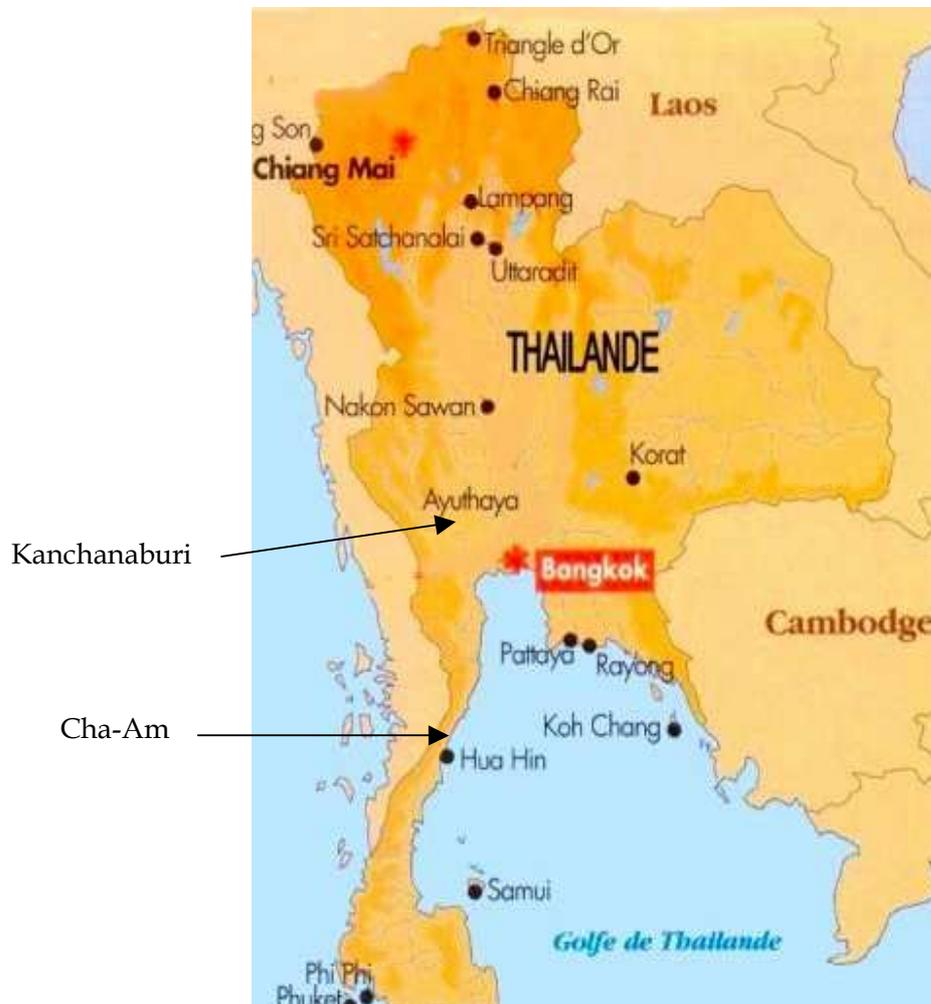


THAÏLANDE

Le Royaume de la sérénité retrouvée



La Thaïlande couvre une superficie à peu près équivalente à celle de la France et se trouve au cœur même de l'Asie du sud-est. Elle est entourée par la Birmanie à l'ouest, le Cambodge à l'est, le Laos au nord et la Malaisie au sud.

Pour les vacances, chacun y trouve ce qu'il souhaite, temples miroitant sous le soleil, palais princiers, récifs de corail et plages de sable blanc, fraîcheur des montagnes, coutumes uniques des tribus montagnardes, anciennes cités noyées dans la jungle et les brumes, une capitale internationale, quelques uns des meilleurs hôtels du monde ainsi qu'une cuisine de très haut niveau.

Les Thaïs sont hospitaliers par nature et leur bonne humeur permanente est fondée sur le "sanuk", principe qui consiste à savoir trouver son plaisir quoi que l'on fasse. C'est une philosophie vite contagieuse qui rendra vite votre visite encore plus agréable.

LA THAÏLANDE



A la différence de ses voisins d'Asie du Sud-Est, la Thaïlande (naguère appelée le Siam) n'a jamais été colonisée par une puissance étrangère et, en dépit de ses contacts répétés avec l'étranger, sa culture est demeurée la plus forte. Le peuple thaïlandais, souvent dépeint comme jovial et insouciant, a cependant lutté avec obstination pour préserver son indépendance d'esprit.

Culture ancienne et aux multiples facettes, expression artistique foisonnante, îles exotiques, tradition d'hospitalité, infrastructures développées et bien organisées, cuisine succulente. Ce pays a tout pour enchanter le voyageur curieux.

