

MES BEAUX DÉTOURS

DES NÉONS DE BANGKOK AU SILENCE DES ÎLES

THAÏLANDE

Bangkok, Koh Kood & îles préservées

Le matin appartient aux temples ; le soir, aux marchés et aux lumières de la ville.

ASIE DU SUD-EST

RÉCIT & ITINÉRAIRE · 2026



ENTRER DANS LE VOYAGE

Des néons de Bangkok au silence des îles

La Thaïlande accueille d'abord dans le tumulte délicieux de Bangkok : klaxons, marchés, temples et parfums de cuisine de rue. Puis le rythme ralentit. L'eau devient plus claire, les chemins plus calmes et les soirées se terminent pieds nus. Ce voyage relie ces deux énergies sans choisir entre elles.

“ Le matin appartient aux temples ; le soir, aux marchés et aux lumières de la ville. ”

Avant que l'aventure commence

Quelques repères pour partir l'esprit libre. Ils accompagnent le récit sans jamais remplacer la part d'imprévu qui fait la beauté du voyage.

01

Visa : aucun visa nécessaire pour les ressortissants français pour un séjour touristique de moins de 60 jours.

02

TDAC : la Thailand Digital Arrival Card est obligatoire. Elle doit être remplie gratuitement sur tdac.immigration.go.th dans les trois jours précédant l'arrivée.

03

Passeport : valide 6 mois minimum après la date d'entrée sur le territoire.

04

Monnaie : baht thaïlandais (THB). 1 € ≈ 38–42 THB (selon taux).

05

Santé : aucun vaccin obligatoire (sauf fièvre jaune si provenance d'une zone endémique). Vaccins recommandés : hépatite A, typhoïde, DTP à jour.

06

Eau : ne pas boire l'eau du robinet, privilégiez l'eau en bouteille capsulée.

07

□ Décalage horaire : UTC+7 toute l'année (pas de changement d'heure). Décalage avec la France de +6h en hiver et +5h en été (quand il est midi à Paris en hiver, il est 18h à Bangkok).

08

Sécurité : pays globalement sûr pour les touristes, criminalité violente rare. Le vrai point de vigilance concerne les arnaques (faux guides, tuk-tuks qui font des détours, "temple fermé" près du Grand Palais, jet-skis avec fausses réclamations de dommages, casinos de rue illégaux).

09

Langues : le thaï est la langue officielle. L'anglais est assez répandu à Bangkok et dans les zones très touristiques (hôtels, restaurants pour visiteurs, îles), mais reste limité dans les zones plus reculées ou chez les chauffeurs/vendeurs locaux

Mise à jour : formalités contrôlées le 23 août 2026. Les règles, tarifs, horaires et taux de change peuvent évoluer ; vérifiez-les toujours avant de réserver.

Premiers mots, premiers sourires

Bonjour : Sawasdee khrap (homme) / Sawasdee ka (femme)

Merci : Khop khun khrap / khop khun ka

Oui / Non : Chai / Mai chai

Combien ? : Tao-rai ?

C'est cher ! : Paeng !

L'addition : Check bin

Délicieux : Aroi

Les alliées de route

Grab / Bolt : pour les taxis et VTC (Grab est partout, Bolt souvent moins cher).

Google Maps : indispensable pour s'orienter (téléchargez la carte hors ligne).

Google Translate : avec le pack thaï en hors ligne.

12Go Asia : pour réserver trains, bus, ferries et transferts.

Klook / GetYourGuide : pour activités et excursions.

Wise / Revolut : pour payer et retirer sans frais excessifs.

Airalo : pour une eSIM data dès l'arrivée.

Agoda : la référence locale pour l'hébergement en Asie du Sud-Est, souvent avec de meilleurs tarifs qu'ailleurs sur les hôtels thaïlandais.

Line Man : équivalent local d'Uber Eats, très utilisé pour la livraison de repas à Bangkok, pratique un soir de flemme depuis l'hôtel.

Tourist Police Thailand (ou simplement enregistrer le 1155) : hotline officielle multilingue en cas d'arnaque, de vol ou de problème sur place.

