La Malaisie







Contrat de Liberté

Qui sommes-nous ?

DERRIÈRE LA CAMÉRA (ET CE GUIDE)

Moi, c'est **Benjamin**. Et si tu es ici, c'est peut-être parce que tu as croisé une de mes vidéos sur la chaîne **Contrat de Liberté** (CDL).

Alors, je ne suis pas une agence mais juste un voyageur de terrain qui partage ce qu'il aurait aimé savoir avant de partir.

"Je suis avant tout un touriste de ma propre vie."

J'ai **tout quitté** pour partir en **tour du monde** avec **Anaïs**, avec un pari un peu fou en tête : transformer cette passion du voyage et de l'image en véritable métier. Ce **guide est le fruit de cette démarche.**

Ce guide n'est pas l'œuvre d'une grande agence. C'est **le travail d'une équipe complète** que j'ai fédérée autour des enjeux de contrat de liberté. Au travers de ces lignes tu retrouveras mes **conseils et astuces pour profiter de la Malaisie dans les meilleures conditions !**

Bon voyage,

Benjamin & Anaïs
Contrat de liberté



Un avant-goût de l'aventure

Envie de soutenir ce projet ?
D'autres guides?
Abonne-toi !



Mode d'Emploi

Ce fichier est interactif, clique partout !



"Message de bienvenue"

TOUT EST CLIQUABLE !

Les liens soulignés, les icônes, les images et les boutons t'emmènent directement vers les réservations ou les localisations GPS.

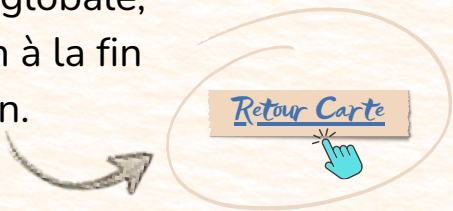
CARTE MAGIQUE

À la **page 14**, la carte est interactive. Clique sur une région pour découvrir ses secrets.

Pour revenir à la carte globale, tu trouveras un bouton à la fin de chaque région.

HORS LIGNE

Télécharge ce PDF sur ton téléphone pour y accéder même au milieu de la jungle.





Mon icône "Coup de Cœur"

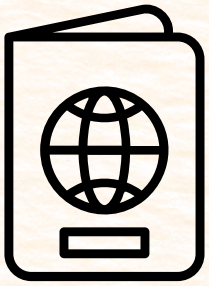
Tu retrouveras cette icône un peu partout dans le guide, il s'agit de nos adresses et hôtel préférées testées et approuvées.



Avant de partir en Malaisie

L'essentiel à prévoir pour un voyage tranquille !

Documents



- Ton Passeport doit être valide **6 mois** après l'entrée.
- **MDAC** document à remplir **3 jours AVANT** l'arrivée
- **Pas de visa** pour un séjour touristique **≤ 90 jours.**

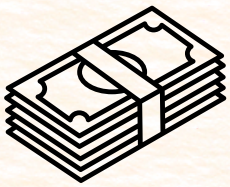
Lien MDAC

Santé



Je te recommande d'être à jour sur tes vaccins classiques et de prévoir ceux contre **l'hépatites A et B**, **Typhoïde** (selon activités), et potentiellement **Rage** et **Encéphalite Japonaise** (zones rurales/rizières). **Côté équipement,** ne pars pas sans une petite **trousse de secours** contenant l'essentiel : médicaments de base (paracétamol, anti-vomitif), pansements et un bon **anti-moustique.**

La Monnaie



La monnaie est le **Ringgit (MYR)**. Si la carte est acceptée dans les villes, **le Cash est Roi** pour la Street Food et les marchés locaux. Prévois une carte sans frais (type **Revolut**) pour tes retraits.

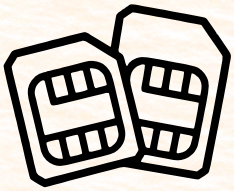
Le tip de Benjamin



Pars sereinement en prenant **une assurance voyage** !
J'utilise **Chapka** comme assurance voyage **depuis 2 ans.**
Profite de **5% de réduction** sur le forfait assurance **24/24**

S'équiper pour l'aventure

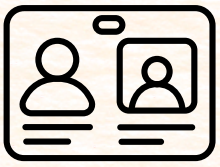
L'essentiel à prévoir pour un voyage tranquille !



Connectivité

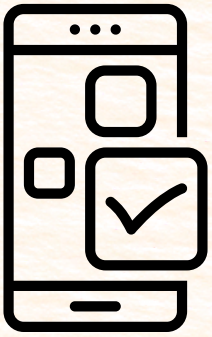
Pour être connecté dès l'atterrissage, j'utilise Airalo. C'est une **E-SIM simple**, installée en un clic avant de partir. Si tu as **un petit budget**, attends d'être en ville ou à l'aéroport : les **SIM locales** (Celcom, Maxis) sont bien **moins chères**, mais demandent un peu de temps pour l'achat et l'activation.

Abonné Free ? Tu as 35Go inclus ! *Attention : appels via WhatsApp uniquement pour éviter les frais."*



Sur la route

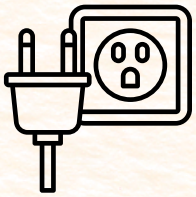
Si tu prévois de **louer une voiture** pour explorer les Highlands, le permis français ne suffit pas. **Le Permis de Conduire International (PCI)** est **obligatoire**. Anticipe ta demande sur le site de l'ANTS au moins 6 **mois** avant le départ, **les délais sont longs !**



Applications de survie

Grab : L'application **indispensable** pour **tes déplacements**. Les prix sont fixés à l'avance, ce qui évite les négociations fatiguantes avec les taxis.

12Go Asia : Mon **outil favori** pour réserver **tous mes billets** de **bus** et de **ferry** en avance et **éviter les guichets bondés**.



Énergie & Matériel

(Prise Type G) Format anglais requis. **J'utilise** la même prise universelle **depuis 2 ans** de tour du monde pour charger **tout mon setup vidéo** sans encombre. **Fiable et robuste**, c'est **mon indispensable** pour ne jamais tomber en panne de batterie.

LA PRISE QUE J'UTILISE ICI

Connexion & Culture

Partir à la rencontre

Le Micro-Lexique

(Le "Bahasa Melayu" de survie)

Bonjour : *Selamat Pagi (matin)*
Selamat Petang (après-midi)

Merci : *Terima Kasih*

De rien : *Sama-sama*

Combien ça coûte ? : *Berapa harga ?*

C'est délicieux ! : *Sedap !*
(À dire au chef du stand de Street Food, sourire garanti).

Pas pimenté : *No pedas*
(Vital si tu ne gères pas le piment !)



Le plus beau voyage se fait à travers les gens. Ose ces quelques mots, ils changent tout !

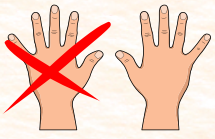
Respect & Coutumes



Ne pointe jamais avec **l'index**. Utilise ton **pouce droit** replié sur le poing pour **désigner une direction** ou un **objet.**

Dans les lieux de culte, **couvre tes épaules et tes genoux**. **Enlève** toujours tes chaussures **avant d'entrer chez quelqu'un** ou **dans une mosquée.**





Utilise toujours ta **main droite** pour donner ou recevoir quelque chose (argent, nourriture), **la main gauche** étant **traditionnellement réservée à l'hygiène**.

Checklist & Préparatifs

Ta boîte à outils avant le départ

Les Apps à installer

Indispensable. C'est le 'Uber" d'Asie (Vraiment pas cher)

L'appli pour tous tes billets de bus et ferries.

Pour éviter les frais bancaires lors de tes paiements.

Sécurise ton voyage

L'ASSURANCE (-5%) : Ne fais pas l'impasse sur l'assurance, surtout si tu prévois du jet-ski ou de la jungle. Je passe par Chapka depuis 2 ans Profiter des -5% ici

LES HÔTELS (-5% à -10%) : Sur Agoda, tu as souvent des "Offres Membres" cumulables. En passant par mon lien, tu accèdes aux meilleurs tarifs d'Asie.
Trouve ton hôtel (-10%)

LE CASHBACK (iGraal) : Le réflexe Malin ! Inscris-toi avant de réserver tes hôtels ou vols. "*Sur un voyage de 3 semaines, je récupère environ 60€ directement sur mon compte.*" C'est du budget resto gratuit ! Inscris-toi maintenant ici et gagne 5€

SCANNER SES PAPIERS : Avoir une copie du passeport et du permis sur un Drive ou envoyée par mail à soi-même. En cas de perte physique, ça sauve la mise.
Scanner depuis ton téléphone

GOOGLE MAPS (hors ligne) : Télécharge la carte en mode "hors connexion" pour avoir le GPS sans internet. Clique sur ton avatar en haut à droite > Plans hors connexion > Sélectionne ton plan. Cadre la zone Malaisie et valide le téléchargement.

GOOGLE TRADUCTION (Pack Langue) : Télécharge le fichier 'Malais' et 'Anglais' pour traduire les menus ou discuter hors connexion.

