

游亦有道

如何在缅甸成为负责任的游客



游客在缅行为规则建议

2017年第2版

致谢

如果没有许多个人和组织的支持，这个项目不可能实现。所以我们衷心感谢所有人 我们由衷的对安德里亚 瓦伦丁博士和来自旅游透明度同事的指导，以及为了联络其利益相关者表示感激。我们对联合国国际贸易中心对于协助我们建立和修订《游亦有道行为规则》表示感谢，同时我们对汉斯塞德尔基金会也表达最衷心感谢，该机构在2012年，首次跟我们倡导了该项目并持续合作至今。我们还要感谢缅甸负责任旅游学院，为了他们在这个项目中的精诚合作表示感谢，同时致谢的机构还有联合国儿童基金会，他们为儿童安全旅游提供了周到的建议和支持。非常感谢缅甸信息管理部所建立旅游地图，感谢凯伦·维纳莱的艺术总监，为了设计和创建此《游亦有道》规则制作字体和排版设计。向所有利益相关者：缅甸旅游联合会、缅甸旅游导游协会、克耶农村社区等许多人的宝贵反馈表示感谢。最后，我们对各种才华横溢的缅甸漫画家们表示最真诚的感谢，没有他们的视觉传达，这个项目不可能完成。他们是维基、奥披杰、鼎屯、韩磊、阿卡、莫特莫、迪哈斯柯特、德素、旗杜、魏延、税鲁。

酒店和旅游部，缅甸

建筑号33，内比都，缅甸电话

Tel: +95 67 406129, +95 67 406130, +95 67 406460, +95 67 406244

www.myanmartourism.org
mo.moht@mptmail.net.mm
mohtmail@gmail.com
director.information.moht@gmail.com

邮件地址

dosanddonsfortourists@gmail.com

第一版出版于2012年，第二版出版于2017年

支持者:



如何在缅甸成为负责任的游客

游亦有道

缅甸游亦有道规则项目

作为游客们在缅甸，可以成为负责任游客的参考框架，对此，游客《游亦有道》规则提供建议给游客，让其知道该如何负责任的游览。此规则为了尽量提高旅游业的利益，并尽量减少旅游业对环境、文化以及社会的负面影响。

在2012年，首先由酒店和旅游部采用，而现在的第二版《游亦有道》规则是旅游部采取共同合作方式的结果，参与支持方包括汉斯-塞德尔基金会、旅游透明度、缅甸负责旅游学院、以及联合国国际贸易中心，以上机构参与审查和评估的旅程。第一版《游亦有道》规则，在缅甸旅游蓄势待发的潜力发展之处推出，经过了五年，缅甸被选为旅游目的地的气势发展良好。

考虑到2017年缅甸旅游业显著增长，同时为达成缅甸作为优质可持续旅游目的地的目标，酒店和旅游部意图确保游客具有文化意识、环境意识、经济考量等方面的深思熟虑。必须减少不道德的做法并在进行旅游活动时鼓励文化尊重，安全保障，使当地人免于剥削。

因为对游客来说缅甸是新的目的地，我们必须不断体现对当地文化的尊重，提升游客的行为举止的正直感，《游亦有道》这个规则试图帮助游客在有效指导之下，成为负责任旅游的倡导和执行者。最终营造更愉快、更有意义的旅行体验。

缅甸的愿望是为了实现和达成可持续发展旅游所设定的高标准，而《游亦有道》规则项目正试图支持这种愿景的共同努力创建。

来自缅甸 酒店和旅游部 的欢迎辞

尊敬的旅客,

“敏嘎拉巴” (您好), 欢迎来到缅甸!

我们对您选择来我们国家旅游而感到真诚感谢, 所以, 我们热烈欢迎您! 我们深信您的缅甸旅游经历将成为你游历经验的个人头条。

我们旅游部希望缅甸的旅游行业可以向可持续的方式发展。在我们国家, 旅游业的增长对我们来说是重要激励, 而且我们正在建立可持续发展的管理架构以确保后代将可以享受我们的环境和文化。我们相信为了旅客所设定的《游亦有道》规则将会助于提高游客对缅甸当地复杂的情况有所了解, 同时帮助您避免产生负面旅游影响。

值此《游亦有道》第二版发布之际, 我们鼓励游客了解缅甸, 共同创造和发展负责任的旅游环境。我们希望这本小册子能够影响游客与当地和彼此之间互动的方式, 而且希望这些游客有机会充分利用这本小册中所列出的准则。在大家共同努力的情况下, 我们将携手创造游客和本土市民共享的可持续旅游经验。

我们对于您的合作表示诚意感激。

借此机会, 我们想再次热烈欢迎您来缅, 希望您在缅甸度过愉快旅程。

缅甸酒店和旅游部

我们的漫画家们

随着在上世纪三十年代缅甸第一部漫画书的出现，卡通一直在缅甸文化中存在独特吸引力。虽然漫画的工艺随着时间的推移不断变化，漫画的内容也随之改变。对缅甸漫画家们来说，用漫画创作来反映了人们的真实生活仍然重要。

在缅甸，漫画不只是个乐趣的来源，它其实也可是一个道德课题。而此《游亦有道》很荣幸有机会与缅甸不同世代和不同地区里的全缅甸漫画精英合作，为大家共同支持的未来负责任旅游事业努力。

维基从1964年开始为缅甸杂志、期刊以及报纸画漫画。他最著名的卡通人物叫 格巴夏。他是“缅甸笑声”一系列书的作者。

f 脸书地址 [facebook.com/CartoonNgweKyil/](https://www.facebook.com/CartoonNgweKyil/)

