



Guide d'Accueil

LOISIRS



Édition mai 2023

1- SHOPPING

Depuis le coup d'état de février 2021, il faut savoir qu'il n'est plus possible de retirer d'argent aux distributeurs de billets en Birmanie, à quelques exceptions près mais toujours très difficiles à trouver. En revanche, la plupart des grands magasins et boutiques dans les centres commerciaux acceptent les cartes de crédit internationales avec une commission à votre charge.

De la même façon, il est plus difficile qu'avant de trouver des produits importés.

Il existe plusieurs centres commerciaux à Rangoun, les 2 plus importants sont à l'heure actuelle Junction City, Myanmar Plaza. On y trouve tous les produits de consommation courante, et notamment des enseignes internationales, boulangeries et des restaurants. Dans les boutiques des galeries marchandes et des hôtels les prix ne sont pas négociables. Sur les marchés ou les plus petites boutiques, en revanche, vous pouvez essayer de marchander.

Voici les principaux centres commerciaux de Rangoun :

Junction City, Bogyoke Aung San Road.

Myanmar Plaza, 192 Kabaraye Pagoda Road.

Taw Win Center, 45 Pyay Road, Dagon Township.

Ocean Tamwe Supercentre, Shwe Gone Daing Road

City Mall St-John, Corner of Pyay Road & Min Ye Kyaw Zwa Road

Dagon Center, 262-264 Pyay Road A 06-02/03

Junction Square, Ward 7, Between Pyay Road and Kyun Taw Rod, Karmaryut Tsp Near Seik Pyo Yay Bus Stop

Times city, No.37/Quarter, Between Hantharwaddy and Kyun Road

● *Décorations et Souvenirs*

Pour la partie meuble et aménagement de la maison, nous vous invitons à consulter « le guide s'installer ».

AUGUSTINE'S Souvenirs shop

Antiquités et/ou reproductions, on peut négocier les prix. Il établit les certificats d'exportation lorsque vous déménagez. Il peut organiser aussi votre déménagement.

Adresse: 25, Thirimingalar Road, 8th Blk, Kamayut Township, Yangon



Web: <https://www.augustineantiques.com/>

Téléphone: 09 541 94 59

Vintage Poster

On peut trouver des posters et cartes postales d'inspiration photos anciennes sur internet , à Bogyoke market et dans les grands centres commerciaux.

Web: <https://www.vintagepostertm.com/>



Heritage Gallery

Objets «vintages», vous devez chercher ou demandez si vous recherchez un objet en particulier.

Le père Than Htun était spécialiste des laques et l'auteur d'un très bel ouvrage: Lacquerware Journeys: The untold story of burmese lacquer édition River Books, vendu dans sa boutique.

Adresse : *Bogyoke Market: il y a deux boutiques, une au 1er étage du Main Building et une au premier étage du bâtiment le long de la voie de chemin de fer.*

Pomelo

Réunion de plusieurs associations à but social, vous trouverez plusieurs objets artisanaux réalisés par des personnes défavorisées ou en situation de handicap.

Adresse: 24 Nyaungdone street Sanchaung, Yangon

Web: <http://pomeloformyanmar.org/>

Téléphone: 09 978 793 550



Hla Day

Objets artisanaux et originaux.

Adresse: 81 Pansodan Street, Yangon

Web: <https://hlaydaymyanmar.org/>

Téléphone: 09 250 065 309



Dacco.Myanmar

Produits artisanaux, déco mais aussi mode et accessoires.

Adresse: Room 5, n°12, Parami Road, 10 Quarter, Mayangone Township, Yangon

Web: <https://www.dacco-myanmar.com/>



Téléphone: 09 260 185 424

Retroretro

Beaucoup de déco pour la maison, notamment de la vaisselle, des plantes, mais aussi des bijoux.

Adresse: 11 Aung Zeya Road, Yankin Township, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/retroretro11>

Téléphone: 09 95 42 85 337

retroretro

Verrerie Traditional Czech crystal

Le magasin sur deux étages est plaisant et on y trouve de la verrerie, des lustres et des bijoux. Vous pouvez commander et faire graver vos verres ou carafes. La propriétaire parle français.

Adresse: 44/18 Bo Hmu Ba Htoo road , corner of Kyauk Sein Street 3, North dagon Township

Web: <https://traditionalczechcrystal.com/> <https://www.facebook.com/traditionalczechcrystal/>



Marché de Bogyoke

Immense marché couvert, on y vend de tout (antiquités, bijoux, vêtements, tissus, souvenirs). Le marché est ouvert du mardi au dimanche de 10h à 17h fermé le lundi et les jours fériés. Depuis le coup d'état, le marché est beaucoup moins vivant et de nombreuses boutiques restent fermées.