Le tip de Benjamin



Tu veux construire ton itinéraire comme un pro ? J'ai tourné une vidéo complète où je te montre comment j'organise tous mes points GPS et mes étapes avant le départ.

Le Budget

Prévoir ses dépenses en Malaisie



Quel voyageur es-tu ?

BACKPACKER



25€ - 35€

(env. 120-170 RM)

- Dors en auberge
- Street food 100%
- Bus locaux

CONFORT



55€ - 75€

(env. 270-370 RM)

- Chambre privée
- Mix Street/Restos
- VTC Grab occasionnel
- Quelques activités

PLAISIR



110€ +

(env. 550 RM+)

- Hôtels 4-5*
- Rooftops & Folies
- Vols internes
- Guides privés



Le vrai coût de la vie

NOURRITURE & BOISSONS

Nasi Lemak (Rue)

5 - 10 RM (1-2 €)





Repas “Western"

30 - 50 RM (6-10€)

Une bière (Attention !)

15 - 25 RM (3-5€)

“L’alcool est très taxé”



TRANSPORT & LOGEMENT

Bus KL -> Cameron

35 RM (~7 €)





Nuit d'Hôtel (Correcte)

100 - 150 RM (20-30 €)

Le tip de Benjamin

Attention au piège de l’alcool et des îles ! La Malaisie est très bon marché pour manger, mais dès que tu touches à l’alcool ou que l’on vas sur les îles (Langkawi/Perhentian), les prix doublent.

Gérer son Argent

Les astuces pour éviter les frais bancaires en Malaisie.



Où retirer sans frais locaux ?

Maybank

Le géant jaune à tête de tigre. C'est le plus grand réseau du pays, littéralement présent à chaque coin de rue et dans les aéroports

CIMB Bank

L'alternative rouge. Le deuxième plus gros réseau de Malaisie. Ultra fiable, omniprésent et tout aussi gratuit pour les voyageurs.

Public Bank

Une autre excellente option sans frais. Très présent dans les zones urbaines, les gares et les grands centres commerciaux.



Où échanger ses euros ?

L'Aéroport (KLIA)



Les taux sont très mauvais. **Change uniquement 20€ à 30€** pour payer ton premier transport (Train/Grab) vers le centre.

En Ville (Kuala Lumpur)



Vise les "**Money Changers**" dans les grands malls. Les meilleurs spots : **Nu Sentral** (à l'arrivée), **Bukit Bintang,** ou **Mid Valley.**

Attention au piège des distributeurs !

Si l'ATM te demande s'il doit faire la conversion en euros avec un taux "garanti", **REFUSE TOUJOURS.** Choisis l'option "**Continue Without Conversion**" ou "**Withdraw in MYR**". Cela forcera le taux de change réel de ta banque, qui est infiniment plus avantageux pour toi !

Quand partir en Malaisie ?

En Malaisie il y a une alternance entre saisons sèches et moussons, ce qui peut influencer certains itinéraires.



Côte Est

Perhentian . Tioman
. Taman Negara

Meilleure période

Avril → Octobre



Côte Ouest

Kuala Lumpur . Malacca .
Penang . Langkawi

Meilleure période

Janvier → Juillet

Fermeture des ferries !

Certaines îles sont fermées d'accès de **novembre à février** comme les **Perhentian, Kapas ou Tioman**

Télécharge le guide météo complet



"Même en période idéale, la météo reste imprévisible"

Benjamin 2.0

Ton Assistant Personnel



Tu as **une question** sur un itinéraire ?
Tu cherches le nom d'un café aperçu dans un vlog ?



Fais-moi un itinéraire de 3 jours à George Town orienté Street Food.

Quels sont les indispensables du guide de Benjamin pour Taman Negara ?

Checklist sac à dos d'apres ton guide ?

J'ai entraîné une Intelligence Artificielle avec **l'intégralité de mes écrits, de mes conseils et de mes scripts vidéo**. Elle connaît ce **guide par cœur** et est prête à te répondre **24h/24** comme si j'étais à côté de toi.

DISCUTER AVEC MON IA

Pense à être connecté à Google



Le tip de Benjamin

C'est l'outil parfait pour personnaliser ton voyage. Pose-lui tes questions les plus précises, elle puisera dans mon expérience pour te répondre !

Itinéraires Conseillés

L'Itinéraire 14 Jours : La Boucle “Culture & Jungle"

ÉTAPE	NUITS	INCONTOURNABLES	LOGISTIQUE CDL
MALACCA	1 - 2	**Jonker Night Market (Week-end !)**, Rickshaws kitchs, Mosquée flottante.	Bus direct depuis l’aéroport KLIA (2h)
KUALA LUMPUR	3	**Batu Caves** (7h30 max !), Verre au **Heli Lounge Bar** (17h30).	Bus Malacca -> KL TBS (2h)
CAMERON	1 - 2	Rando dans les champs de thé (BOH Tea). *Prévoir un pull !*	Bus KL -> Cameron (4h)
PENANG	2 - 3	Street Art Georgetown, Temple **Kek Lok Si** (Ça grimpe !).	Bus Cameron -> Penang (4h)
LANGKAWI	4	**Jet-Ski Mangrove**, SkyCab (téléphérique), Plage Tanjung Rhu.	Bus ou Vol Penang → Langkawi (1h-4h)
RETOUR KL	-	Shopping de dernière minute / Vol vers KLIA.	Vol interne LGK -> KLIA

À goûter absolument



Laksa
Pâte de curry, et bouillon de crevettes...



Cendol
Dessert glacé, coco & sucre de palme



Teh Tarik
Thé au lait chaud, thé noir



Char Kway Teow
Nouilles de riz plates, crevettes, palourdes...



Chicken Rice Balls
Boulettes de riz parfumé, poulet à l'ail



Nasi Lemak
Riz au coco, Sambal (une sauce pimentée)

Alerte Malacca : Le Night Market n’a lieu que Ven, Sam, Dim. Si tu arrives en semaine, inverse l’itinéraire (fais Malacca à la fin).

Cameron Highlands : Attention, la majorité des sites ici ferment tôt, vers 16h30.

Langkawi : Le tour en Jet-Ski inclut souvent des images drone (Red Ray), c’est l’activité n°1 du trip !

Itinéraires Conseillés

L'Itinéraire 21 Jours : La Boucle "Jungle & Îles"

ÉTAPE	NUITS	INCONTOURNABLES	LOGISTIQUE CDL
MALACCA	2	Jonker Walk (WE), Rickshaws kitchs, Mosquée sur l'eau.	Bus direct KLIA -> Malacca (2h).
KUALA LUMPUR	4	Batu Caves (7h30 mat'), Heli Lounge Bar pour la vue 360°.	Bus Malacca -> KL TBS (2h).
TAMAN NEGARA	2	Canopy Walk (ponts suspendus), rando nocturne, pirogue.	Bus depuis KL vers Kuala Tembeling.
PERHENTIAN	4	Snorkeling (tortues/requins), plage de Besar (calme) ou Kecil (fête).	Van vers Kuala Besut + Ferry (45 min).
CAMERON	2	Rando dans les champs de thé (BOH Tea), Mossy Forest.	Bus direct depuis la côte Est (~5-6h).
PENANG	3	Street Art Georgetown, Temple Kek Lok Si, Penang Hill.	Bus Cameron -> Penang (4h).
LANGKAWI	4	**Jet-Ski Mangrove**, SkyBridge, Coucher de soleil à Tanjung Rhu.	Ferry (3h) ou Vol direct depuis Penang.

Cet itinéraire est **idéal** si tu voyages entre **mars et octobre**, période où la **côte Est** et **Taman Negara** sont **parfaitement accessibles.**

Tours Petronas : *Plutôt que de payer cher pour monter dans les Petronas, je recommande le Heli Lounge Bar pour le coucher de soleil pour profiter d'une vue à 360° sur toute la ville.*

Perhentian : *Choisis Besar si tu cherches la tranquillité et de beaux spots de snorkeling juste devant l'hôtel, ou Kecil pour une ambiance plus jeune et animée le soir.* ***Attention*** *à la réverbération du soleil sur l'eau, elle est très forte.*

Cameron Highlands : *Attention, la majorité des sites ici ferment tôt, vers 16h30.*

Taman Negara : *Je conseille de bien protéger ton électronique. S'il pleut,* ***l'humidité*** *est extrême dans la jungle. (mon passeport en a fait les frais.)* ***Attention*** *aux* ***sangsues*** *en rando : marche en premier pour les "réveiller" (elles s'attaqueront aux suivants !).*

Penang, Temple Kek Lok Si : *Évite de prendre le petit train payant (16 RM). Fais l'ascension à pied pour profiter de l'étang aux tortues et de la vue, c'est bien plus gratifiant.*

Coup d'avance : *Réserve ton bus aéroport -> Malacca à l'avance, c'est souvent blindé le week-end !*

Les régions de Malaisie

"Clique sur une région pour explorer"



Difficile de choisir ?