BANGKOK

Si vous êtes un fervent adepte de la touffeur des métropoles asiatiques modernes, vous aimerez Bangkok et vous supporterez son bruit, sa chaleur et sa pollution ! La ville cache en fait, sous son vernis de modernité, une indéniable identité thaïlandaise.

La rive est du Chao Phraya, Bangkok proprement dit, est divisée en deux parties : le vieux Bangkok, où sont situés les vieux temples et le palais d'origine ainsi que les quartiers chinois et indien, et le "nouveau" Bangkok, où se trouvent les quartiers commerçant, résidentiel, touristique et des affaires.

La promenade autour du **quartier de Ko Ratanakosin** vous permettra d'épouser une courbe de la rivière et de découvrir quelques-uns des monuments les plus anciens : le **Wat Pho**, le plus vieux temple de Bangkok, célèbre pour son énorme bouddha couché et sa superbe collection de bouddhas, qui est aussi le centre national de l'enseignement et de la préservation de la médecine traditionnelle, y compris le massage ; le saisissant **Wat Arun**, "temple de l'Aube", avec son *prang* (tour de style khmer) haut de 82 m ; le **Wat Phra Kaew**, également appelé temple du Bouddha d'émeraude ; le **Grand Palais**...

Parmi les autres sites intéressants, citons le **palais en teck Vimanmek**, le **quartier chinois** (Sampeng), le **quartier indien** (Pahurat), le **parc Lumpini**, les **canaux** de Thonburi, les **marchés flottants** de Bang Khu Wiang et Damnoen Saduak...

Ayuthaya, à une cinquantaine de kilomètres de Bangkok, abrite des temples datant du **XIV^e** au **XVIII^e** siècle, édifiés sur une "île" formée par deux rivières et un canal. **Sukhothai** et **Sri Satchanalai**, au nord, transformées en parcs historiques inscrits au Patrimoine mondial de l'humanité, renferment des ruines datant de l'Age d'or de la Thaïlande (**XII^e** au **XV^e** siècles). **Lopburi** abrite des monuments de styles khmer et thaï et l'ancien palais du roi Narai (**XVII^e** siècle), très impressionnant.

CARTE D'IDENTITE



- ✓ Intitulé officiel : royaume de Thaïlande
- ✓ Superficie : 514 000 km² (équivalente à la France)
- ✓ Population : 62,2 millions d'habitants
- ✓ Capitale : Bangkok
- ✓ Peuples et ethnies : Thaïs (75%), Chinois (11%), Malais (3,5%), Môn, Vietnamiens, tribus montagnardes
- ✓ Langue : thaï
- ✓ Religions : Bouddhisme (95%), islam
- ✓ Institutions politiques : monarchie constitutionnelle avec une forte influence de l'armée
- ✓ Chef d'état : le roi Bhumibol Adulyadej (Rama IX).
- ✓ Chef du gouvernement : Thaksin Shinawatra.

✓ Géographie :

Grande comme la France, la Thaïlande, bordée par la Malaisie, le Myanmar, le Laos et le Cambodge, se partage en quatre grandes zones : la fertile région centrale, dominée par le fleuve Chao Phraya ; le plateau du Nord-Est, région la plus pauvre du pays du fait de la minceur des sols, des sécheresses et des inondations périodiques ; le Nord, région de montagnes entrecoupées de vallées fertiles ; et la région péninsulaire méridionale, couverte surtout de forêts tropicales. Les côtes comptent 2 710 km de plages, rivages escarpés et marais. Au large, les îles abondent.

✓ Climat :

Le pays s'étend sur 1 860 km entre ses points extrêmes nord et sud, ce qui en fait le pays sud-est asiatique le plus varié. La majeure partie du pays, à l'exception des régions septentrionales, est très humide. En fait, le climat est régi par les moussons. Il pleut davantage et plus longtemps dans le Sud, soumis à deux moussons. Voyager pendant la mousson n'est pas un exercice difficile mais les routes non goudronnées sont alors parfois impraticables.

Durant la saison sèche, la température peut monter jusqu'à 39°C dans les plaines du Nord-Est, alors qu'en saison fraîche elle descend jusqu'à 13°C à Chiang Mai. Dans le Sud, les amplitudes sont plus faibles.

✓ Visa :

un passeport valable au moins trois mois à partir de la date d'entrée dans le pays est obligatoire. La Thaïlande autorise 56 pays, dont la France, la Belgique et la Suisse, à séjourner 30 jours sans visa, ni frais d'entrée. Au-delà, un visa, valable deux mois, est nécessaire.

Un carnet de vaccination international est nécessaire : même si ce n'est plus obligatoire, mieux vaut être vacciné contre la choléra et la variole. L'importation et l'exportation de devises étrangères sont libres.