Ne pas hésiter à visiter aussi les boutiques dans les étages, il y a parfois aussi des expositions temporaires.

Adresse : Bo Gyoke Rd, Pabedan, Yangon

- **Bricolage**

PRO 1 Global Home Center

Adresse: Upper Pazundaung road, Yangon (4 magasins)

Web: <https://pro1globalhomecenter.com/welcome.html>

Téléphone: 01 201 849



- **Travaux manuels et papeterie**



Pho Pyone Cho Stationery

Adresse: 113/8, Kaba Aye Pagoda Road, Bahan Township, Yangon

Web: <http://www.phopyonecho.com/>

Téléphone: 09 40150 5765

Vous avez des papeteries et imprimeurs sur la 31th street ainsi que sur Bagaya Street à Sanchaung.

● **Épiceries, Pâtisserie, vin**

Il est malheureusement de plus en plus difficile de trouver en Birmanie du fromage, de la charcuterie ou du beurre de bonne qualité, ou encore un grand nombre de produits d'épicerie comme le vinaigre, les cornichons ou la moutarde, mais ils restent quelques adresses à connaître.

Kokkoya Organics

Ferme urbaine qui produit des fruits et légumes bio. Vous pouvez commander en ligne et être livré : kokkoyaorganics.com ou sur leur Facebook Kokkoya Organics.

Adresse : Bawga 2 lane, Thingangyun Yangon



PREMIUM Distribution Group

Adresse: Plot No. 64, No.242 (Land, A,65 Upper Pazundaung Rd, Tsp 11221, Yangon



SHARKY'S

Vous trouverez de bonnes glaces, du pain, des produits d'épiceries, notamment du sel marin et un peu de charcuterie et fromage produits localement.

Malheureusement, les boutiques sont moins bien achalandées qu'auparavant.

Il est toutefois possible de commander du fromage, en livraison, fromage entier ou plateaux de fromage, via le Burma Cheese Club by U Sharky.

Plusieurs adresses dans Rangoun: sur Dhamazedi road ou encore dans la galerie du Marketplace by City mart de Dhamazedi road.

Téléphone: 01 523 840 (on peut passer une commande)



Go Green

Fruit et légumes bio, possible de commander aussi via food panda.

Adresse: *Nat Mauk Street, Myaybadaythar garden (en face de l'ambassade du Japon)*

Web : <https://www.facebook.com/GoGreenMyanmar/>

Téléphone: 09 799 99 56 50



STK Bakery Supply Shop

Articles pour la **pâtisserie**.

Adresse: *No. 98, Mya Thazin Tower, Upper Pansodan Road, Mingalar Taung Nyunt Township, Yangon*

Facebook: <https://www.facebook.com/STK.BakerySupplyShop/>

Téléphone: 09 260 247 771



The Warehouse

Vin et champagne.

Organise une dégustation de vin chaque premier vendredi soir du mois, 4 verres de différents vins pour 25000 MMK.

Adresse: *Link Lane, Bahan Township, Yangon*

Web: <http://www.warehouse-asia.com/>

Téléphone: 01 537 806



Wine Link

Vin et champagne

adresse : Marina Residence 8 Kaba Aye Pagoda Road

téléphone : + 95 9 766 1987 68

web : <https://www.facebook.com/WineLinkatMarina/>



Petit Rangoon

Pâtisserie française aux accents asiatiques, les viennoiseries sont excellentes. On peut manger sur place ou emporter.

Il est possible aussi de commander des gâteaux pour les occasions spéciales.



Adresse : 37 Myittar Road, South Okkalapa, Yangon, Myanmar

Web : <https://www.facebook.com/petitrangoon>

Téléphone : +95 9 668 888769

La Boulangerie ပေါင်မုန့်ဆိုင်

Boulangerie pâtisserie, le pain et les viennoiseries sont très bons, on peut déguster sur place ou à emporter, il est aussi possible de se faire livrer.



Adresse : 1, Thukha Mein Street, Sanchaung Township, Yangon, Myanmar

Web : <https://www.facebook.com/paungmotesaing>

Téléphone : +95 9 968 573088

- **Encadrement, imprimerie et photo**

Moe Makha

Papeterie, encadrement ...

Adresse: Aung Chan Thar Housing, East, Shwegondaing Road, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/MoeMakhaprintinghouse/>



Aperture

Digital Photo Colour Lab & Framing, Impression de photo et encadrement

Adresse: N°124, 36th Street (middle), Kyauktada Township, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/aperture.mm/>

Téléphone: 09 500 86 01



Printing Bee

Impression de cartes de visite, affiches...