鼎屯在1971年开始漫画创作，而他最出名的卡通人物为茂迪吞（发明者先生）。他的作品包括漫画、讽刺画、插图以及动物卡通。鼎屯通常是用水彩画作为创作语言。

f 脸书地址 [facebook.com/cartoon.thithun](https://www.facebook.com/cartoon.thithun)

奥披杰从1975年开始画卡通，作为缅甸卡通画家协会的主席，他在缅甸德高望重。而他著名作品是他的讽刺卡通，通过缅甸期刊和杂志为媒体进行传播。

f 脸书地址 [facebook.com/cartoonist.apk](https://www.facebook.com/cartoonist.apk)

德素是缅甸少数女性卡通画家之一。她出生于1953年，生活在仰光。1972年，她开始为杂志和期刊画卡通，同时以社会评论方式对当地媒体做出贡献。

f 脸书地址 [facebook.com/profile.php?id=100011739211940](https://www.facebook.com/profile.php?id=100011739211940)

韩磊在缅甸东枝掸邦，为剧院画电影海报开始其艺术职业生涯。在1988年，逃离缅甸后，他开始对流亡组织贡献他的艺术创作。他近期刚返回到他的祖国后继续对当地杂志和期刊撰稿。

f 脸书地址 facebook.com/harn.lay

旗杜于1992年开始创作。他的知名漫画创作之一是‘冒险家’。他以画儿童教育卡通出名，他的卡通还有月度的缅甸英雄卡通系列、农村风俗系列以及寺庙卡通。

阿卡是在缅甸有名的卡通画家，1999年开始，他为缅甸杂志和期刊画卡通。他近期住在仰光，继续以社会评论家身份活跃在媒体界。

f 脸书地址 facebook.com/cartoon.arkar

迪哈斯柯特来自缅甸德琳达依省斯堪第村，他的漫画和视觉创作涉及多个主题，并在2001年前后逐渐见诸报端。他的工作也包含社会评论。

f 脸书地址 facebook.com/cartoon.thihaskt

莫特莫在恒得达城市长大并现居仰光。他最早将其作品发表于1995年，涉及多个缅甸期刊和杂志。他近期担任缅甸卡通协会部长。

f 脸书地址 facebook.com/moe.htetmoe.5

魏延1981年出生于东枝掸邦。他开始在1998年画画，并同年推出自己的处女作。在还没有开始自由职业之前他曾在韩国漫画公司工作了六年。他的职业范围包括报纸、期刊，以及跟非政府组织和当地商业合作。

f 脸书地址 facebook.com/100008203327139

税鲁1984年出生，近期居于仰光。他在1999年开始为杂志、期刊和报纸画漫画。在缅甸漫画受众中，他已经小有名气。

f 脸书地址 facebook.com/cartoon.shwelu

缅甸游亦有道项目	2
旅游部的函件	3
我们的卡通画家们	5
地图	8
欢迎来到缅甸	11
1. 缅甸人们都很友善，乐于助人且彬彬有礼	
2. 既然萌生旅游想法，就要乐于探索，多参与学习	
为文化鸿沟架桥	12
3. 以尊重他人的方式互动，寻求文化互动，对遇到的多样性保持宽容。	
4. 入缅甸随缅甸俗。	
5. 不管是基于愤怒还是个人所爱，突然在众人面前语言或行为激烈都让当地人看不起。	
6. 缅甸人是节日和仪式的遵从者。	
7. 学习导游和东道主的名字，力所能及学习一些当地语言	
8. 你的身体也会说话，注意肢体语言。	
请留意我们如下情况	21
9. 检阅旅行限制	
10. 游客有可能会遇到停电的情况	
进行更好的沟通	26
11. 保持微笑	
12. 互动不互怼！	
13. 聘请当地人作导游	
14. 可以讨价还价，但合理砍价。	
15. 在缅甸，小费文化不盛行，但是优劳优酬，干得好也应当小费点赞	

请帮助我们守护我们的文化和宗教遗产

33

16. 对于文物的任何移动都是对当地文化的一种威胁。所以请不要购买受国家保护的任何历史遗产和文物，哪怕别人作为礼物送给你。
17. 请不要为了镜头里的完美落日或观看视角，爬上脆弱不堪的佛寺或废墟之上。
18. 在进入任何考古、文化、精神信仰地之前，始终询问当地人许可，亦示尊重。
19. 在宗教场所严格遵守着装要求

有安全意识，有利他爱心

39

20. 不要只顾自己快乐“拍（摄）不择食”
21. 推己及人，幼吾幼及人幼
22. 别胡乱给，想想在先
23. 任何形式以及涉及任何年龄的剥削型性服务都是法令禁止的。
24. 在缅甸使用毒品是违法的
25. 请购买当地生产的食物、产品和服务

请思考绿色出行

46

26. 减少废弃物
27. 尝试多种交通方式，如 三轮车、马车、牛车 或是 自行车
28. 水是稀缺的资源
29. 请帮助我们保护我们的野生动物，拒绝购买野生动物制品。
30. 野生环境中观察野生动物。

有用的缅甸词语

54

文化节日

57

有什么需要帮忙吗？

58



LEGEND:

- ♥ Destination
- State Capital
- Border Pass
- ▲ Pyu Ancient City
- Eco Tourism

- 1 Alaungdawkathapa National Park
- 2 Chatthin Wildlife Sanctuary
- 3 Hkakaborazi National Park
- 4 Hlawga Park
- 5 Hponkanrazi Wildlife Sanctuary
- 6 Hukaung Valley Wildlife Sanctuary
- 7 Indawgyi Wildlife Sanctuary
- 8 Inlay Wetland Wildlife Sanctuary
- 9 Kyaikhtyoe Wildlife Sanctuary
- 10 Lampi Island Marine National Park
- 11 Lawkananda Wildlife Sanctuary
- 12 Mainmahla Kyun Wildlife Sanctuary
- 13 Moyungyi Wetland Wildlife Sanctuary
- 14 Natmataung National Park
- 15 Panlaung Pyadalin Cave Wildlife Sanctuary
- 16 Popa Mountain Park
- 17 Shwesettaw Wildlife Sanctuary
- 18 Thamihla Kyun Wildlife Sanctuary
- 19 Wetthikan Bird Sanctuary
- 20 Phokyar Elephant Camp
- 21 Myaing Hay Wun Elephant Camp

Kawthoung ♥ Kawthoung-Ranong

欢迎来到缅甸



1. 缅甸人们都很友善，乐于助人且彬彬有礼。



2. 既然游历，就开阔胸襟，乐于探索 and 参与。

对缅甸多元文化和传统敞开心扉

为文化鸿沟架桥

3. 用令人尊重方式互动。寻求文化交流机会同时尊重随处可见的多样性。
4. 入乡随俗。
5. 不管是因为喜还是怒，突然在公众面前勃然大怒或夸张式喜形于色，都让当地人看不起。
6. 缅甸人们喜欢节日和仪式
7. 学习导游和东道主的名字，尽可能学习一些当地语言
8. 注意自己的肢体语言。