La douane impose toutefois de déclarer les sommes supérieures à 3000 \$ US.

✓ Décalage horaire :

la Thaïlande est en avance de 6 heures sur la France (GMT+7)

Calendrier : le calendrier officiel se base sur le début de l'ère bouddhique, soit 543 ans av. J.-C. L'an 1999 = l'an 2542 en Thaïlande

✓ Poids et mesures :

système métrique en vigueur, à l'exception des mesures de superficie agricole (*waa, ngaan, rât*)

✓ Electricité :

220 V 50 Hz. On trouve sur place tous les modèles d'adaptateurs

✓ Heure :

L'heure thaïlandaise est en avance de 7 heures sur l'heure universelle (TU + 7). L'heure européenne étant de TU + 1 en hiver, il sera 18 h à Bangkok pour midi à Paris. D'avril à septembre en France, il sera 13 h pour 18 h en Thaïlande.

✓ Monnaie :

L'unité monétaire est le Baht. Toutes les devises étrangères peuvent facilement être échangées dans toutes les banques, bureaux de change privés et hôtels. Il est toutefois plus commode d'avoir avec soi des dollars américains en espèces ou mieux encore en chèques de voyages.

Les cartes de crédit internationales sont d'un usage très courant pour toutes sortes de transaction dans tout le pays.

1US\$ = 43.87 THB

1€ = 43.09 THB

1 THB = 0.0227 US\$

1 THB = 0.023€

✓ Quand partir ?:

La meilleure saison du point de vue climatique se situe entre novembre et mars, période pendant laquelle il pleut le moins et où il ne fait pas encore trop chaud. Il fait bon dans le Sud quand le reste du pays est écrasé par la chaleur (entre avril et juin) et le Nord est préférable de la mi-novembre à février. Sachez que vous cuirez à Bangkok en avril et y pataugerez dans l'eau en octobre.

Choisissez avril, mai, juin, septembre ou octobre si vous souhaitez éviter les foules et profiter des réductions offertes dans les hôtels. Sachez cependant que, même en haute saison, il suffit de faire l'impasse sur les hauts lieux touristiques (notamment Chiang Mai, les îles et les plages) pour trouver la tranquillité.

✓ Arts :

L'art traditionnel thaï est imprégné de symboles religieux empruntés aux cosmologies hindoue et bouddhique. L'architecture, considérée comme la première forme d'art, ajoute aux styles proprement siamois les traditions khmère, môn et lao. On dénombre plusieurs styles historiques allant de la période môn (art Dvavarati, VI^e au XIII^e siècles) à la période Ratanakosin (du XIX^e siècle à nos jours). La sculpture thaïe, aujourd'hui appréciée dans le monde entier, est avant tout connue pour ses bouddhas en bronze : celui du Wat Pho, à Bangkok, est l'une des statues les plus imposantes au monde.

La musique offre une grande variété de genres et de styles ; quant au théâtre, il comporte six formes bien distinctes d'expressions dramatiques allant du *Khon*, drame dansé avec masques selon des règles strictes, au *Nang*, théâtre d'ombres aux traditions séculaires.

✓ Langue :

Quelques mots en thaï impressionneront très favorablement vos interlocuteurs ! Sachez que la famille royale s'arroge le privilège d'un éventail de mots qui lui sont exclusivement réservés : nul besoin pour vous de les apprendre...

L'alphabet thaï comporte 44 consonnes (mais seulement 21 sons différents) et 48 voyelles ou diptongues. Si l'apprentissage de l'alphabet ne pose pas de difficulté, on ne peut en dire autant du système d'écriture, assez complexe, et des 5 tons différents.

La politesse exige de terminer ses phrases par *khrap* si l'on est un homme, *khâ* si l'on est une femme, ce qui est par ailleurs la manière courante de montrer son accord.

bonjour : *sawàt-dii (khrap/khâ)*

comment ça va ? : *pen yangai ?*

merci : *khàwp khun*

excusez-moi : *khaw thôt*

je ne comprends pas : *mâi khâo jai*

non : *mâi ch*

hôtel : *rohng raem*

✓ Gastronomie :

La cuisine thaïlandaise peut être piquante et épicée, beaucoup d'ail et de piments, surtout les *phrik khîi nuu*, littéralement "piments crottes de souris", petits démons qui vous torpillent le palais. Le jus de citron vert, la citronnelle et la coriandre fraîche donnent à cette nourriture son arôme particulier ; la sauce de poisson (généralement à base d'anchois) et la crème de crevettes ajoutent du sel à la saveur.