Le premier frisson du départ

Départ de Lyon/Genève vers l'aéroport de Doha en vol direct pour une durée moyenne de ~6 h puis de Doha vers Bangkok ~7h selon la compagnie (Qatar, Emirates). Budget vols : comptez entre 600 € et 800 € aller-retour par personne avec bagages inclus en réservant à l'avance. J'ai pour habitude de réserver tous mes vols via le site Skyscanner.fr

Le fil de l'aventure

14 jours/13 nuits sur place : Bangkok (3 nuits) – Koh Kood (4 nuits) – Koh Chang (4 nuits) Bangkok (1 nuit)

Pourquoi ce choix ?

Cet itinéraire privilégie des îles moins touristiques que les classiques Koh Samui ou Phuket. La province de Trat, à l'est de la Thaïlande, regroupe trois îles magnifiques :

Koh Kood : la plus éloignée, préservée, avec des plages de sable blanc et peu de monde.

Koh Chang : plus grande, plus animée, mais encore authentique.

Koh Mak : la plus petite, idéale pour un séjour calme

Ce circuit est parfait pour ceux qui cherchent détente, nature et authenticité, loin des foules.

Le voyage, chapitre après chapitre

ÉTAPE 01

Arrivée à Bangkok, une ville qui ne dort jamais, où les gratte-ciels côtoient les temples millénaires, les marchés de rue animés et les rooftops chic.

Arrivée à l'aéroport de Suvarnabhumi (le plus grand des deux aéroports de Bangkok). Réservez à l'avance un chauffeur privé (via Booking, Klook, etc.) ou téléchargez Grab une fois sur place pour un transfert rapide à tarif raisonnable.

L'adresse où poser ses valises

Amara Bangkok (quartier Silom), hôtel moderne et élégant, situé à proximité du BTS Sala Daeng.

Chambres spacieuses, rooftop avec piscine, petit-déjeuner varié.

Check-in, puis première immersion dans la capitale : balade digestive à pied jusqu'au Lumpini Park (le grand poumon vert de Bangkok, à 10-15 min de l'hôtel) pour se dégourdir les jambes après le vol

À la nuit tombée

dîner de street food le long de Silom Soi 20 ou Convent Road, réputée pour ses étals de nuit très fréquentés par les locaux.

ÉTAPE 02

Temples & Marchés de Bangkok

Au réveil

visite des temples emblématiques :

The Grand Palace & Wat Phra Kaew (temple du Bouddha d'Émeraude) : entrée 500 THB (~13 €).

Wat Pho : temple du Bouddha Couché, entrée 300 THB (~8 €).

Wat Arun (temple de l'Aube) : entrée 200 THB (~5 €).

Quand la journée s'étire

détente avec un massage thaï traditionnel (1h à 2h, entre 6 et 10 € selon les lieux, vous en trouverez un peu partout).

À la nuit tombée

balade à Chinatown (quartier chinois) dans les rues animées, puis direction le Jodd Fairs Night Market pour une ambiance street food et shopping.

ÉTAPE 03

Bangkok : Cafés, Rooftops & Marché Flottant

Au réveil

café chez Arabica Empire Tower (vue panoramique) ou dans un autre café de votre choix.

À l'heure du déjeuner

visite du marché flottant de Khlong Lat Mayom (authentique, moins touristique que Damnoen Saduak).

Quand la journée s'étire

After the Rain Café, café-concept situé à environ 1 h 30 de Bangkok, au cœur d'une zone de mangroves et de canaux. L'expérience commence par un tour en petite barque à travers les canaux bordés de végétation, jusqu'à un petit îlot où se trouve le café. Sur place, vous pourrez déguster des brunchs, des bowls, des smoothies et des cafés spécialités dans un cadre très « instagrammable », avec des décors en bois, des balançoires et des vues sur l'eau.

À la nuit tombée

dîner chez Hotaru 119 (Sanampao), restaurant japonais raffiné. Pensez à réserver sur leur site : un acompte est demandé, mais l'expérience vaut vraiment le coût. Hotaru 119 propose une cuisine japonaise créative, avec des sashimis ultra-frais, des plats signatures et un service très soigné. Comptez entre 40 et 50 € par personne selon vos choix



ÉCHAPPÉE 1

Temples et marchés : Bangkok se découvre dans le mouvement.