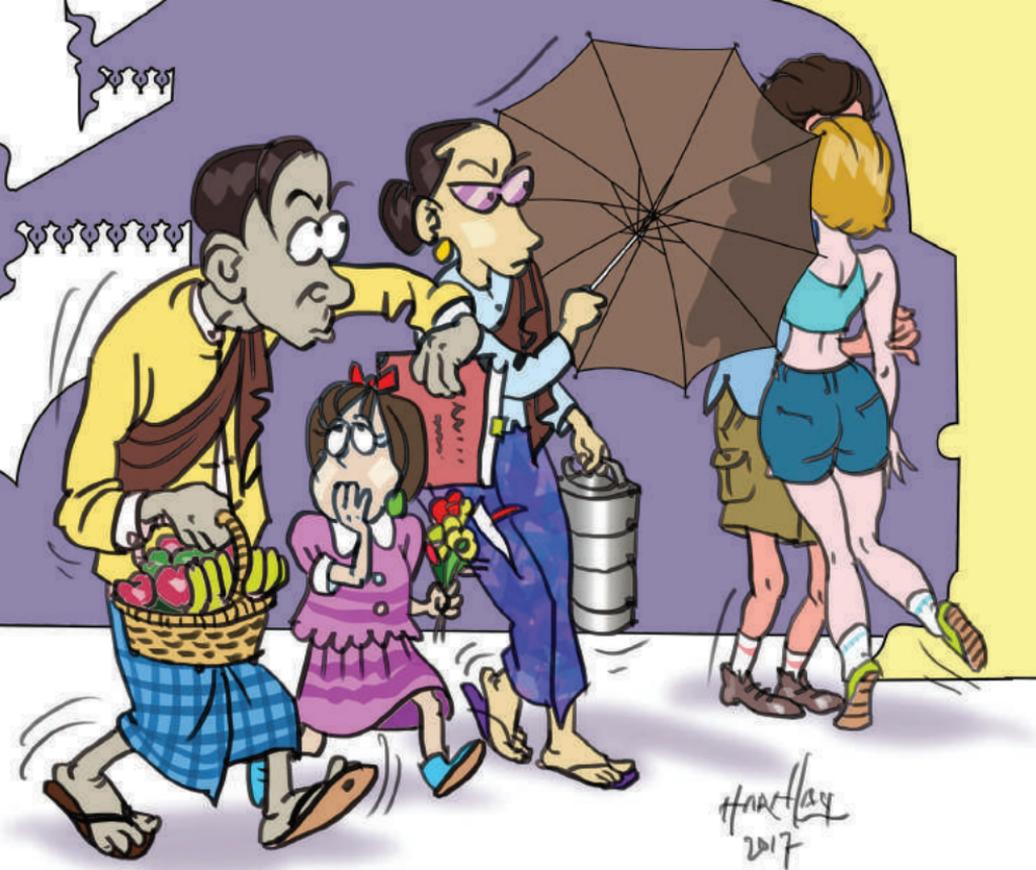


**3. 用令人尊重方式互动。
寻求文化交流机会同时尊重随处
可见的多样性。**



4. 入缅随俗。

己所不欲，勿施于人，把东道主当自己文化尊重。进屋前务必记得拖鞋。



5. 不管是因为喜还是怒，突然在公众面前勃然大怒或夸张式喜形于色，都让当地人看不起。



6. 缅甸人们喜欢节日和仪式

请参加庆祝活动。例如； 缅甸泼水节、点灯节或是克伦民族新年。请向您住的饭店或您的导游查询节日日历。



请翻到第57页以获得详细信息



7. 学习导游和东道主的名字， 尽可能学习一些当地语言

当地人对您学习本地语言的举动会大加赞赏，尽管缅甸官方语言是缅甸语，但其实这里的方言和语言多达数百种。



请翻到第54页以获得详细信息

8. 用肢体语言说话

头部

头部被认为是身体中最受尊敬的部分。如果您碰到谁的头，都会被当作是侵犯的不礼貌举动。甚至连小孩也不例外。

枕头只用来枕头，别用来当作座垫。





您的脚

请不要用您的脚指东西。在缅甸用脚指的举动被认为非常粗鲁。

当您坐的时候，您的腿不应该伸展到您面前，所以不要“箕踞而坐”，腿要盘起来。

永远不应该用脚指向一个家族祠堂圣龛或者是佛祖。

您的手

当您在给或接受的动作时，请用您的左手握住右手的前臂，然后用您的右手给或是接受。这动作表明您对东道主人家的尊重和礼貌。



请留意我们目前的情况

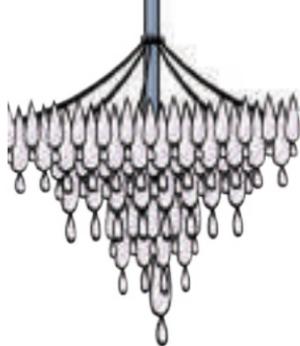
9. 检阅旅行限制
10. 游客有可能会遇到停电的情况





检阅旅行限制

请检阅旅行限制以及请远离禁区。
有些区域，完全没有人生保障。



游客有可能会遇到停电的情况

如果您遇到停电的情况 请保持耐心， 出去散散步、看看书， 或正好偷闲逛街。

停电影响每一个人，并不针对您， 来电的那一刻一起欢呼吧！





进行更好的沟通

11. 保持微笑
12. 互动而非互怼
13. 聘请当地旅游导游
14. 可以讨价还价，但别砍价太狠
15. 在缅甸，小费文化并非盛行，但是优劳优偿的“打赏原则”是对当地人勤力工作的一种鼓励

11. 保持微笑

鼓励跟当地人们沟通，游而学其思，了解当地人的生活。借旅游机会给自己补课，了解当地文化、地理、风俗习惯、历史等知识。





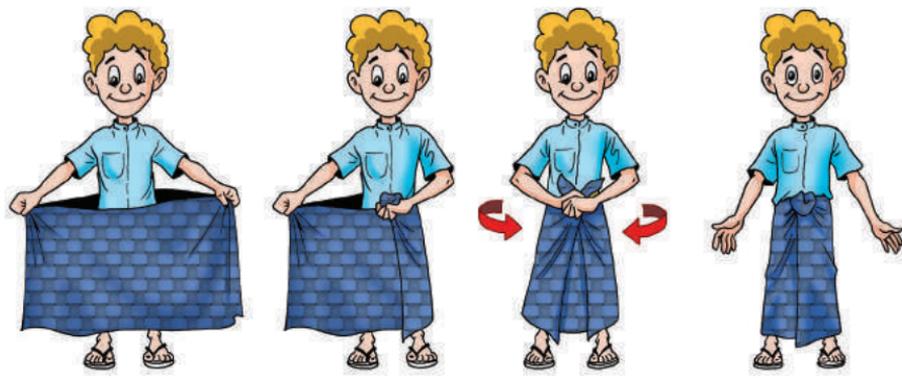
12. 要互动不互怼

请当地女性们给您看看怎么磨“檀娜卡”——一种天然树皮制成的绿色化妆品。然后请她们把磨好的“檀娜卡”涂在脸上。

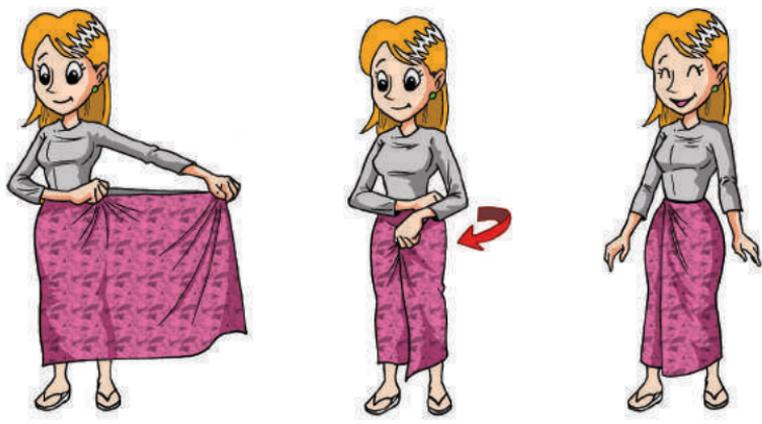
“檀娜卡”是缅甸独特的日常美学。它是把树皮磨出来的，给皮肤清凉的同时，还能有防晒的功能。

学习怎么穿 缅甸“沙龙”

男性



女性





13. 聘请 当地旅游导游

别总在旅游手册里找目的地，适当离开无所不查的手机互联网，与人沟通并获得各种旅游点介绍。



14. 可以讨价还价，但别砍价过狠

讨价还价是缅甸文化的一部分。

讨价中没有强买强卖，因此砍价不是什么大不了的事情。



15. 在缅甸，小费文化并非盛行，但是优劳优偿的“打赏原则”是对当地人勤力工作的一种鼓励。

请帮助我们保护我们的文化和宗教遗产

16. 对当地文化保护物品的任何移动都构成对当地文化的一种威胁。所以请不要购买受国家保护的任何纪念品，或是当作礼物接受。
17. 请不要为了寻求完美的日落观景位置而爬到容易崩塌而脆弱的寺庙之上。
18. 请对历史古迹表示尊重，进入任何考古、文化、精神信仰地点之前，征求当地人许可。
19. 在宗教场所格遵守具体的着装要求