Retrouve ma vidéo complète par région !

Taman Negara

Le coeur sauvage de la Malaisie







Découvre l'une des jungles les plus anciennes au monde, un écosystème vieux de 130 millions d'années. Cet environnement est fragile, préservons-le.

Activités incontournables

Randonnées en pleine nature

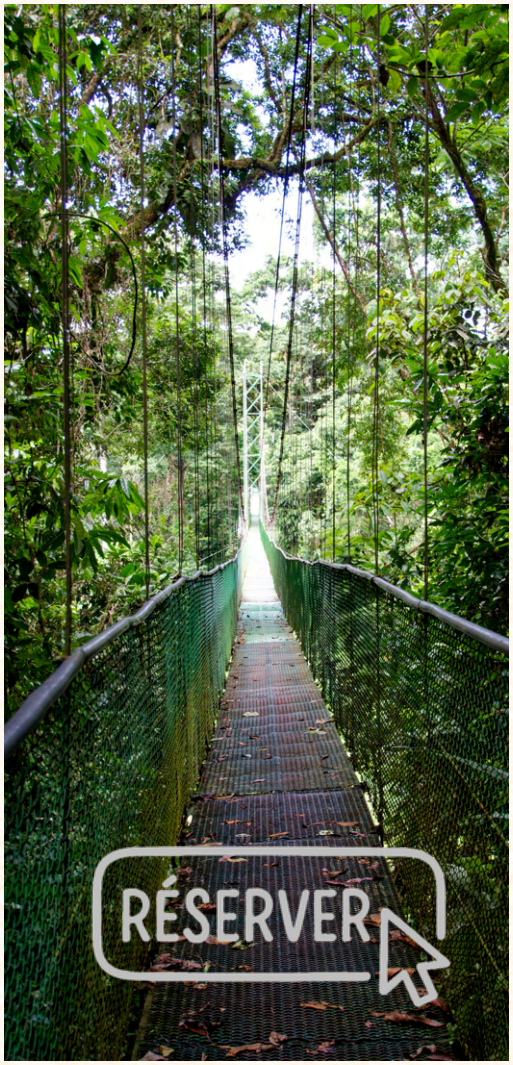
De nombreux sentiers, accessibles à tous les niveaux, traversent la forêt tropicale.

Ne pars pas seul !

Des guides locaux passionnés t'accompagnent pour explorer la jungle en toute sécurité.



Enfonce-toi dans les entrailles de la jungle pour découvrir ses cavernes mystérieuses et les créatures qui y vivent.



<u>Canopy Walkway</u>

Marche à la cime des arbres et observe la faune et la flore locales depuis l'un des ponts suspendus les plus spectaculaires d'Asie.



Découverte en bateau

Change de point de vue ! Navigue sur les rivières du parc et admire la jungle depuis la mangrove.



Julie Hostel

Taman Negara

10 € / nuit

8.8
10

LOGEMENT NATURE

RÉSERVER

Avantages

MARKET

Pour qui ?

Tu cherches un logement économique
pour profiter du parc de Taman Negara





River View Lodge

Taman Negara

40 € / nuit

7.4 / 10

LOGEMENT AVEC VUE

RÉSERVER

Avantages

TRANSFERTS

Pour qui ?

Tu cherches un logement singulier où profiter de la nature et du calme





Mutiara

Taman Negara

120 € / nuit

7.9/10

LOGEMENT DE PRESTIGE

RÉSERVER

Avantages

MARKET

TRANSFERTS

RESTAURANT

CALME

EXCURSIONS

Pour qui ?

Seul hôtel disponible directement au sein du parc naturel.
Immersion totale garantie



Avant de partir pour Taman Negara

Un voyage au coeur de l'une des plus anciennes jungles du monde, ça se prépare. Voici quelques essentiels pour profiter en toute sérénité.



Vêtements adaptés

Tenues légères mais couvrantes.
Tissus techniques ou séchant vite.

Hydratation



Prévoir de quoi stocker et purifier de l'eau.
2 L minimum

Cash indispensable



Emporte pour 600 RM



Le tip de Benjamin

La gourde BAYTIZ que j'utilise permet de **filtrer** l'eau pour une contenance **de 650 ml !**
(Perso je bois au robinet avec)

Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"

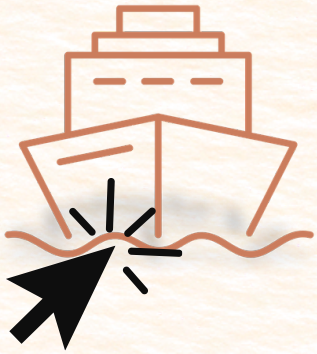
10 €



Depuis Kuala Lumpur vers Kuala Tahan

Bus direct 3 - 4 h

10 €



Depuis Jerantut vers Kuala Tahan

Expérience à ne pas rater 2h30

20 €



Option en voiture + Ferry

Le savais-tu ?

C'est l'une des plus vieilles jungles au monde (130 millions d'années). On y parcourt la plus longue passerelle suspendue du globe au-dessus d'une nature restée préhistorique.

Retour Carte

Cameron Highlands



Entre brume matinale
et collines de thé,
les Cameron Highlands
sont le souffle frais
de la Malaisie —
une parenthèse verte
où l'on savoure un thé
face aux nuages.



Activités incontournables



Découverte de la Mossy Forest

Cette balade est parfaite pour les amateurs de nature et ceux qui cherchent un moment calme et contemplatif dans les hauteurs de la Malaisie.

Prévois un équipement sportif et une protection contre la pluie.

Tea Plantations

Balade au sein d'une immense plantation de thé (456 ha) avec la possibilité de déguster les produits sur place.
Visite de l'usine de production
Boutique sur le site.



Prévoir au minimum la demi-journée pour chacune de ces activités. Si ton séjour est court (2 jours), tu peux combiner la plantation de thé le matin et la Mossy Forest l'après-midi.

RÉSERVER



Copthorne

Cameron Highlands

40 € / nuit

8/10

LOGEMENT NATURE

RÉSERVER

Coup de Coeur Benjamin

Avantages

EXCURSIONS

PETIT DÉJEUNER

TRANSFERTS



Pour qui ?

Tu cherches un logement calme et bien situé pour visiter les Cameron Highlands



Smokehouse

Cameron Highlands

80 € / nuit

8.3
10

LOGEMENT AVEC VUE

RÉSERVER

Avantages

PETIT DÉJEUNER

LOGEMENTT DE PRESTIGE

TRANSFERTS



Pour qui ?

Tu cherches un logement atypique dans un style à l'ancienne aux Cameron Highlands

Avant de partir pour Cameron Highlands

Seule partie montagnarde du pays, le climat n'est pas le même. Quelques prérequis pour en profiter.



Vêtements adaptés

Vêtements chauds & imperméables
Chaussures de marche antidérapantes.

Anti-moustique

Prévoir de quoi te protéger des piqûres.



Le savais-tu ?

Aux Cameron Highlands, le climat frais façonne les plus célèbres plantations de thé de Malaisie. On y déguste le thé BOH, cultivé depuis 1929, directement au cœur des collines verdoyantes.



Explore les merveilles naturelles des Cameron Highlands à mes côtés !

Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"

5€

Depuis Kuala Lumpur vers Cameron Highlands

Bus direct 3h30 - 4 h

9€

Depuis Ipoh vers Cameron Highlands

Voiture ou bus 2h

9€

Depuis Penang vers Cameron Highlands

Voiture 4- 5 h

Si tu prends le bus puis un grab pour te déplacer essaye de garder contact avec ton grab pour tes déplacements suivants.

Informations sur 12Go, notre partenaire.

Retour Carte

LANGKAWI

Un coin de paradis tropical à la nature préservée

Coup de Coeur Benjamin







Activités incontournables



Langkawi Sky Bridge

Prends de la hauteur avec l'un des téléphériques **les plus raides au monde.** La vue depuis le pont suspendu au-dessus de la jungle est tout simplement vertigineuse

Partie sauvage et naturelle

Immersion totale dans les mangroves, au plus proche de la faune et la flore. Plusieurs cascades remarquables sont à voir.



RÉSERVER



Partie balnéaire

Profiter des plages comme Pantai Cenang ou Tanjung Rhu Beach et de nombreuses activités nautiques.



*Mon **top 10** des activités à faire à Langkawi*

Activités incontournables



Jet-ski Safari

4h de pur bonheur ! On a exploré les îles sauvages et les mangroves au guidon de nos machines. C'est pour moi **la meilleure façon** de découvrir l'archipel de manière **intense et libre.**

RÉSERVER

Circuit dans les îles

Explore les joyaux cachés de Langkawi **en bateau**. Observe des aigles sauvages, des singes espiègles et des paons aux couleurs vives. **Détends-toi** sur le sable fin de la plage de Beras Basah à l'ombre des palmiers. **La nature, la faune et la beauté** t'attendent.