ÉTAPE 04

Bangkok → Koh Kood

Place aux belles îles de Trat ! La province de Trat, située à l'est de la Thaïlande, abrite trois îles principales : Koh Chang, Koh Mak et Koh Kood. J'ai uniquement fait Koh Kood et Koh Chang, mais vous pouvez ajouter 1 ou 2 nuits à Koh Mak.

Pour se déplacer sur les îles : location de scooter ou chauffeur privé via l'hôtel. Exemple : un après-midi, j'ai pris un chauffeur pendant 5h pour visiter l'île à mon rythme : 44 €.

Transfert Bangkok → Koh Kood :

J'ai contacté Jakkrit Srisuk (+66 99 391 6178 sur WhatsApp), un chauffeur trouvé via un groupe Facebook. Service parfait, je pèse mes mots !

Options pour rejoindre Koh Kood :

Chauffeur privé (confort, porte-à-porte)

Bus + ferry (plus long, plus économique)

Vol vers l'aéroport de Trat + taxi + ferry

Mon choix : chauffeur privé + ferry.

Départ tôt de Bangkok → port de Laem Sok (4h30 de route).

Ferry Boonsiri (1h de traversée) jusqu'à Koh Kood puis transfert jusqu'à votre hôtel (réservation sur 12Go Asia)

Coût total : 82 € pour la voiture + 40 € pour le ferry (à 2).

L'adresse où poser ses valises

Siam Beach Resort, prenez leur magnifique villa avec vue directe sur l'une des plus belles plages de l'île (Bang Bao Beach).

Arrivée en fin de matinée, installation, repas puis première baignade sur la plage de l'hôtel !

ÉTAPE 05

Détente & Premières Découvertes de l'Île

Au réveil

grasse matinée bien méritée après le long trajet de la veille.

À l'heure du déjeuner

déjeuner au Yak's Café Koh Kood.

Quand la journée s'étire

exploration en scooter ou avec chauffeur des plages voisines :

Klong Chao Beach : la plage la plus emblématique et animée de Koh Kood, longue bande de sable poudreux bordée de plusieurs resorts haut de gamme et de cafés

Khlong Han Beach : plus calme, parfaite pour se poser avec un livre.

*À la nuit tombée
dîner au Sea Thru Beach Club (ambiance chic-détendue, vue mer).*

ÉTAPE 06

Cascades, Cafés & Île de Ko Raet

*Au réveil
Repos, petit-déjeuner à l'hôtel*

Midi et après-midi : excursion à l'île de Ko Raet

L'île de Ko Raet est un petit joyau caché au large de Koh Kood, accessible uniquement en kayak ou en bateau privé. Cette contrainte fait tout son charme : pas de foule, pas de jetées bondées, juste vous, l'océan et une nature préservée.

Point de départ : depuis Secret Beach (plage isolée sur la côte ouest de Koh Kood) ou depuis Khlong Mad (village de pêcheurs au sud de l'île, en face de l'extrémité sud de Ko Raet).

*Le temps à se donner
environ 10–15 minutes en kayak ou en petit bateau. Demandez à votre hôtel (environ 20–40/€ pers pour l'aller-retour + attente sur place).*

Activités sur place :

Snorkeling autour du récif corallien (eaux cristallines, poissons tropicaux).

Déjeuner sur pilotis au restaurant flottant de pêcheurs : poisson frais pêché sur place, sashimi, fruits de mer grillés. Une expérience authentique et délicieuse !

Détente sur la petite plage de l'île (sable blanc, peu de monde).

*À la nuit tombée
retour à l'hôtel, dîner léger et détente sur la plage au coucher du soleil.*



ÉCHAPPÉE 2

Sur les îles, la journée se mesure à la couleur de l'eau.

