AFRIQUE UNIE · CARNET DE VOYAGE

Burundi en 9 jours : l'itinéraire jour par jour

Le Burundi se découvre en un peu plus d'une semaine : les plages du lac Tanganyika à Bujumbura, les collines verdoyantes du centre, les tambours sacrés de Gishora près de Gitega, puis le sud, avec les chutes de Karera, la source la plus méridionale du Nil et la rive du lac à Rumonge. La frontière avec la RDC, le nord-ouest et une grande partie de la forêt de la Kibira étant formellement déconseillés ou déconseillés sauf raison impérative, l'itinéraire reste dans le centre et le sud, en vigilance renforcée. Vérifiez les conseils officiels aux voyageurs de votre pays avant le départ.

Jour par jour

Jours 1-2 · Bujumbura, au bord du lac Tanganyika (nuit : Bujumbura)
Une fois arrivé à Bujumbura, installez-vous au calme et profitez de la vue sur le lac Tanganyika, l'un des plus profonds du monde, avec les montagnes de la RDC en toile de fond. Le lendemain, passez la matinée sur une plage du lac, comme celle de Saga, sans vous baigner : les autorités le déconseillent à cause des crocodiles et des hippopotames. Visitez ensuite le centre-ville et son marché. Une courte excursion vers le sud mène à Mugere, où une pierre rappelle le séjour de Livingstone et de Stanley en novembre 1871, quelques jours après leur célèbre rencontre à Ujiji, en Tanzanie. Les autorités françaises recommandent de se déplacer en voiture, même en centre-ville, et d'éviter certains quartiers périphériques à la nuit tombée. Ne vous rendez pas dans la réserve de la Rusizi ni sur la route de Gatumba, formellement déconseillées.

Jour 3 · Par les collines jusqu'à Gitega (nuit : Gitega)
Quittez le lac pour monter vers l'intérieur par la route nationale qui passe par Bugarama et Muramvya : environ cent kilomètres et deux heures et demie à trois heures de route, avec des virages et des camions. Le paysage change vite : collines couvertes de bananeraies, de champs et de théiers, villages perchés et marchés animés au bord de la route. Gitega, devenue capitale politique du pays, est une ville tranquille et agréable, à environ 1 500 mètres d'altitude, où l'air est plus frais. En fin d'après-midi, visitez le musée national, qui présente l'histoire de la monarchie burundaise et des objets traditionnels, puis promenez-vous dans le centre.

Jour 4 · Les tambours sacrés de Gishora (nuit : Gitega)
À quelques kilomètres au nord de Gitega, le sanctuaire de Gishora est l'un des hauts lieux de la tradition royale burundaise. Les tambours y étaient autrefois gardés pour le roi, et des batteurs perpétuent la danse rituelle au tambour royal, inscrite au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO. Assister à une démonstration, avec les tambours portés sur la tête puis frappés en cercle, est un moment fort du voyage ; renseignez-vous la veille sur les horaires. Le reste de la journée, découvrez les environs de Gitega avec un guide, ou faites une promenade dans les collines pour découvrir la vie rurale.

Jour 5 · Les chutes de Karera et la faille de Nyakazu (nuit : Rutana)
Prenez la route du sud-est vers Rutana, à environ deux heures de Gitega selon l'état de la route. Non loin de la ville, les chutes de Karera dévalent en plusieurs cascades successives au milieu d'une galerie forestière : un sentier permet de descendre jusqu'aux bassins. À proximité, la faille de Nyakazu, souvent appelée faille des Allemands, offre un panorama spectaculaire sur la vallée et, par temps clair, vers la Tanzanie. Ces deux sites figurent sur la liste indicative du patrimoine mondial. L'hébergement est simple à Rutana : réservez à l'avance et choisissez un établissement gardé, comme le recommandent les autorités.

Jour 6 · La source du Nil et Bururi (nuit : Bururi)
Cap à l'ouest vers Rutovu et le mont Kikizi, où une petite pyramide marque la source considérée comme la plus méridionale du Nil, celle de la rivière Kasumo. Le site, au milieu des collines, est modeste, mais l'idée de se tenir au départ d'un fleuve qui rejoint la Méditerranée après des milliers de kilomètres ne laisse pas indifférent. Comptez plusieurs heures de route sinueuse depuis Rutana. Continuez ensuite vers Bururi, petite ville d'altitude entourée d'une réserve forestière où l'on peut marcher avec un guide et observer des singes et des oiseaux. Arrivez avant la nuit : on ne circule pas en province après le coucher du soleil.

Jours 7-8 · Rumonge et la rive sud du lac Tanganyika (nuit : Rumonge)
Une route en descente relie Bururi à Rumonge, au bord du lac Tanganyika, en une heure environ, avec de belles vues sur l'eau. Rumonge est une petite ville de pêcheurs et de palmiers à huile. Promenez-vous sur la plage le matin pour voir rentrer les pirogues, puis consacrez l'après-midi au repos. Le lendemain, explorez la rive sud, par exemple la réserve forestière de Kigwena, l'une des dernières forêts de basse altitude du pays, où vivent des babouins, ou les plages plus calmes en direction de Nyanza-Lac. Goûtez au mukeke, poisson emblématique du lac, souvent servi grillé. Les autorités déconseillent la baignade dans le lac, en raison des hippopotames, des crocodiles et des maladies transmises par l'eau, comme la bilharziose.

