
PETITS SECRETS DU NÉPAL

Terre de naissance de Bouddha, paradis des trekkeurs, domicile heureux des hippies dans les années 60, le Népal rime avec aventure, spiritualité et hospitalité.

Arpenter les sentiers les plus beaux du monde, contempler les panoramas vertigineux depuis le « toit du monde », autrement dit le sommet de l'Himalaya, flâner sur les places médiévales de la vallée de Katmandou, tomber de stupeur devant les resplendissants stupas, partager des instants de vie avec les ethnies montagnardes... le pays ne propose pas moins.

Petit royaume, le Népal offre un inépuisable mélange de traditions et de religions, de la vallée de Katmandou à Pokhara et ses plus hauts sommets Himalayens, en passant par Nagarkot ou encore le parc national de Chitwan.

La richesse du patrimoine historique des anciennes capitales souveraines de la vallée de Katmandou n'a d'égale que la majesté des neiges éternelles... Une irrésistible promesse d'évasion et de dépaysement.



INFORMATIONS PRATIQUES

FORMALITÉS

Passeport obligatoire, valable au minimum 6 mois après la date de retour.

Visa obligatoire et payant (30 USD pour 15 jours et 50 USD pour 30 jours), à l'arrivée ou en ligne :

<https://nepaliport.immigration.gov.np/>.

Formalités COVID : certificat de vaccination ou test PCR de moins de 72h, attestation d'assurance et déclaration de santé rempli et imprimée.

MONNAIE

La monnaie est la **Roupie Népalaise** : 1 € = 139 NPR // 1 NPR = 0,007 € (en janvier 2023).

Les cartes bancaires courantes (Carte bleue Visa et American Express) sont acceptées dans les hôtels et les restaurants touristiques. On peut changer ses devises à l'aéroport, dans les banques et les bureaux de change (taux officiel publié chaque jour dans le « Rising Népal »).

Si vous partez en trekking, munissez-vous des devises nécessaires, en petites coupures. Les banques sont ouvertes de 10 h à 16 h en hiver, jusqu'à 17 h en été. Elles sont fermées le samedi (jour de repos hebdomadaire) et souvent le dimanche. Vous ne serez autorisé à changer vos roupies en Dollars ou en Euros mais pas plus de 10% de la somme totale de vos achats pendant le séjour, aussi, gardez vos reçus.

SANTÉ

Aucun vaccin n'est obligatoire. Dans tous les cas, une mise à jour de votre carnet de vaccination (DTPolio, Hépatite, Typhoïde...) est fortement recommandée comme pour tout voyage. Dans tous les cas, nous vous recommandons de vous rapprocher de votre médecin traitant.

Ordonnance : Si vous emmenez avec vous un traitement médical, il est impératif d'avoir l'ordonnance du médecin correspondante, en cas de contrôle par la douane. Ainsi qu'une version traduite en anglais.

Nous conseillons aux voyageurs de boire uniquement de l'eau minérale ou du thé. Il est recommandé de ne pas boire d'eau du robinet, de ne pas manger de fruits non pelés et de prévoir du gel ou des lingettes antibactériennes humidifiées. Si vous prévoyez un trekking, un examen médical complet s'impose avant le départ. Ne sous-estimez pas l'utilité d'une visite préventive chez le dentiste (les maux de dents se réveillent avec l'altitude et peuvent gâcher votre voyage).

SÉCURITÉ ET SITUATION SANITAIRE

Avant votre départ nous vous invitons à consulter le site du ministère des Affaires Etrangères et ses conseils aux voyageurs : <http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs>. Vous y trouverez les dernières recommandations notamment en matière de sécurité, formalités, douane et santé, ainsi que le lien pour vous inscrire sur Ariane.

PREPAREZ VOTRE VOYAGE

DECALAGE HORAIRE

En **été + 3h45** : lorsqu'il est midi en France, il est 16h à Katmandou.

En **hiver + 4h45** : lorsqu'il est midi en France, il est 17h à Katmandou.

LANGUE

La langue officielle du Népal est le **népalais**, qui est la langue maternelle de 45 % des Népalais.

Le hindi, principale langue parlée au nord de l'Inde, est parlée couramment par 5 % de la population.

L'anglais est quasiment la seule langue occidentale parlée, mais le nombre de ses locuteurs est faible, car le pays est très pauvre et assez éloigné de la Grande-Bretagne. L'anglais est parlé à des degrés divers, en seconde langue, par 1,5 % à 2 % des Népalais, et est utilisé principalement pour le tourisme et la diplomatie.

ELECTRICITÉ

220 V. Les coupures sont fréquentes (emportez une lampe de poche). Une grande partie du pays ne possède pas encore l'électricité. Prévoir un adaptateur au cas où...



CLIMAT

Le Népal offre un échantillon de climats très varié : chaleur tropicale des jungles du Téraï, climat tempéré des collines et de la vallée de Katmandou, froid extrême des hautes montagnes.

On distingue **trois saisons** :

–La **saison froide**, d'octobre à mars, est le meilleur moment pour voyager. Le ciel dégagé et ensoleillé permet de contempler les sommets de l'Himalaya. La température maximale est de 25°C dans la vallée de Katmandou et 11°C à Namche Bazar, dans le Khumbu.

–La **saison chaude** s'étend d'avril à début juin. C'est l'époque des brumes de chaleur et des premiers orages. La masse nuageuse persiste jusqu'en octobre. Mai, est le mois le plus chaud (37°C dans le Téraï, 28 °C à Katmandou).

–La **saison de la mousson**, de juin à fin septembre, les pluies diluviennes et la fonte des neiges provoquent de redoutables inondations. Le soleil est timide, le ciel, bas et chargé. Les températures oscillent autour de 30°C (15°C en haute montagne).

