustiquaires, insecticides ou vêtements longs. Il faut aussi se méfier des laitages, du soleil, se laver souvent les mains. Faire attention à la rage et au sida.

• Eau

Eau de robinet jamais potable.

• Vaccins

Aucun vaccin n'est obligatoire mais il est recommandé d'être à jour pour la diphtérie, le tétanos, la polio, la coqueluche, les hépatites A et B, la fièvre typhoïde.

• Sécurité

Surveillez vos biens personnels, les vols sont fréquents. Faire attention aux contrefaçons, attentions aux personnes proposant de faire passer des bijoux en France ou se proclament guide !

• Argent

Roupie népalaise, 1euro = environ 108 Rp. Cependant, le dollars et l'euro permettent de payer certaines prestations, certains hôtels très chics.

• Carte crédit

Les distributeurs de billets acceptant Visa et MasterCard sont uniquement présents à Katmandou et Pokhara.

Certains hôtels chics, agences et magasins, acceptent la Visa, MasterCard et Amex, mais méfiez-vous des escroqueries, gardez toujours l'œil sur le vendeur.

• Décalage horaire

4h45 en été et 5h45 en hiver. Durant l'été, si il est midi à Paris, il est 16h45 à Katmandou.

• Situation

Veillez suivre les recommandations du ministère des Affaires étrangères, il incombe à chaque voyageur de veiller à sa sécurité.



11 rue Villedo 75001 Paris
Tél. + 33 1 42 96 09 32
www.destinationsmonde.fr
www.destinationjapon.fr

⇒ Informations générales :

• Superficie

147 181km² (soit 4,5 fois plus petit que le France)

• Capitale

Katmandu

• Climat

Sec, froid et ensoleillé l'hiver, chaud et très humide pendant la mousson d'été de mai à mi-octobre.

• Population

29 500 000 millions d'habitants (soit 2,23 fois moins que la France)

• Langues

Népal, L'anglais assez répandu.

• Géographie

Le Népal est formé de 5 bandes montagneuses successives qui partent du Gange avec la plus basse pour atteindre le sommet le plus haut de l'Himalaya.

• Histoire

1768 : Prithvi Narayan Shah conquiert la vallée de Katmandou, unifie le Népal et installe la dynastie des Shahs, qui règnera jusqu'en 2008.

1816 : Le traité de Sugauli met un terme à la guerre entre le Népal et l'Empire britannique.

1950 : Un traité de Paix et d'Amitié est signé entre le Népal et l'Inde (indépendante depuis 1947), qui sert de base aux relations contemporaines entre Katmandou et Delhi.

1960-1990 : Le Roi Mahendra dissout le Parlement, remercie le gouvernement et instaure le régime autoritaire du « Panchayat ». Les principaux dirigeants politiques sont emprisonnés ou s'exilent en Inde.

1990 : Mouvement démocratique pour le rétablissement des libertés publiques. Le roi Birendra accepte de rendre constitutionnelle la monarchie (Constitution promulguée en novembre 1990).

2008 : La République est proclamée.

2008 : Le chef maoïste Pushpa Kamal Dahal, dit "Prachanda", devient le Premier ministre du Népal à la tête d'une coalition de six partis.

• Economie

Le Népal dépend largement de l'aide internationale. Le Népal a peu d'industries extractives et même si les ressources naturelles en minerai existent, leur exploitation demeure non rentable eu égard au relief. L'agriculture constitue la principale activité économique du Népal et occupe en moyenne les deux tiers de la population. Le Népal compte trois grands secteurs industriels : l'agroalimentaire, les matériaux de construction et l'industrie textile. Le tourisme représente une source de revenus essentielle pour le pays.

• Religions



11 rue Villedo 75001 Paris
Tél. + 33 1 42 96 09 32
www.destinationsmonde.fr
www.destinationjapon.fr

Les deux religions les plus répandues au Népal sont le bouddhisme et l'hindouisme. Mais le peuple fait preuve de tolérance envers les autres religions, comme l'islam, le christianisme, et le kiranti qui sont pratiqués par des minorités.

• Fêtes nationales

Fête de la Démocratie, 24 avril ; Fête de la République, 29 mai

• Environnement

Le Népal commence à prendre conscience de l'importance de préserver son environnement. Des poubelles sont installées, et des réserves naturelles sont créées pour protéger les animaux menacés tels que les tigres ou rhinocéros. Le pays possédant un climat et une géographie variée, la faune et la flore le sont tout autant. Vous pourrez rencontrer des espèces sauvages comme le léopard des neiges, l'ours de l'Himalaya, le yack, le panda roux, et différentes espèces de singes. Cependant, ce pays très rural souffre du réchauffement climatique. Ne jetez pas vos déchets dans la nature, gardez-les avec vous jusqu'aux grandes villes, n'utilisez pas de bois pour faire du feu, essayez de rester sur les sentiers existant plutôt que d'en créer d'autres, ne ramassez pas de plante (feuilles, graines, racines), et n'achetez rien qui soit fait à partir d'animaux.

⇒ Informations pratiques :

• Téléphone

Le téléphone fonctionne très bien et il existe un peu partout dans le pays des échoppes de téléphonie-fax. Depuis la France composez le 00 977 puis l'indicatif de la ville (sans le 0) et le numéro du correspondant. Pour appeler depuis du Népal vers la France composer le 00 33 suivi du numéro habituel sans le 0.

• Internet

Les cybercafés sont très répandus et il est possible d'utiliser skype moyennant un supplément.

• Electricité

220 volts, un adaptateur est utile car les prises sont parfois différentes. Les coupures d'électricité sont fréquentes, prévoyez une lampe de poche.