16. 对当地文化保护物品的任何移动都构成对当地文化的一种威胁。所以请不要购买受国家保护的任何纪念品，或是当作礼物接受。

古董每被卖一件带出国，缅甸就失去它的一份珍贵遗产。



17. 请不要为了寻求完美的日落观景位置而爬到容易崩塌而脆弱的寺庙或废墟之上。



18. 请对历史古迹表示尊重，进入任何考古、文化、精神信仰地点之前，征求当地人许可。

例如，通常全部所有村子都会有自己珍视的物件，不可碰、不可攀爬、不可栖坐其上。对这些约定俗成之规保持尊重。





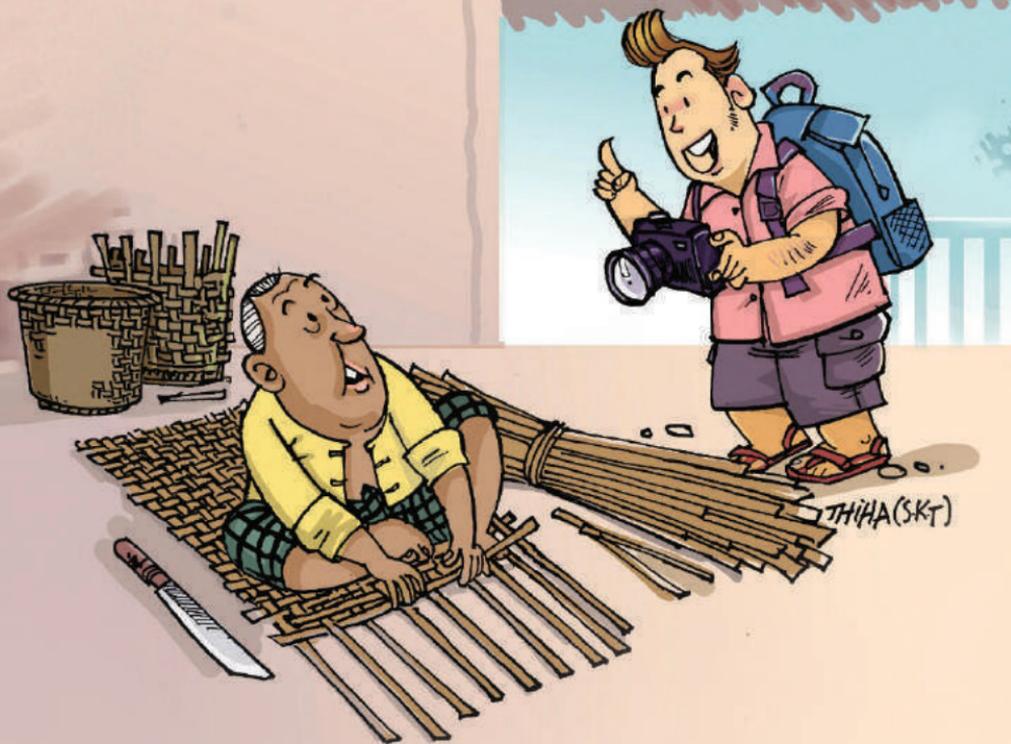


19. 在宗教场所严格遵守着装要求

在进入任何圣坛、宝塔、寺庙之前，请把鞋和袜子脱了，不要露出肩膀到膝盖。

请注意，请小心

- 20. 实践负责任的摄影
- 21. 幼吾幼及人幼
- 22. 予前深思，不要随意给出自认为合适的东西
- 23. 任何形式和任何年龄的买春都违法缅甸法律
- 24. 在缅甸使用毒品是违法的
- 25. 请购买当地生产的食物、产品和服务



