

| | |
|---|---|
| Liste des cartes | 2 |
| Achevé d'imprimé / Légende des cartes / | |
| Responsabilité de l'éditeur | 4 |

1 HISTOIRE ET CULTURE

| | |
|---|----|
| Joyaux du Myanmar/ Prélude | 10 |
| Aperçu historique | 12 |
| Géographie | 15 |
| Histoire du Myanmar | 23 |
| Peuples montagnards et riziculteurs | 36 |
| Arrivée en pays bouddhiste | 44 |

2 YANGON (RANGOUN)

| | |
|---|-------|
| Édifices coloniaux, pagodes et gratte-ciel | 61 |
| La vieille ville autour de la pagode Suie | 63 |
| La pagode Shwedagon | 71 |
| La cité-jardin | 79 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | 82-83 |

3 LE SUD

| | |
|---|---------|
| La région de Yangon (Rangoun)/ Thanlyin | 87 |
| Twantay | 90 |
| Lethkhookon | 91 |
| Pathein | 92 |
| Ngwe Saung et Chaungtha | 93 |
| Pyay (Prome) | 95 |
| Sri Kshetra | 95 |
| Shwedaung | 96 |
| Bago (Pegu) | 97 |
| La pagode Kyaikhtiyo | 101 |
| Le Sud / Thaton | 103 |
| Mawlyamine (Moulmein) | 104 |
| Myeik / Kawthoung | 108 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | 108-109 |

4 BAGAN

| | |
|---|-----|
| Le miracle de l'Ayeyarwady | 113 |
| Bagan (Pagan) | 113 |
| Le mont Popa | 139 |
| Sale | 140 |
| Pakokku | 141 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | 143 |

5 MANDALAY

| | |
|---|----------------|
| Haut lieu de la culture birmane | 147 |
| Mandalay | 148 |
| Amarapura | 166 |
| Inwa (Ava) | 169 |
| Sagaing | 170 |
| Mingun | 173 |
| Les environs plus lointains de Mandalay | 177 |
| Pyin U Lwin (Maymyo) | 177 |
| Lashio | 180 |
| Monywa | 183 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>188-189</i> |

5 LE NORD

| | |
|---|------------|
| Myitkyina, Putao | 191 |
| Le lac Indawgyi | 192 |
| Bhamo | 193 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>193</i> |

7 LA RÉGION DU LAC INLE

| | |
|---|------------|
| La région du lac Inle | 197 |
| Kalaw et les peuples montagnards | 198 |
| Pindaya | 200 |
| Le lac Inle | 202 |
| Taunggyi / Loikaw | 206 |
| Kyaing Tong | 208 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>209</i> |

8 LE RAKHINE (L'ARAKAN)

| | |
|---|------------|
| Rakhine - sur le golfe du Bengale | 213 |
| Sittwe (Akyab) | 216 |
| Mrauk U (Myohaung) | 218 |
| Ngapali / Thandwe (Sandoway) | 224 |
| Kanthaya | 226 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>227</i> |

9 THÈMES PARTICULIERS

| | |
|---|-----|
| Poids à opium et objets en laque | 230 |
| La cuisine birmane | 232 |
| Le théâtre de marionnettes birman | 234 |

10 GUIDE PRATIQUE

| | |
|--|-----|
| Préparatifs. | 236 |
| Informations touristiques | 236 |
| Quand partir, climat et vêtements | 236 |
| Visas | 236 |
| Argent | 236 |
| Vaccins | 237 |
| Photos | 237 |
| Se rendre au Myanmar | 237 |
| Liaisons aériennes | 237 |
| Par voie terrestre | 238 |
| Formalités d'entrée et de douane | 239 |
| Se déplacer au Myanmar | 239 |
| En bus | 239 |
| En avion | 240 |
| En bateau | 240 |
| En taxi et voiture de location | 241 |
| En train | 242 |
| Restrictions en matière de déplacement | 242 |
| Conseils pratiques | 242 |
| Drogue | 242 |
| Électricité | 242 |
| Fêtes et jours fériés | 243 |
| Heure et date | 244 |
| Poids et mesures | 244 |
| Poste, téléphone, Internet | 244 |
| Prix | 245 |
| Pourboires | 245 |
| Santé | 245 |
| Adresses: ambassades | 246 |
| La langue birmane | 247 |
| Glossaire | 250 |
| Auteurs | 252 |
| Crédits photographiques | 252 |
| Index | 253 |