ÉTAPE 07

Option 1 : Excursion à Koh Mak

Koh Mak est une île plus petite et plus calme que Koh Kood, avec une atmosphère éco-responsable (pas de voitures, peu de resorts). Si vous souhaitez y séjourner, je vous conseille d'y passer deux nuits et de choisir l'hôtel Koh Mak Trat.

Au réveil

départ en bateau privé ou excursion organisée pour visiter l'île située à environ 30 minutes en speedboat de Koh Kood.

Le passage vers la suite

depuis Bang Bao Pier ou Ao Yai Kee Pier (votre hôtel vous indiquera le point de rendez-vous exact).

Compagnies : Koh Kut Express Speedboat, Boonsiri, Seudamgo.

Le repère budget

environ 350–550 THB (10–15 €) par personne l'aller simple en ferry, ou 40–80 € pour une excursion organisée avec déjeuner inclus.

Plages à ne pas manquer :

Ao Suan Yai : longue plage de sable blanc, eaux peu profondes, idéale pour se baigner.

Ao Phrao : plage plus isolée, bordée de cocotiers, parfaite pour se poser avec un livre.

À l'heure dorée

Retour à Koh Kood en speedboat (dernier départ vers 14h30–16h selon la saison).

À la nuit tombée

Dîner léger et détente sur la plage au coucher du soleil.

Option 2 : Journée 100% Koh Kood – pour ceux qui préfèrent rester sur l'île et profiter sans contrainte.

Au réveil

Cascade & Café de Charme

8h30 : départ pour la cascade de Klong Yai Kee

Activité : baignade dans les bassins naturels, balade dans la jungle, photos dans un cadre verdoyant.

À l'heure du déjeuner

pause méritée chez Gathi Café (cadre tropical, brunchs délicieux, coins photo instagrammables).

Quand la journée s'étire

baignade sur la plage d'Ao Noi Beach (petite crique intimiste, eaux turquoise, peu fréquentée).

À la nuit tombée

dernier coucher de soleil sur la plage de l'hôtel, préparation des valises pour le départ du lendemain.

ÉTAPE 08

Koh Kood → Koh Chang

Départ pour Koh Chang en ferry. Demandez à votre hôtel d'organiser le transfert jusqu'au port d'Ao Salat et de réserver les billets auprès de la compagnie Boonsiri (1h30 de traversée). Vous pouvez également réserver vous-même sur 12Go Asia avec option transfert direct à l'hôtel à l'arrivée. Coût : 55 € pour 2.

Installation à l'hôtel dans la matinée, puis repas et détente sur la plage de votre hôtel l'après-midi.

L'adresse où poser ses valises

Aana Resort & Villas, resort de charme avec villas privées, piscine et vue mer.

Cadre paisible, personnel adorable, petits-déjeuners délicieux.

À la nuit tombée

dîner au Lisca Beach Restaurant (cuisine thaï, vue mer, ambiance détendue) ou directement à votre hôtel.

ÉTAPE 09

Plages & Coucher de Soleil

Au réveil

exploration de Wai Chaek Beach, longue plage de sable fin située sur la côte ouest de Koh Chang.

À l'heure du déjeuner

déjeuner au Fig Café (brunchs délicieux, café specialty, cadre branché).

Quand la journée s'étire

Baignade à White Sand Beach, plage la plus connue de Koh Chang. Elle s'étend sur plusieurs kilomètres le long de la côte ouest et doit son nom à son sable blanc et fin.

À la nuit tombée

dîner au Koh Chang Seafood (fruits de mer frais, prix raisonnables, ambiance locale).

ÉTAPE 10

Excursion en Kayak & Îles Voisines

Au réveil

excursion en kayak pour explorer les îles voisines :

Koh Mun Nai : îlot inhabité accessible en kayak, plage de sable blanc, eaux cristallines.

Koh Ngam Beach : petite île avec une plage isolée, parfaite pour un pique-nique.

Le conseil de Marie

location de kayak depuis votre hôtel ou un prestataire local (environ 10–15 €/jour).

À l'heure du déjeuner

pique-nique sur l'une des îles (prévoyez de l'eau et des snacks)

Après-midi et soirée : retour à Koh Chang, temps libre pour se reposer ou profiter de la plage de l'hôtel. Dîner léger



ÉCHAPPÉE 3

La ville retrouve ses lumières quand la nuit tombe.