20. 实践负责任的摄影

每次在拍摄照片或是摄影之前请询求同意，特别对儿童、家园、典礼仪式或是圣地。

尊重当地人，不要物化当地人，仅当作自己游历的乐子。



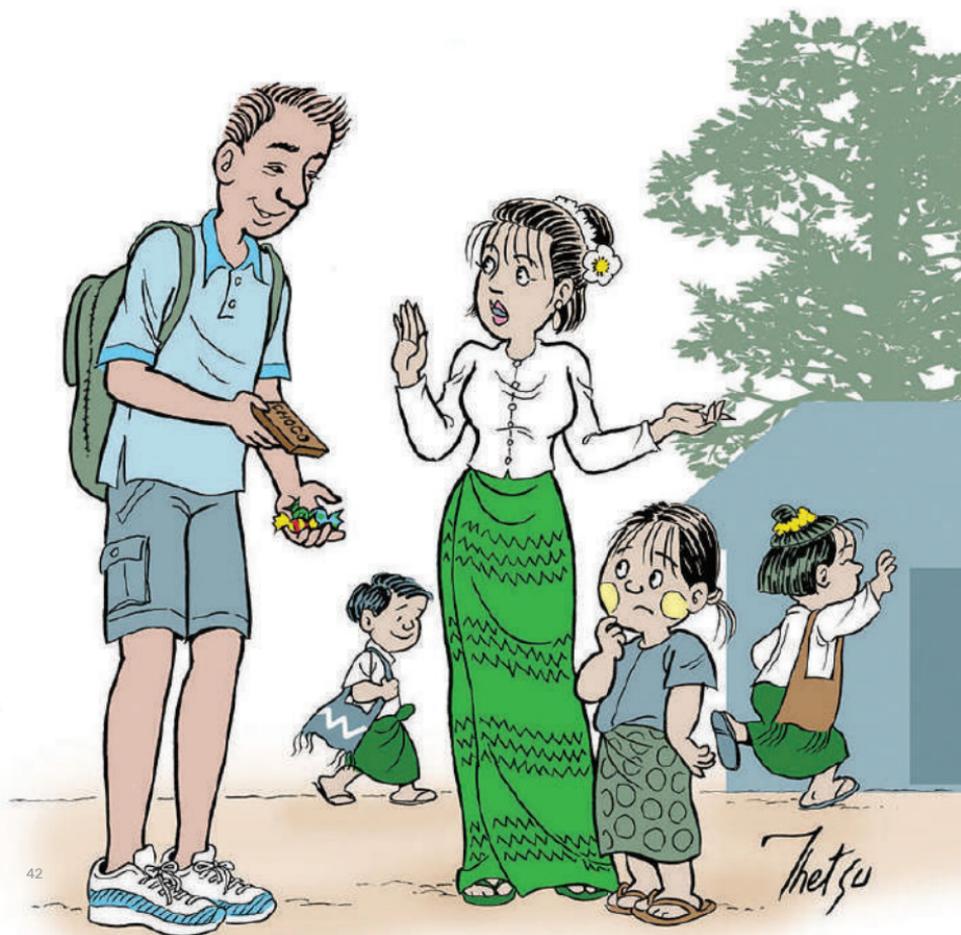
21. 幼吾幼及人幼

孩子们不是旅游景点，所以幼吾幼及人幼。别把去孤儿院当作一个“景点”。对于旅客来说，如果真要帮助当地儿童及其家庭，最好是通过授人以渔的职业培训和社区为基础的行动。

22. 予前先思

帮助社区，而不是布施个人。
直接给儿童东西或金钱，变相鼓励他们翘课
然后乞讨为生，进而造成贫困恶性循环。

 unicef.org/myanmar/protection_24167.html





23. 任何形式以及针对任何年龄人群的买春都是非法的。

24. 在缅甸使用毒品是违法的

洁身自好，不贪杯不沾毒品。





25. 请购买当地生产的食物、产品和服务

您所花费的钱将会是对社区的重要贡献。在当地菜市场购买新鲜制品，购买当地手工艺品；在当地剪头发，在街边商店买报纸。

请思考绿色

26. 减少废弃物
27. 尝试其它交通方式，如 三轮车、马车、牛车或是自行车
28. 水是稀缺的资源
29. 帮助我们保护我们的野生动物，拒绝购买任何野生动物制品。
30. 在野生环境观察野生动物。

26. 减少废弃物

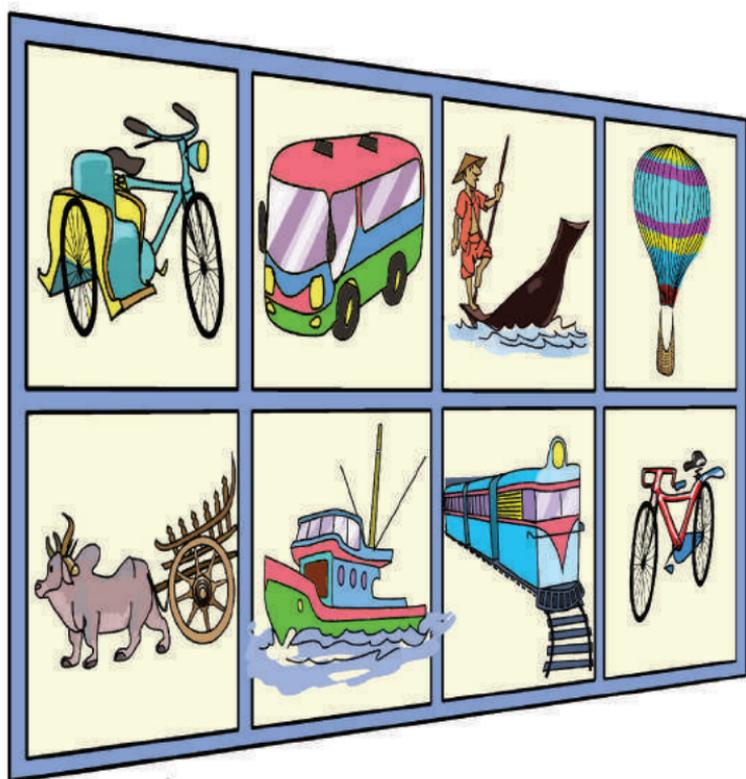
带着您自己可重复使用的水瓶来帮助减少塑胶垃圾。当购物时，请尽量减少使用商家提供的塑胶袋。