Adresse: 23 Kun Gyan Road, Aung San Stadium (South Wing), Yangon



Facebook: https://www.facebook.com/printingbee.mm/?ref=page_internal

Téléphone: 09 972 256335

Les photos format Passeport :

Digital Classic – Photo Lab & Studio

Viber: 09264800710

Téléphone : 0973154678

Adresse: No. 10, San Chaung Tsp, Mahar Baw Ka St, Yangon

- ***Vêtements, tissus et accessoires***

TISSUS

Women's development Center

Fabrication des cotons sur place et vente au détail. Peuvent coudre rideaux, nappes, coussins, etc.

Adresse: Thanlwin Road, Bahan Township, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/Womens-Development-Centre/157799567646436>

MYANMAR COTTON

Adresse: 120, Mahabandula Road; Corner of 57th street, Panzundaung Township, Yangon

Téléphone: 09 862 74 89 – 09 519 82 48



FXB Myanmar (ONG)

Adresse: 46, Nant Thar Kone Lane, Insein

Web: <https://www.fxb.org/programs/myanmar>

Téléphone: 01 647 101

Chin Chili Shop

Tissus Chin, grand choix de housses de coussins, pochettes...



Adresse: Bogyoke Street (Upper block) n°24 Main Front building Bogyoke market

Facebook: <https://www.facebook.com/myanmarfolkart/>

Téléphone: 09 509 76 54

YOYAMAY

ethnographic textile

La famille s'est spécialisée dans les tissus Chin et les deux boutiques (Yoamay et Chin Chili Shop) ont de très beaux tissus à tous les prix.

Adresse: Bogyoke Street (Upper block), 1er étage à côté de sa fille Chin Chili shop

Web : <https://www.facebook.com/yoyamayMyanmar>



Sone-tu

Organisation sociale produisant de somptueux tissus Chin. Vous pouvez passer des commandes pour des coussins, tissus avec motifs Chin et couleurs au choix.

Prendre RDV, magasin fermé.

Adresse: 138 Bogalay Zay street, au 1er étage.

Facebook: <https://www.facebook.com/SoneTuTraditionalTextileArts/>



Apyone Myanmar Textile

Grand choix de coton et de tissus avec impressions végétales

Adresse: No 787, Aung Thiri 4th street, North Dagon, Yangon

tel : 95 9 770 048218

Facebook: [apyone myanmartextile](https://www.facebook.com/apyone-myanmar-textile)

mail apyone.myanmar.textile@gmail.com

Charlotte BARJOU



Créatrice française de vêtements prêt à porter et sur mesure pour femmes, enfants, hommes pour toutes occasions. L'inspiration est birmane et le savoir-faire est français.

Web: www.charlottebarjou.com

LILLA

Jeune française créatrice de vêtements à partir de tissus birmans. On trouve ses créations dans la boutique de Turquoise Mountain ou Hla Day. Vêtements sur mesure ou en prêt-à-porter, s'adressez aux boutiques citées.

Facebook: <https://www.facebook.com/by.lilla.m/>

YANGOODS

La créatrice est une artiste peintre française. On trouve ses œuvres sur les murs de Rangoun, dans sa galerie d'art et sur les accessoires de la marque Yangoods (sacs, accessoires femmes et hommes)



Il y a plusieurs boutiques : Junction city, sur Baho road, au rez de chaussé du condo Twin Centro, 62 Shan gone street ou Myanmar Plaza.

Web: <http://www.yangoods.com/>

Hla Pa - Burma Boutique by HtetThit

Collection de sacs et accessoire, vente en ligne

Web : <https://www.facebook.com/HLA-PA-Burma-Boutique-by-HtetThit-415558322623600>



Amazing Grace Souvenir shop

Association à but social, on trouve des Bijoux, sacs ...

Adresse: 26/A Maggin Street, corner of Min Ye Kyaw Swar Street, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/amzgc/>



Turquoise Mountain



Organisme social qui participe à la restauration des bâtiments coloniaux avec leur programme d'instruction pour les artisans. Vous trouverez dans leur boutique de l'artisanat local : tissus, bijoux ... Belle restauration de la maison avec possibilité de voir les artisans bijoutiers à l'œuvre.

Adresse: 47B Pho Sein Street, Bahan Township, Yangon, Myanmar

Web: <https://www.turquoisemountain.org/myanmar>

Facebook : <https://www.facebook.com/turquoisemountainmyanmar/>

- **Bijoux et pierres précieuses**

La Birmanie est connue pour ses mines de Jade et de Rubis. Avant tout achat de pierres précieuses d'un prix au-dessus de 500 USD, vous avez intérêt à faire expertiser votre futur achat par un expert.

Depuis le coup d'état, l'achat de jade ou rubis Birman est controversé.

MACLE

Laboratoire d'expertise

Adresse : No. 162, East Wing, Bogyoke Aung San Market, Yangon, Myanmar (Birmanie)

Téléphone : +95 9 732 39205

Facebook: <https://www.facebook.com/macle2016/>

Expert en jade : Naing Naing Oo

Homme disponible et qui partage volontiers ses connaissances sur le jade.