RÉSERVER



Tropical Resort

Langkawi

40 € / nuit

8.2 / 10

LOGEMENT AVEC VUE

RÉSERVER

Avantages

LOGEMENT DE PRESTIGE

EXCURSIONS

PETIT DÉJEUNER

Pour qui ?

Tu cherches un logement tout confort à 50 m de la plage de Pantai Cenang.





Gemalai Village

Langkawi

40 € / nuit

8.5
10

LOGEMENT NATURE

RÉSERVER

Coup de Coeur Benjamin

Avantages

LOGEMENT DE PRESTIGE

EXCURSIONS

CALME

Pour qui ?

Tu cherches un logement atypique en plein coeur de la nature de Langkawi.



Avant de partir pour Langkawi

La chaleur est parfois très intense avec un taux d'humidité très haut. Fais attention à toi.



Vêtements adaptés

Vêtements adaptés à la chaleur
+ fais attention au soleil !

Tu conduis ?



Profite de Langkawi autrement en
louant un scooter ou une voiture

Le savais-tu ?

À Langkawi, l'archipel aux 99 îles est classé Géoparc mondial par l'UNESCO pour ses formations rocheuses vieilles de 500 millions d'années. On y explore des mangroves sauvages et des plages de sable blanc, le tout en profitant d'un statut "Duty Free" qui rend l'île unique en Malaisie.

Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"

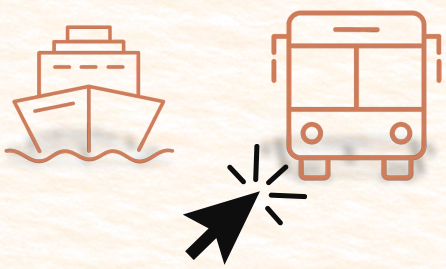
30€



Depuis Kuala Lumpur vers Langkawi

Vol direct 1h30

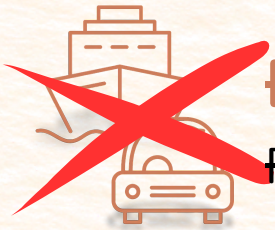
10€



Depuis Kuala Lumpur vers Kuala Perlis / Langkawi

7 h de bus puis ferry 1h30

15€



~~Depuis Penang vers Langkawi~~

~~Ferry direct 2h30~~

"le ferry direct entre Penang et Langkawi est suspendu et considéré comme annulé pour 2026" (Suspendu à la date de rédaction du guide. Vérifier impérativement avant le départ.)



En Malaisie, considère toujours les horaires comme indicatifs. **Prévois toujours une marge**, surtout pour les correspondances.

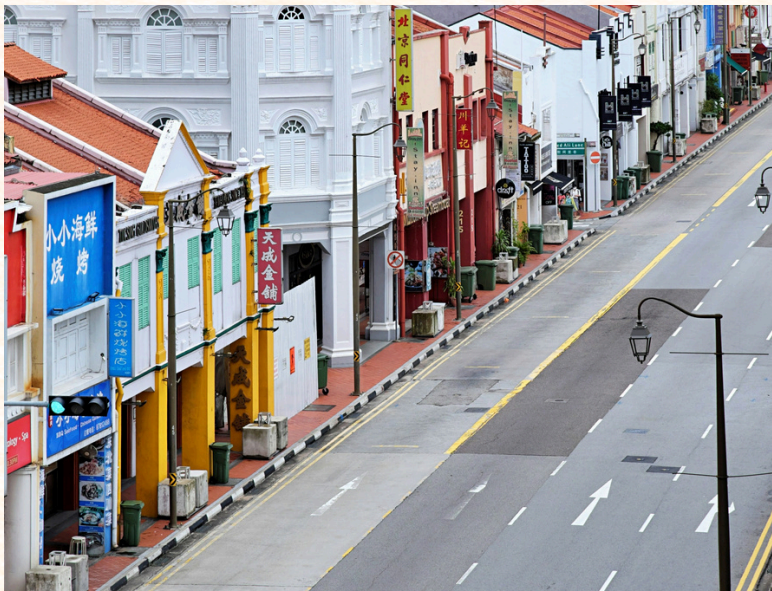
Retour Carte

GEORGE TOWN

l'île où l'art, la street-food et la nature se rencontrent à chaque pas.







Activités incontournables

"Réserve tes activités via GetYourGuide"

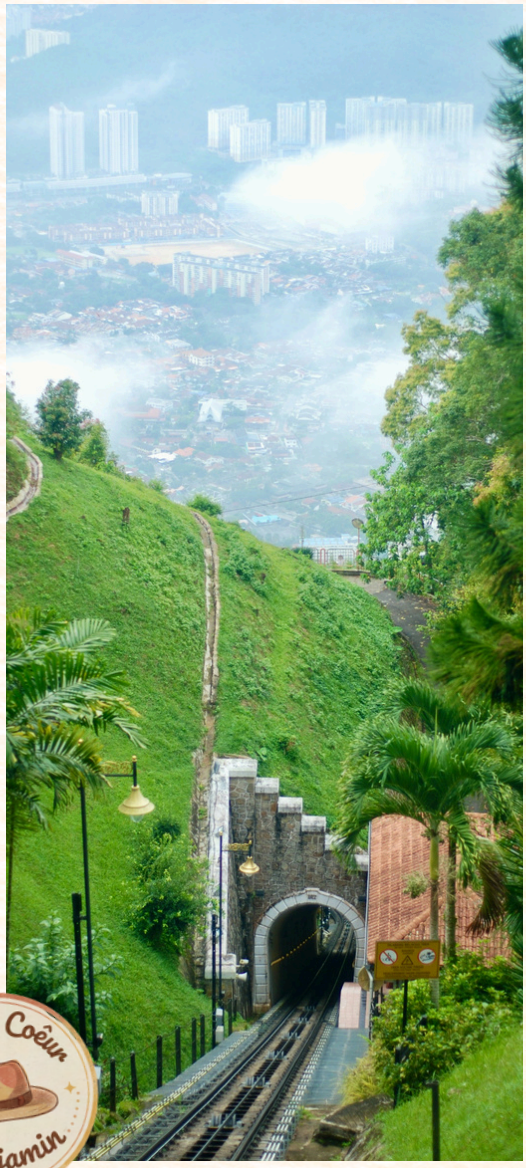
Culture & Patrimoine



Kek Lok Si - Patrimoine classé à l'UNESCO

Un véritable labyrinthe entre maisons traditionnelles, coloniales et temples sacrés.

Nature



Penang Hill

Prends de la hauteur et découvre l'aspect sauvage de Penang.

RÉSERVER

Ambiance locale



Entre street art et street food

Succombe aux charmes des rues de George Town.

RÉSERVER



Tido Hostel

Penang

10 € / nuit

8.2/10

LOGEMENT URBAIN

RÉSERVER

Avantages

BIEN SITUÉ

EXCURSIONS

TRANSFERTS

Pour qui ?

Tu cherches une auberge abordable bien placée à Penang.





Acera Hostel

Penang

70 € / nuit

9/10

LOGEMENT DE PRESTIGE

RÉSERVER

Coup de Coeur Benjamin

Avantages

BIEN SITUÉ

EXCURSIONS

RESTAURANT



Pour qui ?

Tu cherches une expérience en immersion culturelle.



Lexis Suites

Penang

70 € / nuit

8,5/10

LOGEMENT DE PRESTIGE

RÉSERVER

Coup de Coeur Benjamin

Avantages

BIEN SITUÉ

PETIT DÉJEUNER

RESTAURANT

Pour qui ?

Pour une dernière nuit chill avant de prendre l'avion



Avant de partir pour Penang

La chaleur est parfois très intense avec un taux d'humidité très haut. Fais attention à toi.



Vêtements adaptés

Vêtements adaptés à la chaleur
+ prévoir tenues couvrantes
pour les monuments religieux.

Le savais-tu ?

À George Town, la capitale de Penang est classée au patrimoine mondial de l'UNESCO pour son architecture coloniale unique et ses shophouses colorées. On y vient du monde entier pour son Street Art iconique et surtout pour sa cuisine de rue, considérée comme la meilleure d'Asie du Sud-Est, mélangeant saveurs malaises, chinoises et indiennes.



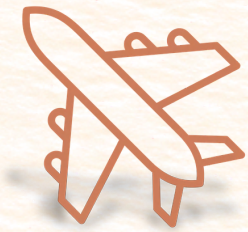
Le coup de ⚡ de Benjamin

Ose les **'Hawker Centers'** et les **stands de rue.** C'est délicieux, pas cher et c'est là que vibre l'âme de l'île.

Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"

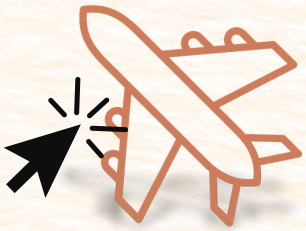
30€



Depuis Kuala Lumpur vers Penang

Vol direct 1h

30€



Depuis Langkawi vers Penang

Vol direct 1h

10€



Depuis Kuala Lumpur vers Penang

Transferts d'environ 4 h30 à 6 h

Pas de taxe d'aéroport sur les vols intérieurs.
Informations sur 12Go, notre partenaire.

