AFRIQUE UNIE · CARNET DE VOYAGE

Malawi en 11 jours : l'itinéraire jour par jour

Surnommé le cœur chaud de l'Afrique, le Malawi est un pays à taille humaine, accueillant et encore peu fréquenté. Ce circuit de onze jours descend du centre vers le sud, de Lilongwe à Blantyre : les eaux claires du lac Malawi à Cape Maclear, les hippopotames et les éléphants de Liwonde, la fraîcheur du plateau de Zomba et les sentiers du mont Mulanje, entourés de plantations de thé.

Jour par jour

Jour 1 · Arrivée à Lilongwe (nuit : Lilongwe)
Lilongwe, la capitale, est une ville étendue et verdoyante, plus administrative que touristique, mais agréable pour une première nuit. Si vous arrivez tôt, visitez le centre de la faune de Lilongwe, qui recueille et soigne des animaux sauvages au cœur d'une forêt préservée, puis flânez dans la vieille ville, autour du marché et des étals d'artisans qui vendent sculptures sur bois et objets en fil de fer. Changez de l'argent ou retirez des espèces ici : les distributeurs sont plus rares sur la suite du circuit. Faites aussi le plein du véhicule si vous conduisez, et vérifiez avec votre chauffeur la disponibilité du carburant pour les jours suivants.

Jours 2-4 · Le lac Malawi à Cape Maclear (nuit : Cape Maclear)
Comptez quatre à cinq heures de route par Dedza, dont les poteries sont réputées, puis Monkey Bay, jusqu'à Cape Maclear, village de pêcheurs au cœur du parc national du lac Malawi, classé à l'UNESCO. Le lac abrite des centaines d'espèces de poissons cichlidés aux couleurs vives, que l'on observe avec masque et tuba autour des îles, notamment Thumbi West, en kayak ou en bateau. Montez au point de vue au-dessus de la baie, et le soir, regardez les lumières des pêcheurs s'allumer sur l'eau. La bilharziose est présente dans certaines zones du lac, surtout près des roseaux et des villages : demandez conseil sur place et parlez-en à votre médecin.

Jours 5-6 · Les safaris en bateau de Liwonde (nuit : Parc de Liwonde)
Deux heures et demie à trois heures de route mènent au parc de Liwonde, le long de la rivière Shire. Le parc, géré en partenariat avec une organisation de conservation, a vu revenir les lions, les guépards et les rhinocéros noirs. L'expérience la plus marquante est le safari en bateau sur la rivière, au milieu des hippopotames, des crocodiles et des éléphants qui viennent boire sur les rives, avec une grande variété d'oiseaux. Complétez par des safaris en véhicule au lever et au coucher du soleil, et par une marche accompagnée d'un ranger. Les observations de prédateurs ne sont jamais garanties, mais les éléphants sont nombreux.

Jour 7 · Le plateau de Zomba (nuit : Zomba)
À environ une heure de route de Liwonde, Zomba fut la capitale coloniale du pays : sa vieille ville garde des bâtiments administratifs et un marché coloré. Au-dessus, le plateau de Zomba culmine à près de 2 000 mètres, couvert de forêts de pins et de cèdres, de cascades et de ruisseaux à truites. Montez en voiture ou à pied jusqu'aux points de vue de l'Empereur et de la Reine, nommés d'après des visites royales, ou jusqu'au gouffre de Chingwe, d'où le regard porte loin sur la plaine du Shire par temps clair. Dormez sur le plateau pour profiter de la fraîcheur du soir, appréciable après la chaleur de Liwonde. Les fraises du plateau sont vendues au bord de la route.

Jours 8-10 · Le mont Mulanje et les plantations de thé (nuit : Mulanje)
Environ deux heures et demie de route, par Blantyre, mènent au pied du mont Mulanje, massif granitique qui s'élève brusquement au-dessus d'un océan de plantations de thé. Depuis Likhubula, des sentiers balisés montent vers le plateau de Chambe ou de Lichenya, où des refuges permettent de dormir en altitude ; prenez obligatoirement un guide agréé et prévoyez des vêtements chauds. Le Sapitwa, point culminant à 3 002 mètres, demande deux à trois jours et une bonne condition physique. Si vous préférez rester en bas, baignez-vous au pied des cascades de Likhubula et visitez un domaine de thé, à Mulanje ou à Thyolo, pour une dégustation.

Jour 11 · Blantyre, puis le départ (nuit : Vol retour)
Une heure et demie de route environ ramène à Blantyre, la capitale économique, d'où partent les vols internationaux de l'aéroport de Chileka. Si votre vol est en fin de journée, visitez l'église Saint-Michel-et-Tous-les-Anges, construite à la fin du XIXe siècle par des missionnaires écossais et des artisans locaux, sans architecte, et la maison Mandala, plus vieux bâtiment de la ville, qui abrite une galerie et un café. Le marché de Blantyre permet d'acheter des tissus chitenje imprimés. Gardez une marge pour le trajet vers l'aéroport, à une demi-heure environ du centre.

Se déplacer

Le plus simple est une voiture avec chauffeur pour tout le circuit, ou des transferts organisés par les lodges. Les routes principales sont goudronnées mais étroites, avec des piétons, des vélos et du bétail sur la chaussée ; on roule à gauche et l'on évite absolument la conduite de nuit. Le pays connaît depuis plusieurs années de graves pénuries de carburant et de devises : en 2026, les files d'attente aux stations étaient encore fréquentes. Confiez de préférence la logistique à un prestataire local et prévoyez de la marge dans vos journées.

Quand partir

La saison sèche, de mai à octobre, est la meilleure : de mai à août, les températures sont douces et les nuits fraîches en altitude, et de septembre à octobre la faune se concentre au bord de la rivière Shire, mais la chaleur monte fortement. La saison des pluies, de novembre à avril, rend le pays très vert, mais certaines pistes deviennent difficiles et les sentiers du Mulanje glissants.

Infos pratiques

Malawi

Formalités	Selon votre passeport : visiterafriqueunie.com/visa/malawi/
Fièvre jaune	Certificat exigé si vous arrivez d'un pays à risque
Paludisme	dans tout le pays
Monnaie	Kwacha malawien (MWK)
Langues	Anglais, chichewa
Prises	type G · indicatif +265 · UTC+2
Urgences	police 997 ou 990 · ambulance 998 · pompiers 999

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/malawi-en-11-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).