Adresse: Stand Heyday, No 108 Nawarat Hall in Bogyoke market.

Mail: heyday.naing@gmail.com

SP gem

Chaîne de bijouteries.

Web: <https://spgems-myanmar.com/>

Facebook : <https://www.facebook.com/SPGemsMyanmar>



Mia Ruby

Adresse: 79, Pansodan Street



Facebook: <https://www.facebook.com/miaruby.co/>

Téléphone: 09 253 675 518

My-Hoy Gem and Jewelry shop

Adresse: 25-26, Nawarat Building, top flor

Facebook: <https://www.facebook.com/myhoyagems/>

Téléphone: 09502 87 25

2 - BEAUTÉ ET BIEN-ÊTRE

Flamingo Spa

Adresse: 50/60 Thanlwin road (corner of Aung Min Gaung Street 1), Yangon

<https://www.facebook.com/spaflamingo>

Téléphone: 09 254 03 99 93

Vous pouvez également aller chez **Yangon Sanctuary Spa**, chaîne présente dans plusieurs centres commerciaux de Yangon.



On trouve aussi des spas dans la plupart des grands hôtels encore ouverts, tarifs beaucoup plus élevés cependant.

Hair republic

Salon de coiffure avec des standards proches des Français.

Plusieurs salons, adresse :

No.75, New University Avenue, Ou Yin St, Yangon

135 Inya Rd, Bahan, Yangon

Web : <https://www.facebook.com/hairrepublicinya>



Shunji Matsuo Myanmar

Deux coiffeurs Japonais, standard Franglais.

Ground floor, Sedona Hotel

tel: 09 777 077 309

Il existe plusieurs chaînes de coiffeurs, comme Tony Tun Tun ou Kaizen, présentes dans les centres commerciaux. Elles sont plutôt conseillées pour les hommes ou les enfants aux coupes simples.

Produits

Concernant les produits de beauté de marques connues, plusieurs sont disponibles comme **Yves rocher, l'Occitane en Provence, Clinique, Bioderma, L'Oréal, The Body Shop...**

Il existe plusieurs magasins de beauté à Rangoun, vous pourrez y retrouver des marques françaises, coréennes, du bio ou du naturel également. Pour ne citer que les principales qui se retrouvent dans plusieurs centres commerciaux ou ayant plusieurs boutiques: Beauty diaries, Clover Skin care...

3 – SPORT

- ***Golf***

Il existe plusieurs clubs de golf à Rangoun et dans le pays.

Myanmar golf club

Adresse: 9 mile, Pyay Road, Mayangone Township

Web: <https://www.1golf.eu/en/club/myanmar-golf-club/>

Téléphone: +95 1 661 702

Okkalapa golf club

Certaines organisations appellent à son boycott.

Adresse: *Se situe au coin de la rue Waizayanta et Gandama*

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/South-Okkalapa-golf-club/136431616969512>

Téléphone: 09 309 98 334

Pun Hlaing golf club

Adresse: *Hlaing Tharyar Township*

Facebook: <https://www.facebook.com/PunHlaingGolfClub>

Téléphone: 01 684 020

Royal Mingalardon

Adresse: No.3,Highway Mingalardon Garden City,Mingalardon Township, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/royalmingalardon/>

Téléphone: 09 44922 2222

Yangon city golf club

Adresse: Thiri Mingalar Road, Ywa Ma east road ward, Insein

Web: <https://www.golfasian.com/golf-courses/myanmar-golf-courses/yangon-city-golf-resort/>

- ***Salles de sport et lieu de loisirs***

Un grand nombre d'hôtels disposent de salles de sport, sauna et piscine. Les centres commerciaux ont des salles de sport bien équipées . Il existe également une chaîne de trois salles de sport Balance Fitness avec matériel et cours collectifs.

Vous pouvez acheter des vêtements de sports dans les boutiques des centres commerciaux et du matériel (ballons notamment) au Super sport Centre 35 Bogyoke Street, Yangon (01 378 985).

Le Royal sportainment Complex

Possède une patinoire et un bowling. Certaines organisations appellent à son boycott.

Adresse: Taw Win Road, Mayangon Township

Facebook: <https://www.facebook.com/royalsportainmentcomplex/>

Téléphone: 09 677 788893



Waterboom Yangon

Parc aquatique avec toboggans.

Adresse: ShuKhinThar Rangoun

Facebook: <https://www.facebook.com/yangonwaterboom>

Téléphone: 09 42108 5685



- ***Parcs à Rangoun***

Si vous voulez vous promener, courir ou pratiquer du Tai Chi . Vous pouvez aussi utiliser les installations mises à disposition pour les étirements après la course. Il est fréquent de voir des groupes de birmans se réunir pour une séance de gymnastique en plein air.