Retour Carte

KUALA LUMPUR

Mélange urbain de tradition et de modernité





Bienvenue à Kuala Lumpur

Mission : Sortir de l'aéroport (KLIA)

Tu viens d'atterrir ? Respire, l'aventure commence. KLIA est immense, mais voici ta feuille de route pour rejoindre le centre.

ÉTAPE 1 : LE CASH D'ABORD

Avant de sortir : Repère un ATM (**Maybank** ou **CIMB**) dans le hall.
Conseil CDL : Retire 100-200 MYR maintenant pour le bus ou ta première bouteille d'eau.

ÉTAPE 2. CHOISIS TON CHAR

GRAB (VTC) : C'est l'équivalent d'Uber. Idéal si tu es chargé ou à deux.
- **Prix :** ~65-75 RM (13-15€) vers le centre.
- **Point de RDV** : Suis les panneaux "E-hailing" (souvent Niveau 1)

LE BUS (L'ÉCONOMIQUE) : Direction le niveau inférieur (Lvl 1). Marche tout au bout !
- **Prix :** ~12-15 RM (3€). Imbattable.
- **Durée :** 1h15 jusqu'à KL Sentral.

Voir les horaires/Réserver

KLIA EKSPRES (LE TRAIN) : Le plus rapide mais le plus cher.
- **Prix :** 55 RM (11€) / pers.
- **Durée :** 28 min pile vers KL Sentral.

Site Officiel KLIA Ekspres

LE TAXI (OFFICIEL): Idéal si tu n'as plus de batterie ou pas d'internet
1. Va au guichet "**Airport Limo**" dans le hall d'arrivée.
2. Paie ta course au guichet (Prix fixe).
3. Donne le ticket au chauffeur à l'extérieur.

Règle d'or : Ne paie JAMAIS le chauffeur directement = 0 arnaque.
- **Prix :** ~85-100 RM (20-30€) selon la zone de Kuala Lumpur.

DÉFI ARRIVÉE CDL : Poste une story de ton premier **Teh Tarik** (thé au lait) à l'aéroport ou de ta tête fatiguée dans le Grab en me taguant ! @contratdeliberte

Activités incontournables

"Liens directs sur les images"



"Liens directs sur les icônes"

Immersion Nature

Les **Batu Caves** est une excursion incontournable ! Profite également des panoramas le long du **Forest Eco Park.**

Prends de la hauteur

Les tours **Petronas, la KL Tower** et de nombreux rooftops permettent de découvrir la ville depuis les hauteurs.

(Spectacle Son et Lumière - Lake Symphony tous les soirs à 19:30–22:00)



Coup de Coeur Benjamin



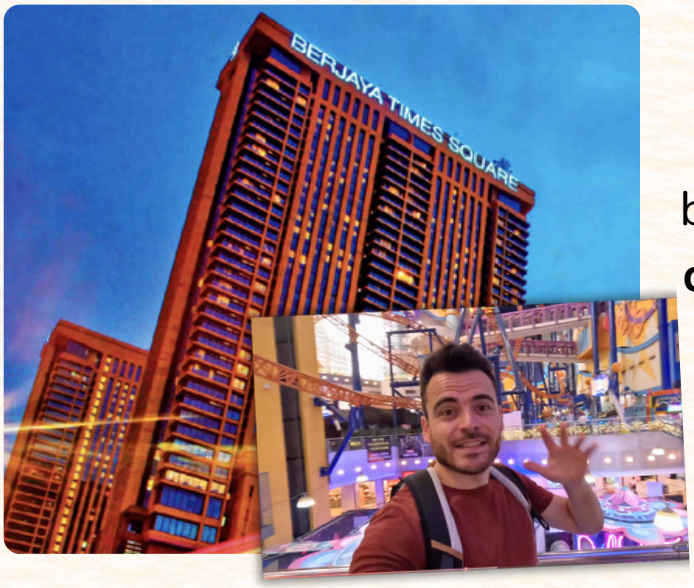
Skyline Luge KL

Dévaler **les pistes de luge d'été** avec la vue sur la jungle et la ville en fond, **c'était dingue.** C'est l'activité parfaite pour **mixer adrénaline et panorama**.



Découvre les mythiques Batu Caves à mes côtés !

Activités incontournables



Berjaya Times Square

Un saut dans le futur ! Ce bâtiment immense abrite **un parc d'attraction intérieur** surréaliste. Les montagnes russes qui slaloment **entre les boutiques**, c'est une expérience unique **à vivre.**

Gastronomie

Le cœur battant de la street food. Jalan Alor **(Night Market)**, une immersion électrique et bruyante dans **l'aventure locale**. **Un incontournable à vivre** dès la tombée de la nuit !

À goûter : Le Satay. Des brochettes grillées au barbecue avec une sauce cacahuète **addictive.** Simple, pas cher et **mon meilleur souvenir gourmand !**





Découvre le parc d'attraction du Berjaya Times Square à mes côtés !



City Central

Kuala Lumpur

15 € / nuit

8.5/10

LOGEMENT URBAIN

RÉSERVER

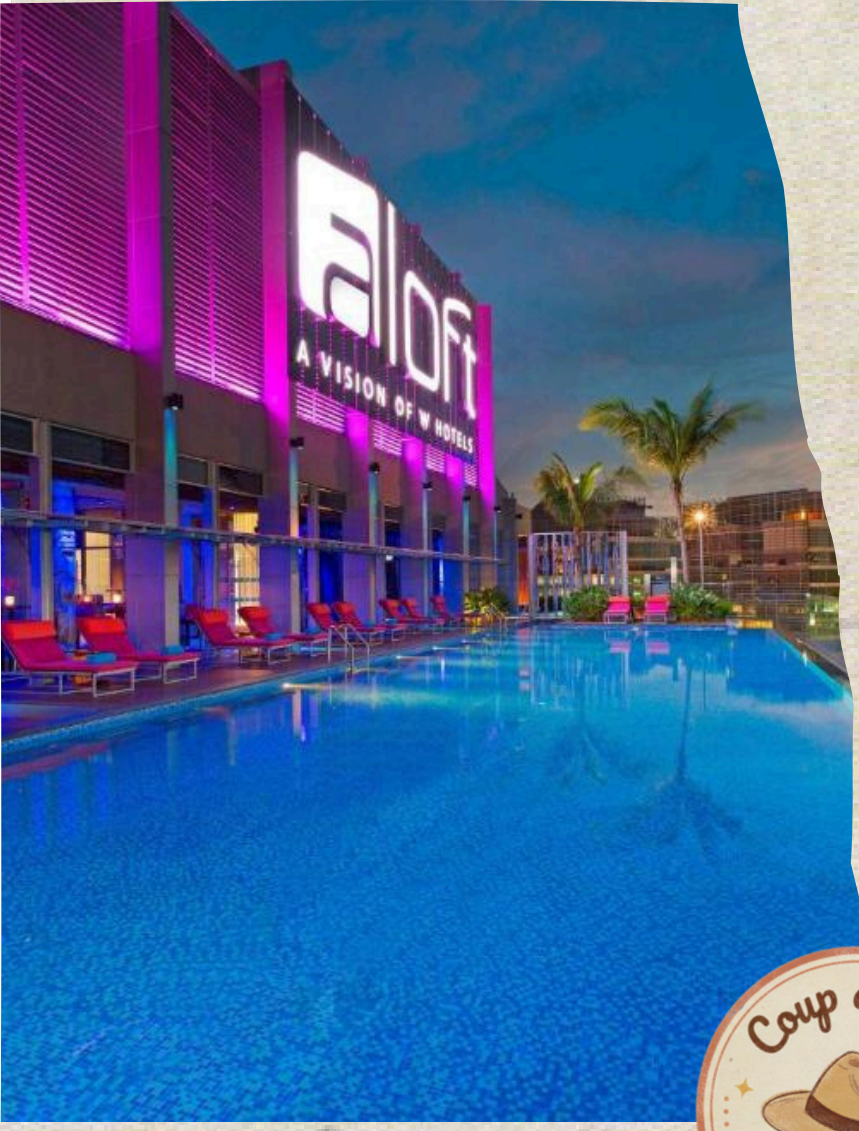
Avantages

- BIEN SITUÉ
- EXCURSIONS
- PETIT DÉJEUNER

Pour qui ?

Tu cherches un logement économique pour visiter Kuala Lumpur.





Aloft

Kuala Lumpur

85 € / nuit

8.9/10

LOGEMENT AVEC VUE

RÉSERVER

Coup de Coeur Benjamin

Avantages

- BIEN SITUÉ
- EXCURSIONS
- PETIT DÉJEUNER
- TRANSFERTS

Pour qui ?

Tu cherches un logement avec une vue exceptionnelle sur la ville.



Avant de partir pour Kuala Lumpur

Ville dynamique, Kuala Lumpur exige quelques conseils essentiels pour profiter pleinement de ton séjour :

Confort



Une **paire de chaussures** adaptée à la marche en ville.

