



CAPITALE

La capitale du Bhoutan est Thimphu.

SUPERFICIE

Superficie : 38,394 km²

SITUATION GEOGRAPHIQUE

Le Bhoutan est un pays enclavé situé dans l'est de l'Himalaya, en Asie du Sud. Il a des frontières communes avec la Chine au nord et avec l'Inde au sud, à l'est et à l'ouest. Le Bhoutan est dominé par des montagnes escarpées, avec des altitudes allant de 200 mètres au sud à plus de 7 500 mètres au nord, abritant plusieurs sommets himalayens imposants, dont le Gangkhar Puensum (7 570 mètres). La superficie totale du Bhoutan est de 38 394 km², soit à peu près la taille de la Suisse ou des Pays-Bas.

POPULATION

En 2024, la population du Bhoutan était estimée à environ 787 000 personnes. La densité de population est de 20/km², ce qui en fait l'un des pays les moins densément peuplés du monde, en grande partie grâce à son relief montagneux et à son importante couverture forestière. La capitale, Thimphu, est la ville la plus peuplée.

LANGUE

La langue officielle du Bhoutan est le dzongkha, qui est parlé principalement dans la partie occidentale du pays et utilisé dans le gouvernement, l'éducation et l'administration. Le dzongkha s'écrit à l'aide du script tibétain (script Uchen), qui est similaire au tibétain classique. Le Bhoutan est linguistiquement diversifié, avec plus de 19 autres langues parlées, dont le tshangla (sharchopkha) à l'est et le lhotshampa (dialectes népalais) au sud. L'anglais est largement utilisé dans l'éducation et le gouvernement, ce qui en fait une deuxième langue importante.

MONNAIE

La monnaie du Bhoutan est le Ngultrum (BTN), abrégé en Nu. En mars 2025, le taux de change était d'environ :

- 1 USD = 85.87 Ngultrum (BTN)
- 1 EURO = 92.53 Ngultrum (BTN)

Les cartes étrangères sont acceptées dans les distributeurs automatiques, mais ils sont moins accessibles en dehors des grandes villes. On en trouve à Thimphu (capitale) et à Paro (aéroport).

Il est conseillé d'emporter de l'argent liquide, de préférence des roupies indiennes ou des dollars américains, car les distributeurs automatiques de billets ne sont pas toujours fiables dans les zones rurales. Le paiement par carte de crédit est accepté dans de rares magasins de la capitale (artisanat, bijoux) et dans les hôtels de luxe, mais pas dans les villes de province.

CLIMAT

- **Le printemps (mars-mai)** apporte un temps agréable et doux, avec des températures allant de 10°C à 25°C. Le paysage s'anime avec la floraison des rhododendrons, des magnolias et des jacarandas, créant ainsi un paysage vibrant.
- **L'été (juin-septembre)** est chaud et humide, avec des températures allant de 15°C à 30°C. La saison est marquée par de fortes pluies de mousson, en particulier dans le sud du Bhoutan (Phuentsholing, Samdrup Jongkhar), tandis que les régions du centre et du nord, notamment Thimphu, Paro et Bumthang, reçoivent relativement moins de précipitations, ce qui rend les voyages encore possibles. En outre, les vols peuvent être retardés en raison des mauvaises conditions météorologiques.
- **L'automne (septembre-novembre)** est frais et sec, avec des températures comprises entre 5°C et 25°C, ce qui en fait la meilleure saison pour visiter le pays. Le ciel est dégagé et les vues sur l'Himalaya sont à couper le souffle, ce qui en fait la saison idéale pour le trekking.
- **L'hiver (décembre-février)** est froid, surtout en altitude, avec des températures allant de -5°C à 15°C. Les chutes de neige sont fréquentes dans des régions comme Bumthang, Haa, Gasa et Laya, tandis que Thimphu et Paro connaissent des matinées fraîches mais des après-midis ensoleillés.

HEURE LOCALE

Le Bhoutan se trouve à +6 heures du méridien de Greenwich.

ELECTRICITE



La tension standard au Bhoutan est de 230 volts.

Le pays utilise principalement des prises de type D, F (utilisées en Europe) et G (identiques à celles du Royaume-Uni). Il peut être difficile de trouver un adaptateur de voyage multi-voltage au Bhoutan en raison de sa disponibilité limitée. Il est fortement recommandé d'en acheter un avant votre voyage afin de garantir la compatibilité avec le système électrique du Bhoutan.

EAU

Au Bhoutan, la qualité de l'eau potable varie entre les zones urbaines et rurales. Dans les villes comme Thimphu et Paro, l'eau du robinet traitée est disponible, mais les habitants la font souvent bouillir ou la filtrent pour des raisons de sécurité.

TELECOMMUNICATIONS

Pour les appels vers le Bhoutan, l'indicatif de pays est +975.