Par exemple: autour du Lac Kandawgyi ou du Lac Inya, Karaweik garden et bien-sur People's park et les jardins autour de Swedagon.

- **La course à pied**

Il y a la possibilité de s'entraîner en groupe.

Le HASH a 2 groupes différents, coureurs et marcheurs, « festif » avec des stops sur le parcours pour boire une bière. Il faut être recommandé par un membre pour participer.

Pour courir au-delà de 10km, un entraînement sérieux est nécessaire, a fortiori en Birmanie, car les conditions des courses sont assez dures : chaleur et humidité, pollution et trafic routier qui n'est pas totalement interrompu, en particulier pour le marathon de Rangoun.

- **Équitation**

Il existe un seul club d'équitation sur Rangoun mais il est possible de faire des balades à cheval dans différents endroits de la Birmanie.

Yangon Equestrian Country Club

Adresse: Pinlon Road Rangoun

Facebook: <https://www.facebook.com/YECC-Yangon-Equestrian-Country-Club-845162728981988>

Téléphone: 09 261 691 062



- **Escalade**

Il existe plusieurs lieux où faire de l'escalade sur Rangoun (Balance Fitness, Climb o'clock...).

Climb o'clock

Adresse: 13, U Pe Thin Street, (B) Ward, Thingangyun Rangoun

Facebook: <https://www.facebook.com/climboclock>

Téléphone: 09 799 879909



- **Yoga**

Il est possible de faire des séances de yoga occasionnellement au restaurant le Seeds (voir les coordonnées dans la rubrique restaurants) ou à l'Institut Français, le dimanche matin avec Nadia.

IFB

340 Pyay Road, Rangoun

4 – CULTURE

- ***Cinéma et télévision***

Les centres commerciaux ont des complexes cinématographiques qui diffusaient régulièrement des films internationaux en VO.

JCGV

Junction city et St John, dernier étage

Pour la télévision, deux opérateurs sont présents à Rangoun.

Canal+

Plusieurs bouquets sont proposés mais depuis le coup d'État, les chaînes internationales comme France 24 sont interdites.

Facebook: <https://www.facebook.com/canalplusmmfg/>

Skynet

Aucune chaîne en français mais des chaînes de sport en anglais. La qualité de réception n'est pas excellente et des séries de chiffres apparaissent sur l'écran de manière aléatoire lorsque vous regarder un match.

Facebook: <https://www.facebook.com/skynetdthofficial/>

- ***Lecture***

Médiathèque de l'Institut Français.

Emprunt de livres. Tablettes et internet sur place.

Horaires : mardi au samedi de 9h à 12h30 et de 14h à 18H

Adresse: 340 Pyay Road

Web: <https://www.ifbirmanie.org/frn/library/>

Malheureusement, beaucoup de librairies ont fermées depuis Février 2021, on peut cependant toujours en trouver dans les rues de down town, avec aussi des livres en anglais, il existe aussi les **Safari Book** dans les galeries des Marketplace de Dhamazedi road et Pyay Road.

- **Galeries d'art**

Plusieurs galeries ont fermé depuis la covid 19 et le coup d'État du 1er février 2021, cependant plusieurs galeries se créent depuis ce début d'année. Le marché de l'art évolue très vite.

Anawrahta Art Gallery

Endroit assez décentré dans Rangoun mais agréable dans un petit jardin. Le propriétaire a une belle collection personnelle qu'il a mis en valeur dans un petit musée. Il vend aussi des produits dérivés (tee shirts, housses de coussins, tasses avec des impressions de peintres birmans anciens)

Adresse : 50 Thit Yar Pin Street, Yangoun Tel : 09 260 22 33 44

anawrahtaartgallery@gmail.com

www.anawrahtaartgallery.com



Artistic Space Art gallery

Bel endroit lumineux avec un roulement tous les week-ends d'artistes plutôt modernes. Les prix sont corrects.

Adresse : Bo Myat Tun Street,

<https://www.facebook.com/people/Artistic-Space-Art-Gallery>

artisticspace2022@gmail.com

Téléphone: + 95 9 767 58 88 34



Gallery 65

Belle maison en bois, se renseigner pour les expositions temporaires.

Adresse: 65 Yam Min Gyi street, Dagon Tsp



Facebook: <https://www.facebook.com/gallery65/?rf=767335316636144>

Téléphone: 09 962 577750

Nawaday Thalar Gallery

Il faut monter deux étages et ne pas hésiter à sonner pour entrer chez ce vendeur de peinture. Toutes les oeuvres ne sont pas exposées et il faut demander à voir ce que vous aimez. Le propriétaire est un passionné qui vous montrera volontiers sa collection. Les prix sont corrects.