ÉTAPE 11

Mangrove Forest & Dernier Coucher de Soleil

Au réveil

Se rendre dans la Mangrove Forest (forêt de mangroves) de Koh Chang.

Activité : balade en bateau à travers les canaux bordés de mangroves, observation de la faune locale (oiseaux, crabes, poissons).

À l'heure du déjeuner

déjeuner dans un restaurant local près de la mangrove (cuisine thaï authentique).

Quand la journée s'étire

dernière après-midi détente sur la plage de Klong Prao Beach, cocotiers, idéale pour un coucher de soleil.

À la nuit tombée

dîner sur l'île Thai Food Restaurant ou à votre hôtel selon vos envies.

ÉTAPE 12

Dernière journée sur l'île

Au réveil

Brunch chez Indie Beach Bungalow : cadre bohème et détendu, cuisine maison, jus frais et spécialités locales. Parfait pour savourer une dernière matinée tranquille face à la mer.

Quand la journée s'étire

retour sur ta plage favorite de Koh Chang : baignade, lecture, sieste au soleil ou simple farniente. Profite de ces dernières heures pour recharger les batteries avant le retour.

À la nuit tombée

Dernier repas sur l'île dans un restaurant de ton choix, puis balade le long de la plage au coucher du soleil. Moment idéal pour profiter une dernière fois du bruit des vagues.

ÉTAPE 13

Koh Chang → Bangkok

Retour sur Bangkok avec notre chauffeur Jakkrit. Il est venu nous chercher à l'hôtel à 8h, a réservé le billet de ferry, a embarqué sa voiture (les véhicules se garent à l'étage inférieur du ferry), puis nous a déposés à notre dernier hôtel à Bangkok).

Coût total du trajet : 120 € (plus que correct pour ce service porte-à-porte d'une durée de 5h !).

L'adresse où poser ses valises

Avani Sukhumvit Bangkok (quartier Sukhumvit, près de On Nut), hôtel chic avec vue panoramique sur la ville. Chambres design, piscine à débordement au 33^e étage, accès direct au BTS.

Quand la journée s'étire

shopping et achats de souvenirs à l'IconSiam, un des malls les plus impressionnants de Bangkok, situé sur les rives du fleuve Chao Phraya. Il mêle luxe, gastronomie et expériences culturelles. Au rez-de-chaussée,

le « Siam Sindhorn » reconstitue un marché flottant intérieur avec des stands de street food et des artisans.

À la nuit tombée

dîner à Le Du Kaan, rooftop avec vue imprenable sur la skyline de Bangkok.

ÉTAPE 14

Vol Retour

Vol retour en direction de Doha, puis Genève/Lyon.

À garder en tête

Itinéraire : ~2300 – 2700 € par personne selon le niveau d'hôtels, le mode de transport entre les îles, les restaurants et les activités choisies. Cet itinéraire reste plus premium que "backpacker", mais très cohérent pour un voyage confortable, varié et hors des sentiers battus.

Ce que le voyage laisse en bouche

Pad Thaï : nouilles de riz sautées, crevettes ou poulet, cacahuètes et citron vert — le plat le plus emblématique du pays.

Tom Yum Goong : soupe acidulée et épicée aux crevettes, citronnelle et galanga — un choc de saveurs incontournable.

Som Tam : salade de papaye verte pilée, pimentée et acidulée, spécialité du nord-est (Isaan).

Massaman Curry : curry doux et onctueux d'influence indienne/malaise, souvent au bœuf ou au poulet, moins épicé que les autres curries thaï.

Kai Yang / Moo Ping : poulet ou porc grillé mariné, souvent vendu en brochettes dans la rue.

Khao Pad : riz frit thaï, simple et réconfortant, décliné avec crevettes, poulet ou ananas.

Mango Sticky Rice (Khao Niew Mamuang) : riz gluant sucré au lait de coco et mangue fraîche — LE dessert à ne pas manquer.

Satay : brochettes de viande marinée grillées, servies avec sauce cacahuète.