无论何地设定标杆，把垃圾往垃圾桶里丢，即便没有垃圾箱，自己把垃圾带走。



27. 尝试其它交通方式，如三轮车、马车、牛车或是自行车。

这些都是可持续的，并有利于当地。



HARILAY
2017

在仰光，用“赛嘎”穿越拥堵的交通

在“彬乌伦”，跳上火车跨越缅甸最高的“谷特”桥

在“曼德勒”踏上一辆自行车，在前往“乌本”桥（柚木桥）的路上，探索当地的村庄。在“茵莱”湖，寻找一艘独木船可作为另一种选择

跳上当地的巴士去到“帕安”。体验当地人喜闻乐见的车厢卡拉ok或是缅甸最新的肥皂剧，就像自己是个在当地生活的本地人。

在“蒲甘”，日出时坐热气球里漂浮于寺庙之上

在“印多吉”湖，划皮艇接近野生动物

从仰光乘坐当地渡轮过河，前往“德拉”。

在“格劳”穿上您的登山鞋，然后享受掸邦农村徒步远足的感觉。



 dosanddentsfortourists.com



28. 水是稀缺的资源

有些地方正在面临中度或严重性缺水的情况。请问当地有没有足够的水，因为您的旅游活动不应该对当地社区造成用水的影响。



29. 对野生动物产品说不

购买或使用濒危野生动植物产品将摧毁自然环境，并事实上鼓励非法野生动物贸易。

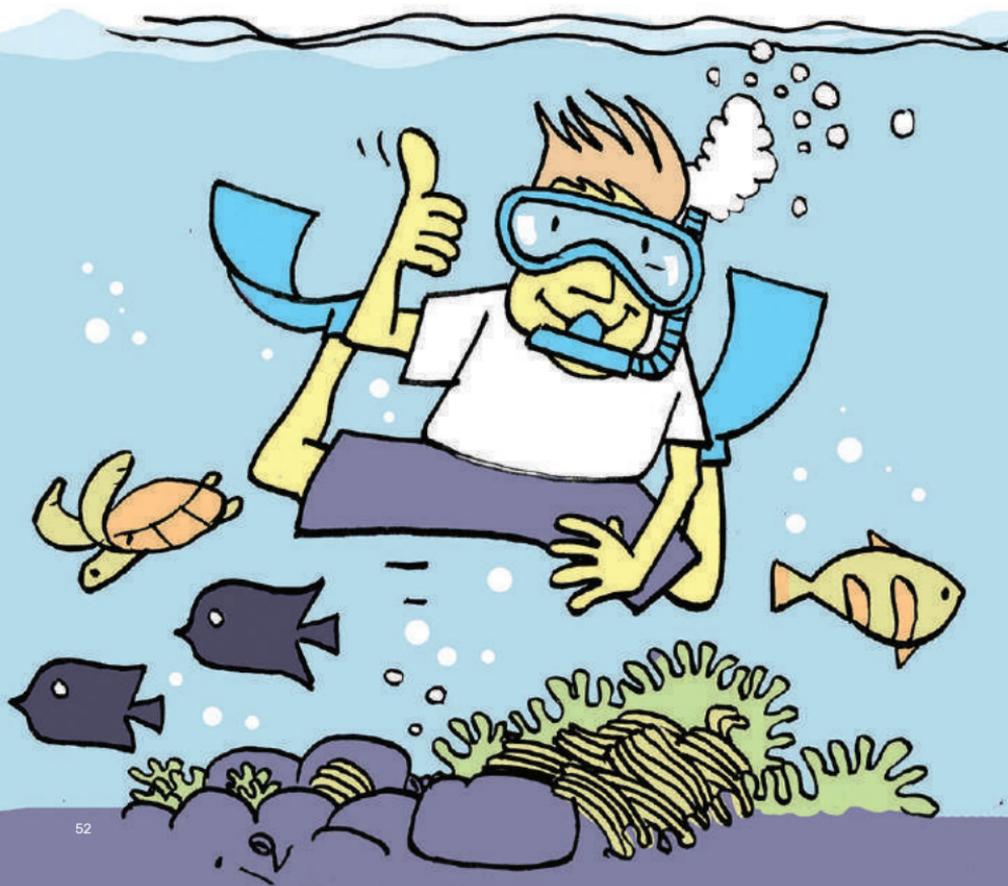
30. 在自然情境中 感受野生动物之美

永远保持距离观察。

不要喂食猴子或其他野生动物。

积极参与生态旅游的行程，但是尽可能不惊扰野生动物的自然生境。

探索自然同道中人，鼓励他们保护和野生动物的举动，特别是长期在野外工作的专业人士。



在我们国家请放松心情和享受您的假期！



林
2017



有用的缅甸词语

敏嘎拉巴

您好

မင်္ဂလာပါ။

度啊莫

再见

သွားမယ်နော်။

索以诺

对不起/不好意思

ဆေးရိုးနော်။

哪莫贝楼可勒

你叫什么名字

နာမည်ဘယ်လိုခေါ်သလဲ။

金多/金玛纳莫嘎

我的名字叫

ကျတော်/ကျမ နာမည်က...ပါ။

结素顶吧得

谢谢

ကျေးဇူးတင်ပါတယ်

亚吧得

不用谢

ရပါတယ်။

内高拉

你好吗

နေကောင်းလား။

高吧得

很好

ကောင်းပါတယ်။ ခင်ဗျား ကော။

英格类楼迪啦

你会说英语吗

အင်္ဂလိပ်လို ပြောတတ်လား။

纳莫勒不

听不懂

နားမလည်ဘူး။

方向

备嘛勒

在哪

...ဘယ်မှာလဲ။

北帕码

在左边

ဘယ်ဘက်မှာ။

尼阿帕码

在右边

ညာဘက်မှာ

得得

直走

တည့်တည့်

住宿

备嘛勒

在哪

...ဘယ်မှာလဲ။

得口刊

小宾馆

တည်းခိုခန်း။

火特

饭店

ဟိုတယ်။

系拉

有吗?

...ရှိလား။

迪要刊

单间

တစ်ယောက်ခန်း။

尼要刊

双间

နှစ်ယောက်ခန်း။

格丁尼库巴迪阿刊

双人床

ခုတ်နှစ်လုံးပါတဲ့ အခန်း။

迪尼阿/迪药 奔劳勒

一夜/ 一人多少

တစ်ည/ တစ်ယောက်

ဘယ်လောက်လဲ။

食物 和 水酒

迪库额见备乃马拉

可以给一个建议吗?