Adresse: Nawaday Road, Dagon Township, Yangon (Au deuxième étage)

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/Nawaday-Tharlar-Gallery/157875534395571>

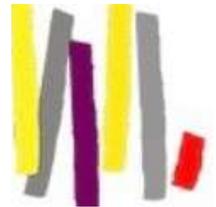
Téléphone: 09 430 97918

Trish Gallery

Adresse: Min Kyaung Street, 46A, G/F, Flat C Excellent condominium, Dagon Township, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/Yangon-Trish-Gallery-102571988912416/>

Téléphone: 09 3137 19 74



The collector Art Gallery Le propriétaire, fils et frère d'artistes peintres, organise toutes les semaines des expositions variées (maquettes, nus, paysages, portraits, aquarelles, classique, traditionnel, moderne). Il y en a pour tous les goûts et les prix sont corrects.



Adresse : 1er étage au 287/289 B Aung Kyaw Road face au secrétariat yangoun

tél: + 95 9 951 05 85 54

thecollector.artgallery@gmail.com

<https://www.facebook.com/thecollectormm>

Lokanat Gallery

Exposition d'artistes réputés, les prix sont onéreux. On peut visiter gratuitement.

Au 1^{er} étage

Adresse: 62 Pansodan Street

Facebook: <https://www.facebook.com/Lokanat-Galleries-392871644083177/>

Taw Win Art Gallery

1er étage de Bogyoke market

Bel espace. On y trouve aussi des reproductions de peintres birmans connus.

A noter que le **Musée National** est de nouveau ouvert, il y a de belles collections notamment de costumes régionaux, d'instruments de musique et le trône en or du dernier roi .

- **Cours de langue birmane**

Institut Français de Birmanie

Adresse: No.340, Pyay Road, Sanchaung Tsp. Yangon Myanmar

Téléphone: (+95) (1) 536 900 / 535 428 / 537 122

Mail: contact@ifbirmanie.org

Pour les étudiants en langue:

Téléphone: (+95) 9 26 26 11 43 8

Mail: courses@ifbirmanie.org

Web: http://institutfrançais-birmanie.com/en_US/

Cours particuliers de Birman

Pauline Khin Maung Lwin

Cours particuliers en birman et anglais.

Téléphone: 951 657 157

Mail: paulinekinnglwin@gmail.com

5 – RESTAURANTS, BAR et VIE NOCTURNE

En raison du couvre-feu en place de 00h00 à 04h00, la plupart des bars et restaurants ferment au plus tard vers 23h00, voire 23h30 pour certains.

Par exemple, le bar **club Heaven on Hearth** (No-Ga11/12, Urban Asia Center, Maha Bandula Rd,, Yangon, Myanmar) ferme vers 23h30.

A noter qu'il est parfois difficile de trouver un taxi après 23h00, surtout suivant les quartiers de départ et d'arrivée.

Il existe des clubs qui restent ouvert pendant le couvre feu, donc jusqu'à 4h00, on s'adapte !

C'est le cas du club **Fuse**, au 4^{ème} étage du Myanmar plaza, le **Novotel** organise aussi parfois des soirées DJ au bar du 4^{ème} étage pendant le couvre feu.

Babett Yangon

Situé à l'hôtel G, le restaurant dispose d'une grande salle ainsi que d'une grande terrasse très agréable, en retrait de la rue et accessible aussi pendant la saison des pluies.

La cuisine est française, mais il y a aussi à la carte une tea leaf salade qui y est très bonne, et un large choix de pizza.

La carte change assez régulièrement, en plus des suggestions du jour, c'est un des seuls endroits aujourd'hui en Birmanie où on trouve encore du fromage importé. On y propose aussi un bon choix de tapas et de cocktails.

Très bon business lunch menu pour 19.900 MMK pour 3 plats.

Adresse: 5 Alan Pya Pagoda St, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/babettyangon/>

Téléphone: 01 824 3639



Le Cellier

Restaurant situé au 14^{ème} étage du Novotel, avec une très belle terrasse et une magnifique vue sur la ville et la Pagode Shwedagon, en particulier la nuit.

Le chef est Birman, cuisine Française, mais avec des inspirations birmanes, (spécialement pour le business lunch menu), avec une très belle cave à vin.

La carte propose une grande sélection Grill mais aussi des classiques comme la soupe à l'oignon, Bouillabaisse, bœuf bourguignon...

Le chef propose aussi des menus dégustations, compter entre 40 et 120 USD suivant le menu et le nombre de plats, ainsi qu'un business lunch menu à 15 USD pour 2 plats, 20 USD pour 3 plats.

Le cellier propose aussi un brunch « art of brunch » chaque samedi, 42 USD pour 2h de plats à la carte illimités + en option 15 USD pour le free flow de boisson, inclus cocktail, bière et vin.