Le savais-tu ?

À Kuala Lumpur, la capitale mélange gratte-ciels futuristes et racines profondes. On y admire les célèbres tours Petronas, les plus hautes tours jumelles au monde, tout en explorant des quartiers comme Brickfields ou Kampung Baru. C'est ici que bat le cœur de la Malaisie, entre modernité insolente et temples centenaires cachés au pied des immeubles.

Le coup de ♥ de Benjamin



Le Limapulo Terrace est mon coup de coeur culinaire. J'ai profité d'un repas typique, copieux dans un cadre exceptionnel. Le restaurant est chargé d'histoire. Une **pépite à Kuala Lumpur**

Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"

10€



Depuis Penang / Ipoh vers Kuala Lumpur

ETS – Electric Train Service entre 2h et 5h selon lieu de départ. *Confort ++*

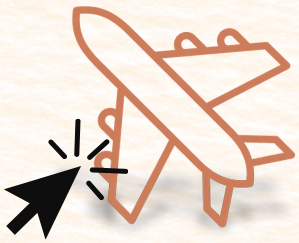
10€



Depuis Cameron Highlands / Penang vers Kuala Lumpur

Bus longue distance entre 3h et 5h

30€



Depuis Langkawi / Penang vers Kuala Lumpur

Vols intérieurs réguliers



Pas de réseau à l'arrivée ? Pense à télécharger la carte Google Maps hors ligne avant de monter dans l'avion.

Retour Carte

MALACCA

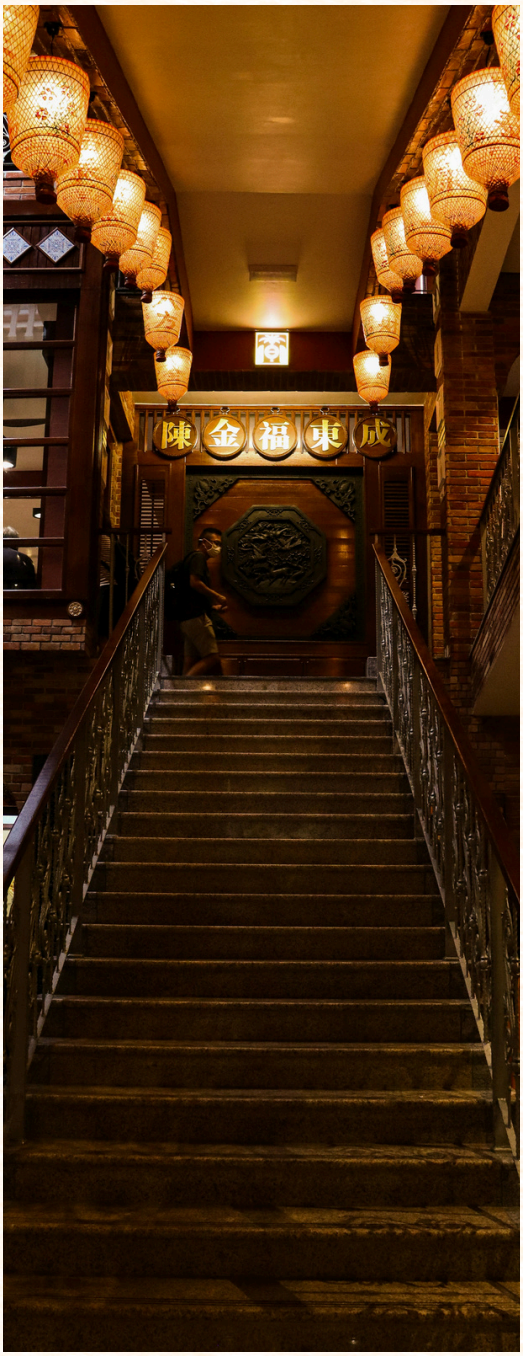
Coup de Coeur Benjamin



Carrefour historique au charme colonial, Malacca dévoile ses ruelles colorées, son héritage multiculturel et une atmosphère paisible où le temps semble ralentir.

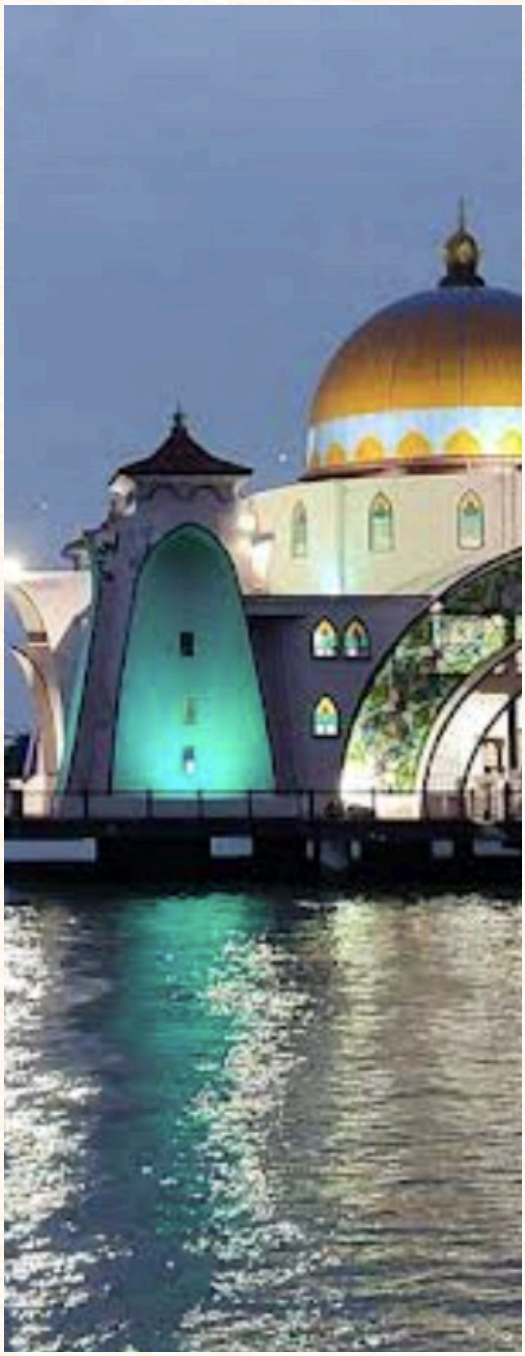


Activités incontournables



Ambiance locale
Complètement insolite !
Visite une maison vieille de 100 ans directement chez l'habitant à la **Villa Sentosa.**

RÉSERVER



Patrimoine
Découvre Dutch Square, profiter des rives de **Malacca River** puis pars observer le coucher de soleil à Melaka Straits Mosque.



Night Market
Deux night markets exceptionnels sont à voir **Jonker street** orienté street food et **vintage night market** dédié aux vêtements de seconde main.



Moty Hostel

Malacca

35 € / nuit

8.8 / 10

LOGEMENT URBAIN

RÉSERVER

Coup de Coeur Benjamin

Avantages

- BIEN SITUÉ
- EXCURSIONS
- PETIT DÉJEUNER
- TRANSFERTS

Pour qui ?

Tu cherches un logement tout confort, en pleine ville pour profiter de Malacca.