Tod Mun Pla : galettes de poisson épicées, croustillantes à l'extérieur et moelleuses à l'intérieur.

Pad Kra Pao : porc ou poulet sauté au basilic thaï et piment, servi avec un œuf au plat sur du riz — un classique du quotidien.

Thai Iced Tea (Cha Yen) : thé glacé sucré au lait concentré, orange vif et rafraîchissant.

Fruits de mer grillés : sur les îles (Koh Kood, Koh Chang), à déguster les pieds dans le sable en fin de journée.

Dans la poche de Marie

Période idéale : la saison sèche, de novembre à avril, est idéale pour Bangkok et les îles de l'est (Koh Kood, Koh Chang, Koh Mak) — ciel dégagé, mer calme, chaleur agréable en journée (28-32°C). Évitez la mousson (juin à septembre) dans cette région spécifique, où les pluies sont fréquentes et parfois intenses, avec une mer plus agitée compliquant les traversées en ferry.

Coût de la vie : très abordable par rapport à la France — un repas de rue coûte entre 50 et 150 THB (1,50-4€), un repas au restaurant entre 200 et 400 THB (5-10€), une bière locale environ 80-120 THB (2-3€). Les hôtels et activités touristiques restent le principal poste de dépense.

Mode de déplacement en fonction des étapes : à Bangkok, BTS/MRT (métro aérien/souterrain) et Grab pour les plus longs trajets ; sur les îles (Koh Kood, Koh Chang), scooter en location ou chauffeur privé via l'hôtel, songthaew (taxi collectif) pour les trajets courts ; entre les îles, ferry ou speedboat (réservables sur 12Go Asia).

Pourboire : non obligatoire mais apprécié — arrondir l'addition au restaurant, laisser 20-50 THB pour un bon service, quelques bahts pour les bagagistes ou les masseurs.

Cash ou CB : la carte bancaire est bien acceptée à Bangkok (hôtels, malls, restaurants touristiques), mais le cash reste indispensable sur les îles, dans les marchés et pour la street food. Prévoir des retraits réguliers en liquide (les DAB appliquent souvent des frais fixes autour de 220 THB par retrait, donc mieux vaut retirer des sommes conséquentes moins souvent).