• Poste

Le courrier très lent et peu fiable. N'envoyez pas d'argent. Les bureaux sont ouverts de 10h à 16h la semaine, et fermés le samedi.

• Pourboire

L'usage du pourboire est assez généralisé, il est de 5 à 10% en restaurant. Pour les autres services, quelques roupilles suffisent.

• Transport local



11 rue Villedo 75001 Paris
Tél. + 33 1 42 96 09 32
www.destinationsmonde.fr
www.destinationjapon.fr

les bus sont très économiques mais lents et inconfortables. Les taxis sont peu chers. Le vélo est déconseillé dans la capitale à cause du trafic. L'avion est le moyen le plus confortable de voyager, les prix sont abordables.

• **Hôtellerie**

Il existe une large gamme d'hôtel au Népal, de l'occidental étoilé à l'économique. Il est recommandé de réserver uniquement les hôtels inscrits sur le registre du gouvernement ou en agence de voyage. Il faut réserver à l'avance les hôtels de grand standing.

• **Douanes**

Il est autorisé de transporter par personne adulte : 200 cigarettes ou 50 cigares ou 250g de tabac ; 1,15 litres d'alcool, et environ 2 bouteilles de parfum et 15 pellicules photos. Les articles suivants tombent sous le même régime à la condition de ressortir du pays de la même manière qu'ils y sont entrés : jumelles, appareil photo ou caméras, ordinateur portable et tout élément portable permettant d'écouter de la musique. Les articles interdits sont : la drogue, les singes, tout ce qui a attiré à la pornographie, des armes et tout produit bovin. Une autorisation est nécessaire pour tous les animaux, et un passage à la quarantaine est obligatoire. Il est interdit de sortir du pays avec des objets achetés sur place de plus de 100 ans.

• **Bon à savoir**

Tous les règlements hôteliers, frais d'agence de voyage et billets d'avions, doivent se faire en devises étrangères. Les cartes de crédits comme American express, Master et Visa sont acceptées dans les plus importants hôtels et restaurants. Conservez vos reçus de change, ils pourront vous servir à convertir ce qui vous restera de roupies népalaises au moment de votre départ.

Il est considéré comme impoli de trop dévoiler son corps, veuillez porter des vêtements longs. Ne marchandez pas, quand vous visitez un temple, il est bien vu de donner une offrande, il est mal vu de manger dans le plat d'un autre. Il ne faut jamais toucher la tête d'un népalais. Veuillez enlever vos chaussures avant d'entrer dans un temple ou une maison, pour saluer les gens il faut joindre les mains paumes contre paumes et les baisser un peu en dessous du menton, c'est le Namaskar. Prendre des photos dans un temple est interdit. Pour dire oui secouez la tête de gauche à droite, pour dire non, de haut en bas, il ne faut pas pointer les gens du doigt, ni lécher ses doigts, ne vous mouchez pas en public.

⇒ **Informations touristiques :**

• **Cuisine**

Le riz est l'élément de base de la cuisine népalaise, accompagné de lentilles, d'un curry de légumes et d'aliments épicés. On peut parfois y trouver de la viande. En dehors de la ville il faut éviter de manger de la viande, car elle est souvent avariée, et comme elle sèche au soleil, les mouches y pondent dedans. La cuisine tibétaine est largement répandue, telles que les nouilles au bœuf ou les raviolis fourrés. Dans les grandes villes, il est facile de trouver de la cuisine étrangère.

Évitez le plus possible les boissons préparées à base d'eau, ainsi que les glaçons. Le thé est très largement consommé, on peut le boire brûlant, sucré et avec du lait ou avec des épices ou encore salé avec du lait. Il est également possible de boire des boissons alcoolisées, telles que la bière locale ou de l'alcool de riz.

• **Shopping**

L'artisanat local est développé au Népal, les matières principalement utilisées sont le bois et le métal, ils servent à fabriquer des objets utiles, décoratifs ou religieux. Vous pouvez aussi trouver des produits à base de papier de riz, des tapis, des rouleaux de peinture, des bijoux confectionnés avec des tourmalines disponibles dans diverses couleurs, ainsi que des vêtements traditionnels.



11 rue Villedo 75001 Paris
Tél. + 33 1 42 96 09 32
www.destinationsmonde.fr
www.destinationjapon.fr

• Patrimoine culturel

Les sites suivants sont inscrits au patrimoine mondial de l'UNESCO :

Culturel:

Lumbini, lieu de naissance du Bouddha, Vallée de Kathmandu

Naturel:

Parc national de Chitwan , Parc national de Sagarmatha

• Destinations

Grandes villes : Katmandu, la capitale politique et culturelle, moderne et traditionnelle, vous pourrez y assister à des spectacles traditionnels, visiter les nombreux temples ou le musée national. Ou alors vous pouvez vous laisser gagner par la fièvre de la ville, et aller jouer dans les casinos ou faire du shopping.

Les autres grandes villes sont plus traditionnelles et artisanales, comme Patan ou Bhaktapur.

Vous pourrez y visiter les vestiges du passé ou l'architecture si particulière. Lumbini quant à elle, n'est autre que le lieu de naissance de Bouddha.

A la découverte de la nature : Le Népal regorge de parcs et réserves naturelles. Les espèces de faune y sont variées et y vivent à l'état sauvage, et la flore y est montagnarde. Le plus célèbre est celui de Chitwan, qui protège de nombreuses espèces en voie de disparition.

Le Népal étant un pays ayant une forte altitude, la montagne y est présente presque partout. Ses monts enneigés sont propices aux activités sportives, et offrent des vues imprenables sur les paysages verdoyant. La randonnée est le meilleur moyen pour accéder à ces superbes paysages.