Riverside

Malacca

30 € / nuit

8.8 / 10

LOGEMENT AVEC VUE

RÉSERVER

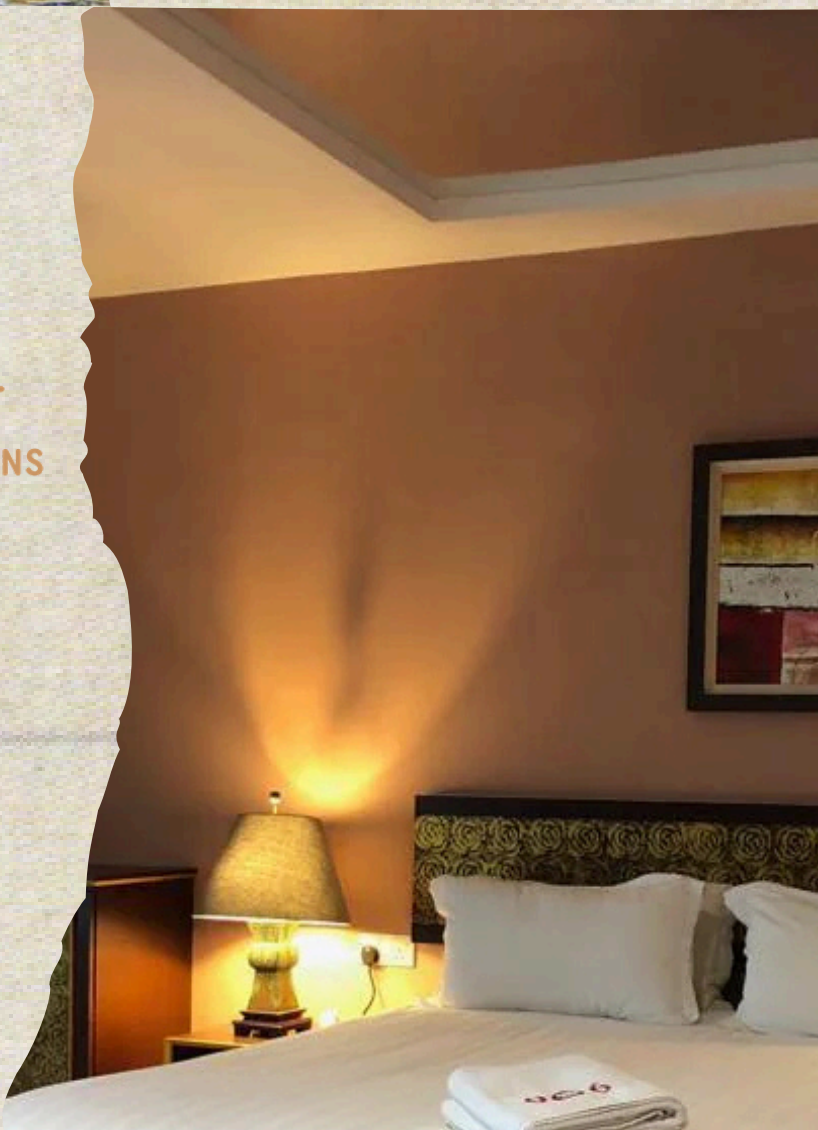
Avantages

BIEN SITUÉ

EXCURSIONS

Pour qui ?

Tu cherches un logement à proximité des nights markets avec une superbe vue sur Malacca River.



Avant de partir pour Malacca

Pour profiter de la ville, opte...



Vêtements adaptés

Tenues **confortables** adaptées la chaleur et à la marche en ville

Anti-moustique

Pour profiter de tes soirées au bord de la Malacca River !





Attention au timing !

Le célèbre marché nocturne de **Jonker Street** n'a lieu que du **vendredi au dimanche soir.** C'est là que la ville s'anime vraiment !



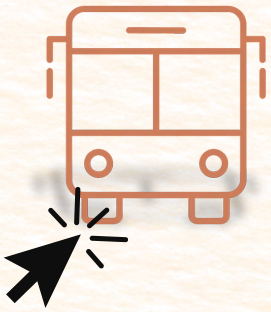


Embarque avec moi pour une immersion totale dans l'effervescence du Jonker Street Night Market

Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"

2€



Depuis Kuala Lumpur vers Malacca

Bus direct 2h

5€



Depuis Johor Baru vers Malacca

Bus direct 3 h

15€



Depuis Penang vers Malacca

Bus direct 7 h

Le tuktuk Kawaii

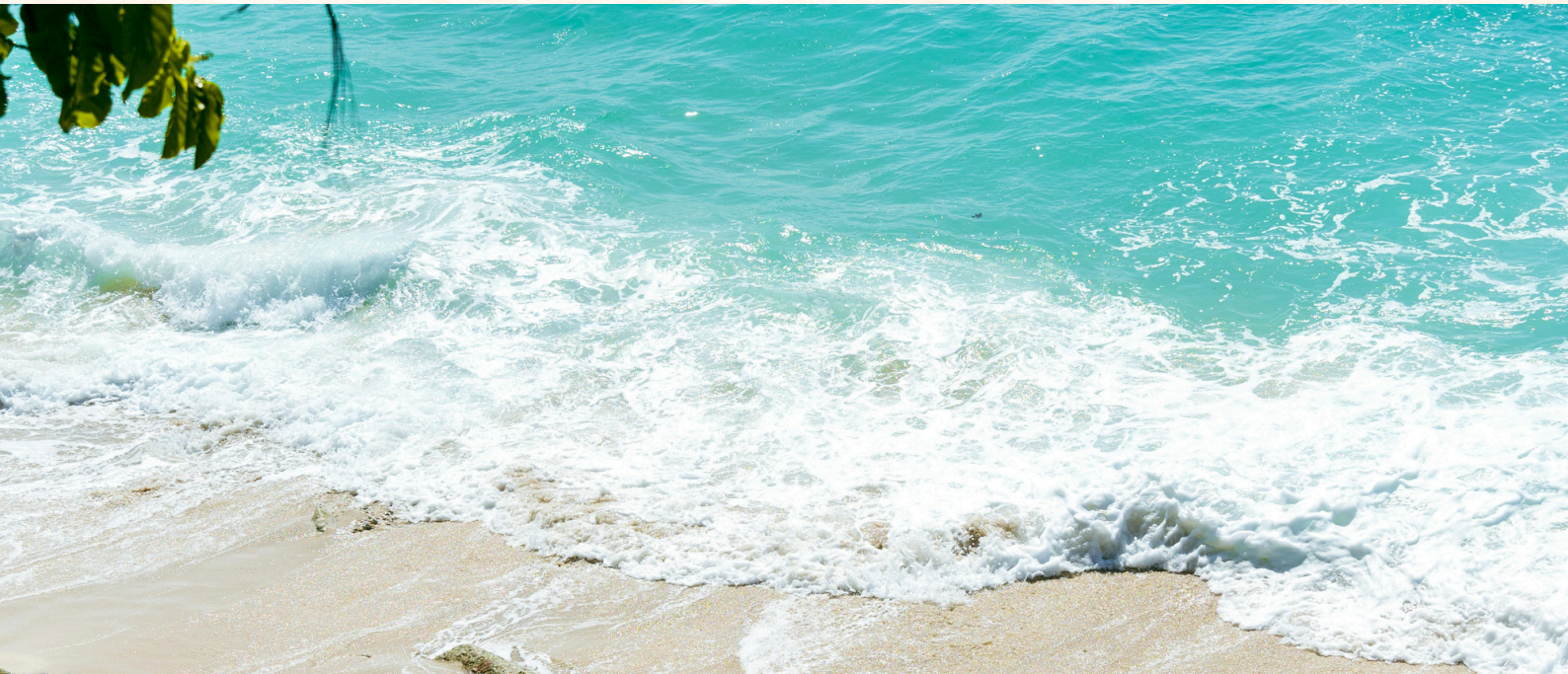
Drôle d'expérience mais certainement les tuktuk les plus mémorables que tu emprunteras !

Retour Carte



PERHENTIAN ISLANDS

l'archipel où la mer,
la vie marine et
la tranquillité
se dévoilent à
chaque vague.



PERHENTIAN

Deux îles, deux ambiances.

KECIL (La petite)

ESPRIT BACKPACKER,
SOIRÉES CHILL
ET SPECTACLES DE FEU.
PARFAIT POUR LES
VOYAGEURS SOLOS
ET L'AMBIANCE FESTIVE

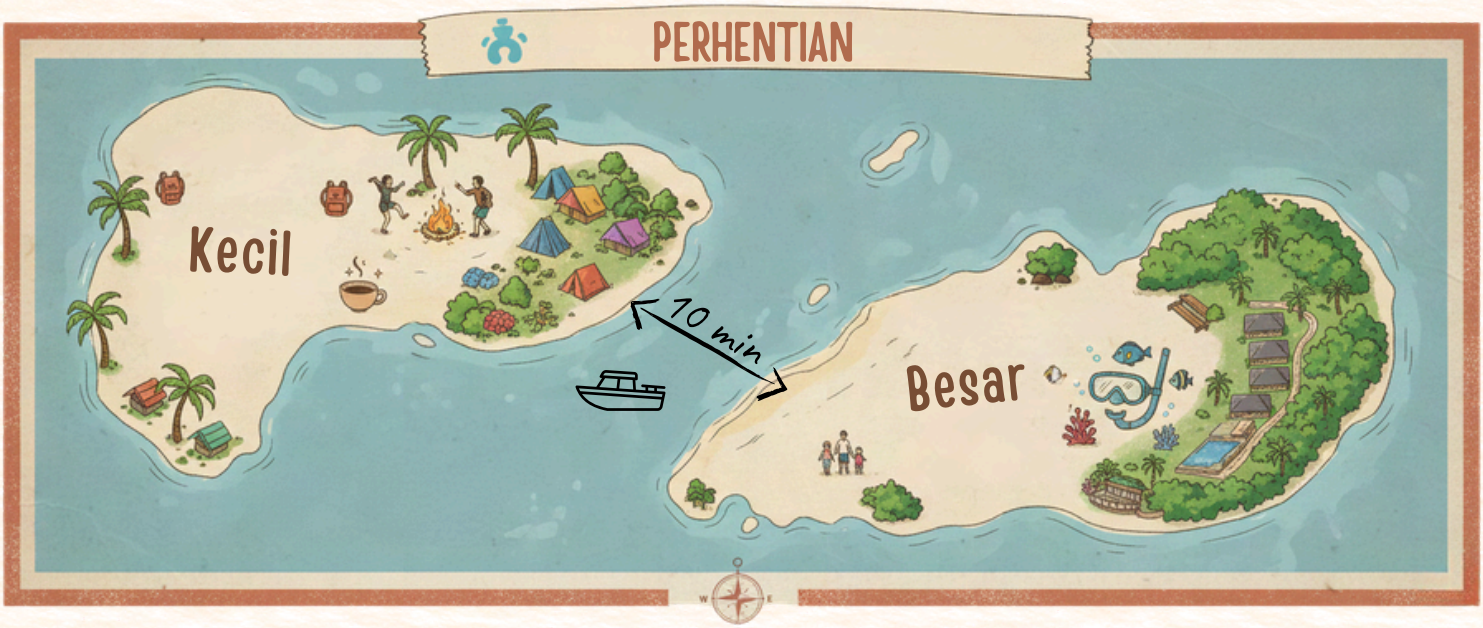
BESAR (La grande)

SAUVAGE ET PAISIBLE.
LES PLUS BELLES PLAGES
DE SABLE BLANC ET DES SPOTS
DE SNORKELING
INCROYABLES
JUSTE DEVANT LES HÔTELS.

