



# KATMANDOU

**INFOS PRATIQUES, ASTUCES  
& ADRESSES SANTÉ**

# INFOS PRATIQUES NEPAL

## À SAVOIR POUR TON SÉJOUR

**LA MONNAIE  
EST LE ROUPIE**

1 EURO = 142,134 NPR

**LE DÉCALAGE  
HORAIRE AVEC  
LA FRANCE  
EST DE +5H45**

**ALCOOL/TABAC**

Leur consommation  
sont interdites dans  
certains lieux publics

**RISQUES MINEURS**

Diarrhées  
Paludisme

**CONTACTS D'URGENCE**

Contact police : 100

Contact pompier : 101

Contact ambulance : 102

**Plus d'infos sur la page pays !**

\*Cotation du 16.08.2023



# ADRESSES SANTÉ À KATMANDOU

Les adresses ci-dessous ne sont données qu'à titre indicatif. En cas de problème médical, nous vous demandons de **contacter le plateau d'assistance** qui vous enverra vers le centre médical le plus proche et le plus adapté. En cas d'urgence médicale, il est recommandé de **contacter les services d'urgence locaux** et d'informer le plateau d'assistance le plus rapidement possible.



**HÔPITAL**

CIWEC Hospital Pvt Ltd  
G.P.O. Box 12895, Kapurdhara Marg  
+977 1 4424111  
[www.ciwec-clinic.com](http://www.ciwec-clinic.com)



**HÔPITAL**

Grande City Hospital  
Jyoti Bhawan, Kantipath  
+977 1 4163500  
[www.grandecityhospital.com](http://www.grandecityhospital.com)



**HÔPITAL**

Norvic International Hospital  
Opposite Maternity Hospital  
+977 1 4258554  
[www.norvichospital.com](http://www.norvichospital.com)



**HOPITAL**

Venus International Hospital  
Devkota Sadak  
+977 1 4490333

# QUE FAIRE À KATMANDOU

## VISITER DURBAR SQUARE

Cette place historique abrite de nombreux temples et palais, avec une architecture incroyable. Vous pouvez également y voir la Kumari Chowk, la résidence de la déesse vivante Kumari.

## LE TEMPLE DE PASHUPATINATH

Le temple de Pashupatinath est un lieu de crémation pour les hindous. Il est inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1979 en tant que site culturel.

## LE TEMPLE DE BUDHANILKANTHA

Ce temple hindou abrite une statue géante de Vishnu couché sur un lit de serpents. C'est un lieu de pèlerinage populaire pour les fidèles et les touristes.

## FAIRE UNE EXCURSION AU MONASTÈRE DE KOPAN

Ce monastère bouddhiste offre un endroit paisible pour méditer et se détendre. Vous pouvez également y participer à des retraites spirituelles.

## FAIRE UNE EXCURSION À NAGARKOT

Nagarkot offre une vue imprenable sur l'Himalaya, en particulier lors du lever ou du coucher du soleil. C'est également un lieu de départ pour des randonnées dans les collines environnantes.

# LE NEPAL AVEC LA #GOBYAVAFAMILY



## MAYA CROUZET

MAYA NOUS DÉVOILLE SON RÉCIT, SES  
CONSEILS AINSI QUE SES ASTUCES POUR  
UN TOUR DU MONDE EN SOLO.

[@MAYACROUZET](https://www.instagram.com/mayacrouzet)

SUIS SES AVENTURES !