Autres bases d'assaisonnement : la racine de cacahuète, le poivre gris, trois sortes de basilic, les cacahuètes pilées, le jus de tamarin et le lait de coco. Le riz accompagne presque tous les plats. Les Thaïlandais considèrent les manières de table occidentales comme plutôt frustes ; prenez donc garde à bien utiliser les ustensiles et couverts. La plupart des plats se mangent avec une fourchette et une cuiller. La fourchette se tient dans la main gauche et sert à pousser la nourriture dans la cuiller : pour un Thaïlandais, porter une fourchette à la bouche est extrêmement grossier. Quand vous vous servez dans un plateau commun, ne prenez pas plus d'une ou deux cuillerées à la fois dans votre assiette et laissez-en toujours un peu à la fin.

✓ Religion :

Environ 95% de la population adhère au bouddhisme hinayana (Petit Véhicule), dit encore theravada, qui insiste sur les trois aspects principaux de l'existence : la *dukkha* (le stress, la satisfaction impossible), l'*anicca* (la non-permanence, la nature éphémère de toute chose) et l'*anatta* (la non-substantialité de la réalité).

Il n'existe pas dans le bouddhisme thaïlandais de jour consacré aux dévotions : le fidèle fréquente cependant le temple de préférence pendant le *wan phra*, période faste correspondant à la nouvelle et à la pleine lune. Socialement, il est du devoir de tout homme de passer une brève période de sa vie comme moine, d'ordinaire trois mois.

Une minorité de Thaïlandais et la plupart des Malais du Sud (environ 4% de la population) pratiquent l'islam.

✓ Us et coutumes :

Si les influences culturelles étrangères sont décelables dans presque tous les aspects de la vie quotidienne (port du pantalon, voitures, cinémas, supermarchés...), la société thaïe possède maints aspects qui lui sont propres.

A ne pas faire : planter verticalement ses baguettes dans un bol de riz, ce qui ressemble aux bâtons d'encens que l'on brûle pour les morts ; se dire célibataire et sans enfants ; sortir de ses gonds...

Les questions de forme étant capitales, veillez aux marques de respect.

✓ Santé :

attention aux hépatites, au choléra, aux vers aquatiques, aux affections transmises par les moustiques (dengue, paludisme) et aux morsures de serpents et de méduses. N'oubliez pas votre moustiquaire !

Emporter une provision des médicaments d'usage pour les voyages tropicaux, notamment contre les infections intestinales et le paludisme, et ne mangez pas de viande crue ni surtout de légumes crus et de fruits coupés. Éviter aussi de céder à la tentation de boire les jus de fruits pressés proposés dans la rue.

L'eau du robinet n'est pas potable (méfiez-vous aussi des glaçons !). Des bouteilles d'eau minérale sont à votre disposition dans les chambres.

✓ Les achats :

La Thaïlande est le pays du shopping par excellence : elle offre au visiteur un choix exceptionnel d'objets.

Que vous recherchiez le luxe avec la soie ou les pierres précieuses, des oeuvres d'art, des objets d'artisanat ou de jolis souvenirs, un choix impressionnant s'offre à vous.

Non seulement la diversité des produits est exceptionnelle, mais vous les trouverez dans les endroits les plus variés : magasins, centres commerciaux climatisés, marchés traditionnels et boutiques de rue.

Dans la plupart des magasins, l'anglais est parlé.

Marchander est tout à fait courant en Thaïlande, malgré l'affichage des prix.

Demander un reçu pour les marchandises achetées, en particulier pour les bijoux et les pierres précieuses.

✓ Faire et ne pas faire :

La Thaïlande est à juste titre célèbre pour son hospitalité et sa tolérance, et le touriste n'aura aucun mal à s'adapter aux coutumes locales. Il est cependant nécessaire de donner quelques conseils afin d'éviter toute situation délicate.

- Se vêtir décemment et d'éviter de provoquer l'assistance avec des vêtements courts ou inadéquats.
- Le port des chaussures dans les monastères bouddhiques est autorisé mais il faut les retirer pour pénétrer dans les lieux de cultes, chapelles, viharns.....
- Les moines bouddhistes ne peuvent être touchés et ne doivent pas toucher une femme, de plus ils ne peuvent rien accepter qui vienne directement de sa main. Pour transmettre un objet à un bonze ou novice, la femme doit d'abord le remettre à un homme, ou le déposer sur un morceau de tissu qu'il aura préalablement déposé devant lui.
- Toutes les images du Bouddha sont sacrées. Par conséquent ne faites pas de gestes ou ne prononcez pas de paroles qui pourraient sembler irrespectueux.
- Les preuves d'affection entre hommes et femmes sont déconseillées en public : ceci est considéré comme de l'exhibitionnisme.
- Évitez de pointer un pied vers une autre personne: cette partie du corps est considérée comme la plus impure. Utilisez donc une main pour montrer quelque chose.

Bon voyage ...