Adresse : 459 Pyay Road, 14^{ème} étage du Novotel Yangon Max

Facebook: <https://www.facebook.com/LeCellierYangon/>

Téléphone : 01 230 585837

A noter que le Novotel propose aussi un family brunch buffet au restaurant the Square, chaque dimanche ainsi que des buffets sea food les vendredis et samedi soir.

SEEDS Restaurant & Lounge

Restaurant situé au bord du lac Inya, le cadre est magnifique, tout particulièrement pour admirer le coucher de soleil.

Le chef est Suisse, la cuisine est fusion, internationale et birmane.

Le restaurant propose un très bon business lunch menu, disponible aussi le week-end pour 25 USD, avec amuse-bouche, entrée, plat et dessert.

Le dimanche soir, il propose aussi régulièrement en saison sèche des soirées « sunset » dans le jardin du restaurant, avec DJ, 25 USD pour 5 verres (y compris vin et cocktail) et free flow de canapé et BBQ pendant 2 h.

Adresse : No.63A, U Tun Nyein Street, Ward 10, Mayangone Township

Facebook: <https://www.facebook.com/seedsyangon>

Téléphone : 09 972 784841



O'THENTIC crêperie

Cuisinier français, le restaurant se situe derrière le Bogyoke marché. Il suffit d'emprunter une passerelle piétonne qui traverse le chemin de fer circulaire. C'est un bon endroit après les emplettes au marché. Vente à emporter et en ligne.

Le restaurant propose des formules petit déjeuner ainsi qu'un business lunch menu qui change chaque semaine, 3 plats pour 12.000 MMK.

Il organise aussi très régulièrement des événements « movie night » ou « drag queen show ».

Adresse: 45 Yaw Min Gyi street, Dagon township, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/OThentic.YGN/>

Téléphone: 09 949 529 557



Shwe Sa Bwe

Restaurant d'application accueillant une trentaine d'étudiants par an . Cuisine fusion de très bonne qualité, carte variée. Le lieu est plaisant, de décoration birmane. La boulangerie française, association de formation professionnelle, s'est aussi installée dans ces lieux. Vente à l'emportée de pains et viennoiseries. Ouvert du mardi au dimanche de 11h à 21h.

Adresse : 20 Malikha Street, Rangoun

téléphone : + 95 9 42 1000 5085

<https://www.shwesabwe.net/>

Le Planteur

Chef birman, cuisine gastronomique, très bonne cave, cadre d'exception au bord du lac Inya et dans une magnifique maison ancienne.

LE PLANTEUR
YANGON - MYANMAR

Il existe une carte brasserie et un menu plus gastronomique.

Le dimanche, le restaurant organise régulièrement des BBQ pour 35 USD.

Business lunch disponible le midi en semaine à 25 USD (amuse-bouches et 3 plats), version gastro à 45 USD, disponible aussi le weekend et high tea le weekend à 29 USD.

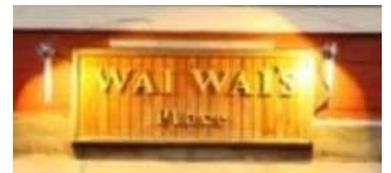
Adresse: 80 University Avenue

Web: <http://leplanteur.net/>

Téléphone: 01 51 42 30

Wai Wai's Noodle place

Restaurant Birman, Shan, les prix sont bas, la spécialité est les nouilles Shan, mais aussi des salades (ginger ou tea leaf salad y sont délicieuses) et des currys.



Vous pouvez assister à des cours de cuisine birmane, on y vend aussi des produits d'épicerie birmans pour cuisiner chez soi.

Au 1^{er} étage boutique de produits artisanaux de différentes régions. « **she creates** »

Adresse: No 283 U wizara Road Sanchaung Township, Yangon, Myanmar

Facebook: <https://www.facebook.com/waiwainoodleplace/>

Téléphone: 09 42115 0524

Burma Bistro

Cuisine birmane dans un vieux bâtiment restauré. Il faut monter l'escalier en très mauvais état et il y a deux étages de restaurant. La cuisine est bonne, les présentations soignées et le cadre moderne. Au premier étage à gauche il y a un magasin d'objets birmans de design moderne.



Adresse: 644 Corner of Merchant Road & Shwe Bon Thar Road, Yangon

Facebook: <https://www.facebook.com/theburmabistro/>

Téléphone: 09 40118 3838

Shan Kitchen

Restaurant typique de cuisine Shan, vous pouvez manger à l'étage de façon traditionnelle assis au sol ou au RDC sur des tables et des chaises à la manière d'une cantine. Les prix sont bas, c'est l'endroit idéal après les achats au Bogyoke market.

Adresse: 26/4 Nawaday Street, Dagon Township, Yangon



Rangoon Tea House

Menu birman dans un joli cadre branché, ils ont aussi de bon gâteaux et un excellent craft gin qu'on peut acheter à emporter.