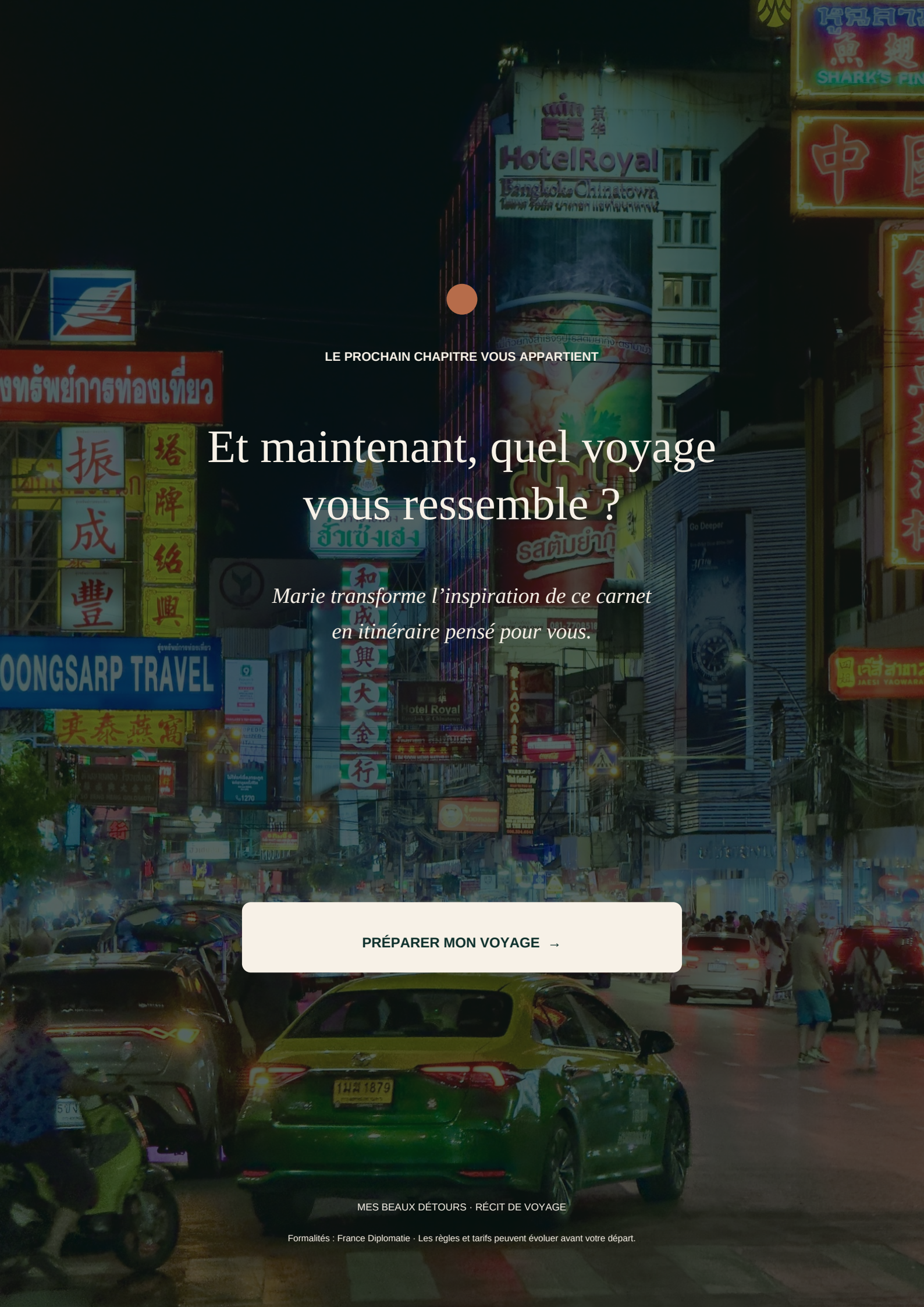
Carte SIM : eSIM (Airalo) activable avant le départ pour être connecté dès l'arrivée, ou SIM physique locale (AIS, DTAC, True) à acheter directement à l'aéroport, très abordable.

Code vestimentaire : tenue légère et décontractée au quotidien, mais épaules et genoux couverts obligatoires pour visiter les temples (Grand Palace notamment très strict, un sarong ou paréo léger dans le sac peut dépanner). Tenue de plage classique sur les îles.

Électricité : voltage 220V/50Hz, compatible avec les appareils français. Prises hybrides acceptant plusieurs standards (Type A, B, C, F, O) — un adaptateur simple (type C européen classique) fonctionne dans la plupart des prises, mais prévoir un adaptateur universel pour plus de sécurité.

Drone : très contraignant pour les touristes — double enregistrement obligatoire auprès du NBTC (équipement radio, dans les 30 jours suivant l'acquisition) et du CAAT (pilote, via le portail UAS Portal, nécessite un numéro de téléphone thaïlandais et une assurance responsabilité civile d'au moins 1 000 000 THB), avec un délai de traitement pouvant aller jusqu'à 14 jours. Aucune exemption pour les touristes ni pour un usage récréatif court séjour. Sauf préparation administrative sérieuse en amont, mieux vaut renoncer à emporter un drone pour ce voyage.

La Thaïlande est bien plus qu'une destination : c'est une invitation à ralentir, à savourer chaque instant, à se laisser porter par la douceur de vie locale et la beauté des paysages. Entre temples millénaires, îles de carte postale et rencontres authentiques, ce voyage laisse des souvenirs gravés pour toujours.



LE PROCHAIN CHAPITRE VOUS APPARTIENT

Et maintenant, quel voyage vous ressemble ?

Marie transforme l'inspiration de ce carnet en itinéraire pensé pour vous.

PRÉPARER MON VOYAGE →

MES BEAUX DÉTOURS - RÉCIT DE VOYAGE

Formalités : France Diplomatie - Les règles et tarifs peuvent évoluer avant votre départ.