...တစ်ခုအကြံပေးနိုင်မလား။

阿夜赛

酒吧

အရက်ဆိုင်

国皮赛

咖啡店

ကော်ဖီဆိုင်

萨到赛

餐厅

စားသောက်ဆိုင်

备吧
请给
...ပေးပါ။

宝搯
买单
ဘောက်ချာ

米纽
菜单
မီနူး

得得路 萨瑟亚 系拉
有素食可以吃吗？
သက်သတ်လွတ် စားစရာ
ရှိသလား။

迪莫有嘎
瑟备谢阿萨洒嘎巴勒
当地的特色食物是什么
ဒီမြို့က ပယ်ရှယ် အစား
အစာကဘာလဲ။

七阿
干杯
ချီးယား။

紧急事件
隔巴
帮帮我
ကယ်ပါ။

度啊
走
သွား။

扩备吧
帮忙叫
...ခေါ်ပေးပါ။

萨雅温
医生
ဆရာဝန်

耶
警察
ရဲ

恩大备嘛勒
洗手间在哪？
ဆိမ်သာဘယ်မှာလဲ။

内莫高不
不舒服
နေမကောင်းဘူး။

迪马拿得
这儿痛
ဒီမှာနာတယ်။

备嘛勒
在哪？
...ဘယ်မှာလဲ။

伴
银行
ဘဏ်တိုက်။

因达尼
网络
အင်တာနက်။

国皮费
咖啡店
ကဖေး

斯
市场
ဈေး။

搜带
邮政局
စာတိုက်။

兜日用
游客办事处
တိုးရစ်ရုံး။

公共交通工具

达(毛淡棉)度啊得----拉
这是去(毛淡棉)的。。。吗?
ဒါ(မော်လမြိုင်)သွားတဲ့...လား

丁波
小船
သင်္ဘော

巴士
巴士
ဘတ်စကား

磊因
飞机
လေယာဉ်

耶塔
火车
ရထား

备前图额麻勒
什么时候开始出发
ဘယ်အချိန်ထွက်မလဲ။

(岛基) 乐莫得扫备吧
给去东枝的一张票
(တောင်ကြီး)...
လက်မှတ်တစ်စောင်ပေးပါ။

备琪恩图额马勒
什么时候开始出发
ဘယ်အချိန်ထွက်မလဲ။

阿拉
你有空出租吗?
အားလား။

阿纳摩托赛格
摩托出租车
အငှား မော်တော်ဆိုင်ကယ်

赛嘎
三轮车
ဆိုင်ကား။

得十一
打的
တက္ကစီ။

景点
(迪类萨) 普裴吧
请送我到这(地址)
(ဒီလိပ်စာ) ကိုပို့ပေးပါ။

迪嘛夜吧
请停在这
ဒီမှာရပ်ပါ။



文化节日

一月份

独立节 (国庆节)

一月四号

举行缅甸宣言 从英国独立的日期
(仰光)

“玛瑙”节庆

一月十号，“克钦”邦节庆

庆祝新年和胜利日，用传统的服装和舞蹈
(密支那，克钦邦)

二月份

华人新年

一月下旬/二月初，一天

用大龙、龙杂技以及 庙会 开始新的一年（景栋、
掸邦、全国节庆）

傣傣新年

二月十五 或 十六，一天

在克钦邦到处都过丰富多彩的节日，
如当地各种赛事、工艺品集市、服饰集市
(密支那，克钦邦)

税乌珉佛庙会

二月圆月日，一天

其节日服装、舞蹈、歌曲等民俗相关
(宾达亚，掸邦)

四月份

泼水节

四月中旬，五天

全国上下狂欢五天，被水浇透和对别人泼水是它
的节日精华所在（土瓦 以及 全国各地）

七月份

烈士日

七月 19 号

纪念昂山将军以及其他七个头领在政府独立前过渡
时期的革命功绩
(仰光)

九月份

彭都奥佛节日

十八天

全国关于佛最大的节日。在“茵莱”湖 水上，有很
多山地部落都来参加
(Inle Lake, Shan State?)

十月/十一月份

火气球节日

十月圆月日，一天

东南亚国家中最漂亮也是最危险的烟花表演，
也表示雨季结束
(马圭，缅甸中部)

棉得仑佛庆节

十月十五号 到 十一月二号，半个月

在早上点九千只蜡烛，
2000僧人齐诵佛经是节日的高潮。
(Magwe, Central Myanmar)

有什么需要帮忙吗？

普遍号码

警察
199

火
191

救护车
192

仰光 关于解决游客问题方面的警察
01 378 479
“榜搜单”路（下段）



紧急事件 号码

一般 犯罪 汇报时 请拨打
0949-555777
0949-555888

或 当占线时：
067-411316
067-411317
067-411 318

反人口贩运/ 保护儿童:

内比都
067-411313

仰光
01-544144
01-8604744

曼德勒
02-67154

更详细的 资讯请到:

[myanmartourism.org/index.php/ tourist-information/helpful-numbers](http://myanmartourism.org/index.php/tourist-information/helpful-numbers)

myanmarhotlines.com/GeneralHotlines/

我们支持负责任的旅游:



敬我文化、尊我生活、游而有道者，
在我们国家受到最诚挚欢迎。

缅甸负责任的旅游政策

为了提高缅甸独特的文化
高峰体验，设计这游亦有
道规则是为了帮助游客到
缅甸旅游时学会负责任，
尊重当地增进了解。

游亦有道

2017年第2版



tourismtransparency.org
hss.de/myanmar/en
myanmarresponsibletourism.org/
intracen.org/country/myanmar/
dosanddentsfortourists.com