<https://www.facebook.com/rangoonteahousegoldenvally/>

adresse : Inya Myaing Street



Thai 47

Très bonne cuisine Thai dans une belle maison en bois, le cadre est très agréable et le service de bonne qualité.

Il existe aussi les variations Chinese 47 et Burmese 47.

Adresse : No.308, Ahlone Road, Dagon Township, Yangon 11121, Myanmar (Birmanie)

Téléphone : +95 9 261 619 833



Chinese 47

Restaurant chinois, Dim Sun

Adresse: 91, W Shwe Gon Daing Road, Rangoun

+ 95 9 893 200 400

<https://chinese47.business.site/>

Atlas Rooftop Lounge

Magnifique rooftop bar avec une vue à 360 degré, cocktail et vin, on peut aussi y manger, plutôt snack à grignoter, mais de très bonne qualité.

Organise régulièrement des soirées jazz ou DJ le week end. Fermé pendant la saison des pluies, de Mai à Octobre en général.



Adresse : 84 Pan Hlaing Street, Sanchaung, au 12ème étage

Website : <https://www.facebook.com/atlasrooftoplounge>

Telephone : + 95 9 767 419413

Sika Lounge

Restaurant et bar sur 2 étages, au premier niveau, ambiance piano bar, au second niveau, roof top bar avec une vue magnifique sur la Pagode Shwedagon, avec DJ.

Bon cocktail et nourriture birmane et internationale avec un bon rapport qualité prix.

Adresse : Red hill tower (ou KBZ tower sur grab), 275 Pyay Road, Sanchaung au 16ème étage.

Website : <https://www.facebook.com/sikaloungeandrestaurant>

Téléphone: + 95 9 756 050233



Salween 360

Très beau roof top bar, avec une belle vue sur la Pagode Shwedagon.

Ouvert aussi pour le déjeuner, la cuisine est birmane et internationale, de bonne qualité. Très grand choix de café.

Soirées avec DJ le week end.

Adresse : 271 Bagaya Street, Parkside One Building , Yangon, Myanmar

Website : <https://www.facebook.com/salween.180.yangon>

Telephone : + 95 9 776 774058



Shan Yoe Yar

Belle maison traditionnelle refaite. Prix raisonnable. Carte de cuisine Shan. A essayer l'omelette soufflée avec des fruits de mer.

Adresse : 54, Ma Maw Hari Street Rangoun

+ 95 9 250 566 695

<https://www.facebook.com/SYYmyanmar>



Win Star – BBQ and Chinese food

Sur Sanchaung Street, presque en face de Sanchaung garden residence, on ne peut pas le rater avec sa devanture verte.

Cuisine birmane et chinoise de rue et BBQ, tout est très bons, bières et cocktail, très bon marché.

Ambiance locale, bonne musique, on peut aussi y voir les matchs de foot.

Juste un peu plus loin, il y a **Win Star Tea House**, sympa aussi, ouvert plus tôt pour le petit déjeuner, servent aussi des bières le soir.

Adresse : Sanchaung street, Yangon

Téléphone : +95 1510734

6 – VOYAGE

Actuellement, depuis le coup d'État du 1er février 2021, l'instabilité politique et les explosions quotidiennes de bombes dans tout le pays empêchent la circulation en province en toute sécurité. Les voyages ne sont pas recommandés. Il convient de suivre les recommandations faites aux voyageurs par l'Ambassade de France.

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/birmanie/>

Ananda

Voyagiste français vivant en Birmanie depuis plusieurs années. Il est diplômé de gemmologie et pourra aussi vous organiser un voyage dans la vallée des rubis à Mogok. Tous les services d'une agence de voyage: circuits sur mesure, hôtels...

Web: http://www.ananda-travel.com/FR/birmanie_voyage.htm

Facebook: <https://www.facebook.com/Ananda-Travel-Yangon-230293523792810/>

Exploration travel Myanmar

anglophone.

Agence de voyage sur mesure et possède un hôtel : LaLay lodge près de Ngapali.

www.exploration.travel

Memories group

Le groupe possède plusieurs hôtels et agences et peut organiser des voyages vers Bagan incluant le vol en ballon ou vers Kawthaung avec séjour dans leur hotel Awei Pila ou sur un voilier avec Burma boating.

Propose de bonnes offres rapport qualité prix en ce moment.

Website : <https://memoriesgroup.com/>

Facebook: <https://www.facebook.com/memoriesgroupmyanmar>



Sampan Travel

Propose des voyages sur mesure, très flexible et de très bons conseils par rapport à la situation actuelle.

Facebook : <https://www.facebook.com/SampanTravelLtd>

Website : <https://www.sampantravel.com/>