Jour 9 · Retour à Bujumbura et départ (nuit : Vol retour)
Remontez vers Bujumbura par la route qui longe le lac, environ soixante-quinze kilomètres, soit une heure et demie à deux heures de trajet selon la circulation et les contrôles. La route offre de jolies vues sur les montagnes congolaises de l'autre côté de l'eau. Selon l'horaire de votre vol, profitez d'une dernière pause sur une plage de Bujumbura ou d'un dernier passage au marché pour acheter de la vannerie et des objets en bois. L'aéroport international Melchior-Ndadaye se trouve au nord de la ville : prévoyez une marge confortable, choisissez de préférence un vol qui décolle avant 21 heures, comme le recommandent les autorités françaises, et ne prenez pas la route du nord vers Cibitoke, formellement déconseillée.

Se déplacer

Le plus pratique est de louer une voiture avec chauffeur pour tout le circuit : les routes principales sont goudronnées mais sinueuses, et les autorités recommandent de ne pas rouler de nuit en province. Des pénuries de carburant ont été signalées ces derniers temps : faites le plein dès que possible et prévoyez une marge. Les minibus publics existent, mais ils sont lents et peu confortables. La seule frontière terrestre actuellement praticable est celle de la Tanzanie, la frontière rwandaise étant fermée. Vérifiez les conseils officiels aux voyageurs avant le départ.

Quand partir

La meilleure période est la grande saison sèche, de juin à septembre : les pistes sont praticables, le ciel souvent dégagé et les collines faciles à parcourir. De décembre à janvier, une courte accalmie des pluies est possible, mais les averses restent fréquentes. Le reste de l'année, en particulier de février à mai, les pluies abondantes rendent certaines routes difficiles et les sentiers glissants. Il fait chaud et humide au bord du lac, plus frais sur les hauteurs de Gitega et de Bururi.

Infos pratiques

Burundi

Formalités	Selon votre passeport : visiterafriqueunie.com/visa/burundi/
Fièvre jaune	Certificat exigé de tous les voyageurs
Paludisme	dans tout le pays
Monnaie	Franc burundais (BIF)
Langues	Kirundi, français
Prises	type C, E · indicatif +257 · UTC+2
Urgences	police 112 ou 117 · ambulance 112 · pompiers 112 ou 118
Ambassade de France	Bujumbura · +33 5 24 09 23 97

Check-list du départ

Documents

☐ Passeport valide au moins six mois après le retour, avec des pages vierges
☐ Visa ou e-visa (imprimé si demandé)
☐ Carnet de vaccination international (fièvre jaune si exigée)
☐ Attestation d'assurance voyage et numéro d'assistance
☐ Copies papier et numériques du passeport et des réservations
☐ Billets, réservations et adresses enregistrés hors ligne
☐ Permis de conduire international si vous louez un véhicule

Santé

☐ Consultation voyage faite et vaccins à jour
☐ Traitement antipaludique si votre médecin le recommande
☐ Trousse : pansements, désinfectant, antidiarrhéique, sels de réhydratation
☐ Répulsif anti-moustiques adapté aux tropiques
☐ Crème solaire, chapeau et lunettes de soleil
☐ Médicaments personnels et ordonnances

Argent et connexion

☐ Banque prévenue, carte Visa ou Mastercard (et une carte de secours)
☐ Espèces en euros ou en dollars, billets récents et en bon état
☐ eSIM ou carte SIM locale prévue
☐ Adaptateur de prise adapté au pays
☐ Batterie externe et câbles
☐ Cartes hors ligne téléchargées
☐ Application Afrique Unie installée

Dans le sac

☐ Vêtements légers et couvrants (soleil, moustiques, lieux de culte)
☐ Une polaire pour les soirées, les safaris à l'aube et l'altitude
☐ Chaussures de marche et sandales
☐ Lampe frontale
☐ Gourde (idéalement filtrante)
☐ Petit sac de jour et pochettes étanches
☐ Cadenas pour les bagages

Avant de fermer la porte

☐ Conseils aux voyageurs de votre pays relus
☐ Voyage déclaré au service consulaire de votre pays (s'il le propose)
☐ Itinéraire et contacts laissés à un proche
☐ Enregistrement en ligne fait et franchise bagages vérifiée

Carnet créé à partir de visiterafriqueunie.com/itineraires/burundi-en-9-jours/ · informations vérifiées en novembre 2026 sur les sources officielles. Les règles d'entrée, de santé et de sécurité changent : revérifiez-les avant le départ (conseils officiels de votre pays, ambassade du pays visité).