Le secteur des télécommunications du Bhoutan est principalement dominé par deux fournisseurs de services : Bhutan Telecom et TashiCell. Si les zones urbaines bénéficient d'une bonne couverture réseau avec des services 4G, les régions rurales et éloignées sont toujours confrontées à des problèmes de connectivité. Malgré des améliorations, les vitesses d'Internet restent relativement lentes et coûteuses par rapport aux normes mondiales. Les services prépayés peuvent être achetés dans les magasins des deux principaux fournisseurs de télécommunications dans les grandes villes comme Thimphu, Paro et Phuentsholing.

Le Wi-Fi est disponible dans les hôtels, les cafés et les espaces publics comme l'aéroport international de Paro, mais les vitesses peuvent être lentes.

SANTE ET EQUIPEMENTS MEDICAUX

Aucun vaccin spécifique n'est requis, mais certains sont recommandés.

Le Bhoutan dispose de plusieurs établissements médicaux anglophones dans les grandes villes comme Thimphu et Paro. Le Jigme Dorji Wangchuck National Referral Hospital (JDWNRH) à Thimphu, le Paro District Hospital et le Phuentsholing General Hospital sont recommandés.

TRANSPORTS

Le Bhoutan dispose d'un aéroport international : L'aéroport international de Paro.

Le système de transport du Bhoutan repose principalement sur la route, car le pays ne dispose pas de chemins de fer intérieurs ni de systèmes de métro publics.

CONDUITE

La conduite autonome n'est pas autorisée pour les touristes étrangers, à moins qu'ils ne disposent d'un permis spécial. La plupart des visiteurs doivent louer une voiture avec chauffeur par l'intermédiaire d'un voyageur bhoutanais agréé.

CUISINE

La cuisine bhoutanaise est un équilibre unique d'épices, ce qui la rend parfaite pour le climat froid des montagnes. Les plats les plus connus sont l'Ema Datshi - ragoût épicé au piment et au fromage (plat national), le Kewa Datshi - pommes de terre au fromage, le Shakam Paa - bœuf séché aux piments, les Momos - raviolis de style tibétain, et les Puta - nouilles au sarrasin. Les boissons alcoolisées les plus populaires sont l'Ara (alcool traditionnel), le Bangchang et le Sinchang (bière de riz et d'orge fermentés).

US ET COUTUMES

La culture bhoutanaise est profondément ancrée dans le bouddhisme, le respect et les valeurs communautaires, qui façonnent la vie quotidienne et les traditions.

Les Bhoutanais se saluent en s'inclinant et en prononçant le mot « Kuzuzangpo » (bonjour) en signe de politesse. Lorsqu'ils pénètrent dans un temple ou une maison, il est de coutume d'enlever ses chaussures en signe de respect pour les espaces sacrés et personnels. En outre, lorsqu'on donne ou reçoit des objets, l'utilisation des deux mains est considérée comme un geste de courtoisie et d'appréciation.

S'il est courant de manger avec les mains dans les zones rurales, les ustensiles sont plus fréquemment utilisés dans les zones urbaines.

L'utilisation de sacs en plastique est interdite afin de protéger l'environnement.

ACHATS

Il n'est pas courant de négocier, car la plupart des prix sont fixes dans les magasins et les marchés. Pour garantir l'authenticité des produits, il est recommandé de faire ses achats dans des magasins certifiés par le gouvernement, en particulier pour l'artisanat et les textiles. En outre, les voyageurs doivent savoir que certains objets de grande valeur, tels que les objets religieux antiques, ne peuvent être sortis du pays.

POURBOIRES

Le pourboire n'est pas obligatoire au Bhoutan, mais il est apprécié, en particulier dans le secteur du tourisme. Dans les restaurants locaux, laisser un pourboire de 5 à 10 % est un geste aimable. Les pourboires ne sont pas courants dans les magasins locaux ou les taxis, mais il est bienvenu d'arrondir le prix de la course pour un excellent service.

COMMENT S'Y RENDRE ?

Ci-dessous une liste des compagnies aériennes opérant des vols au Bhoutan :

- ✓ Drukair – Royal Bhutan Airlines
- ✓ Bhutan Airlines (Tashi Air)

VISA ET PASSEPORT

La plupart des voyageurs ont besoin d'un visa pour entrer au Bhoutan (<https://visit.doi.gov.bt/>), à l'exception des citoyens de l'Inde, du Bangladesh et des Maldives, qui peuvent obtenir un permis à l'arrivée. Les voyages indépendants ne sont pas autorisés, le Bhoutan exigeant des touristes qu'ils réservent des circuits organisés afin de garantir un tourisme durable. En complément, les voyageurs étrangers doivent s'acquitter de la taxe (Sustainable Development Fee – SDF) d'un montant de 100 USD par jour.

AVANT DE PARTIR

Pour des raisons de sécurité, nous conseillons aux voyageurs de ne pas laisser d'objets de valeur dans les véhicules pendant leur voyage.

Les meilleures périodes pour visiter sont le printemps et l'automne, offrant un climat agréable et des festivals culturels.



PHOENIX VOYAGES VOUS SOUHAITE UN AGREABLE VOYAGE