Se déplacer



Pas besoin de choisir entre les deux îles ! **Des bateaux-taxis** circulent **partout en continu**. Tu passes d'une île à l'autre ou d'une plage isolée à ton hôtel en **à peine 10 minutes.** C'est simple, rapide et ultra-pratique.



Activités incontournables

Activités nature & chill

Un véritable paradis pour découvrir les fonds marins de Malaisie. Profite des spots comme **Turtle Beach, Shark point ou Coral garden** pour faire du snorkeling. De nombreuses sorties en bateau / kayak sont proposées .







Activités festives

La partie de **Kecil** est plus festive et propose divers endroits pour faire la fête dans un cadre exceptionnel. Le meilleur spot est **long beach** avec ses bars, restaurants. Des spectacles de feu et diverses animations se déroulent le soir.

La période de **juillet et août** attire **énormément de monde** ; pense à réserver bien **à l'avance** si tu prévois de te rendre aux Perhentian à ce moment-là.



The Barrat

Perhentian

60 € / nuit

7.7 / 10

LOGEMENT AVEC VUE

RÉSERVER

Coup de Coeur Benjamin

Avantages

EXCURSIONS

TRANSFERTS

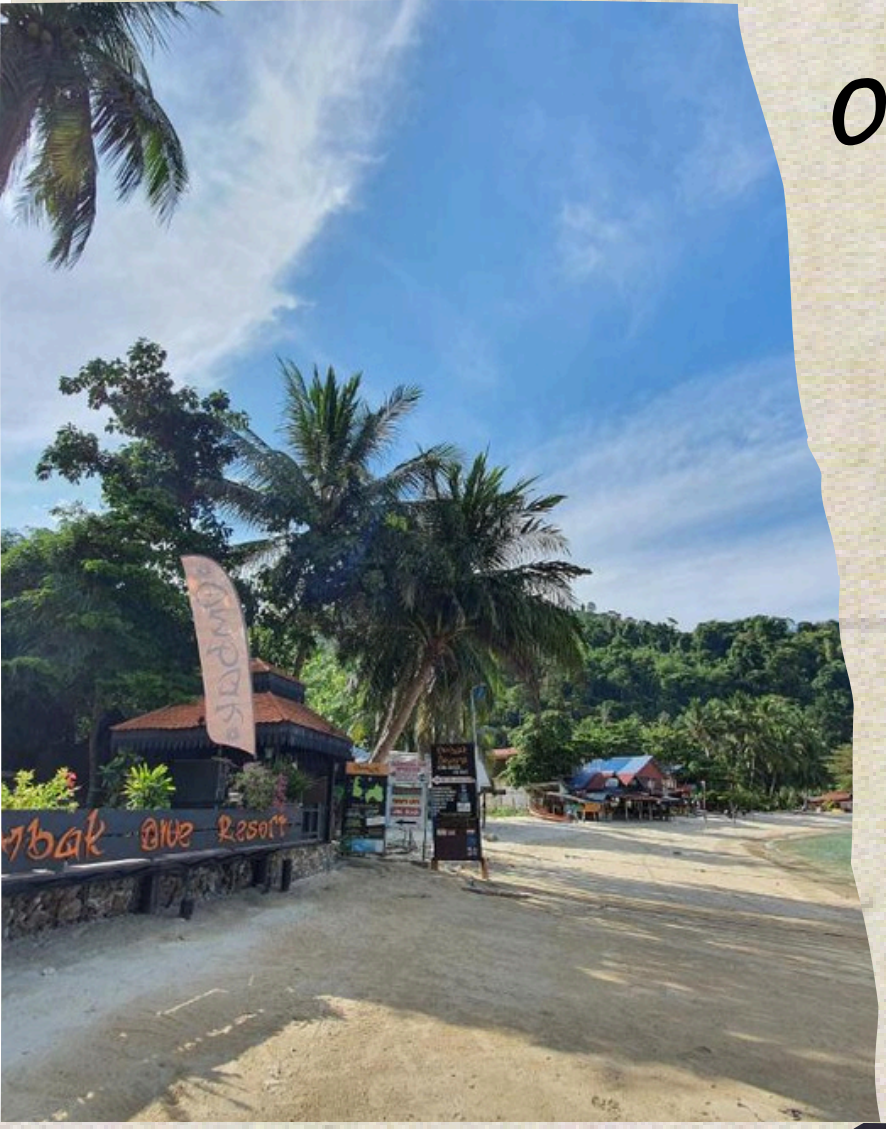
CALME

RESTAURANT

Pour qui ?

Tu cherches un logement au bord de la plage pour profiter des îles Perhentian.





Ombak Diver Resort

Perhentian

60 € / nuit

8.3
10

LOGEMENT AVEC VUE

RÉSERVER

Avantages

EXCURSIONS

PETIT DÉJEUNER

TRANSFERTS

Pour qui ?

Tu cherches un logement typique pour profiter de la mer et des activités de plongée.



Avant de partir pour Perhentian

Fais attention à la déshydratation et aux coups de soleil.



Vêtements adaptés

Vêtements adaptés à la chaleur
+ fais attention au soleil !

Anti-moustique



Prévoir de quoi te protéger des piqûres



Cash indispensable

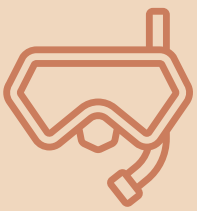
Prévois de quoi couvrir ton séjour aux îles Perhentian

Le savais-tu ?

Ce sanctuaire sans voitures offre l'un des meilleurs spots de snorkeling au monde. On y nage avec tortues et requins dans une eau cristalline. Une déconnexion totale entre jungle et mer.



Emporte de quoi
profiter des fonds marins !



Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"

40€

Depuis Kuala Lumpur

Vol direct 1h puis grab

15€

Depuis Kuala Terengganu

Navette + bateau 2h

50€

Depuis Penang

Vol direct 1h

L'app indispensable

L'équivalent de UBER c'est une solution facile et économique de se déplacer.
Taxis x2 ou x3 plus cher !!!

Retour Carte

ÎLE DE TIOMAN

Le Paradis Détaxé

Un sanctuaire sauvage et préservé, célèbre pour ses fonds marins exceptionnels, sa jungle luxuriante et son ambiance 'bout du monde' ultra-paisible







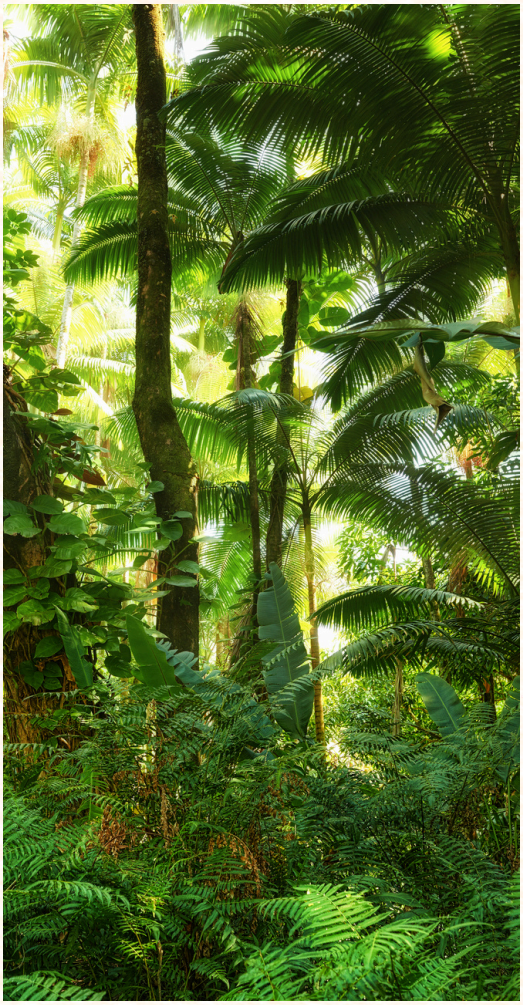
Activités incontournables

Snorkeling & Plongée



Les fonds marins sont exceptionnels. Tu peux louer un masque/tuba pour quelques ringgits et voir "Némo" à quelques mètres de la plage

Trek dans la jungle

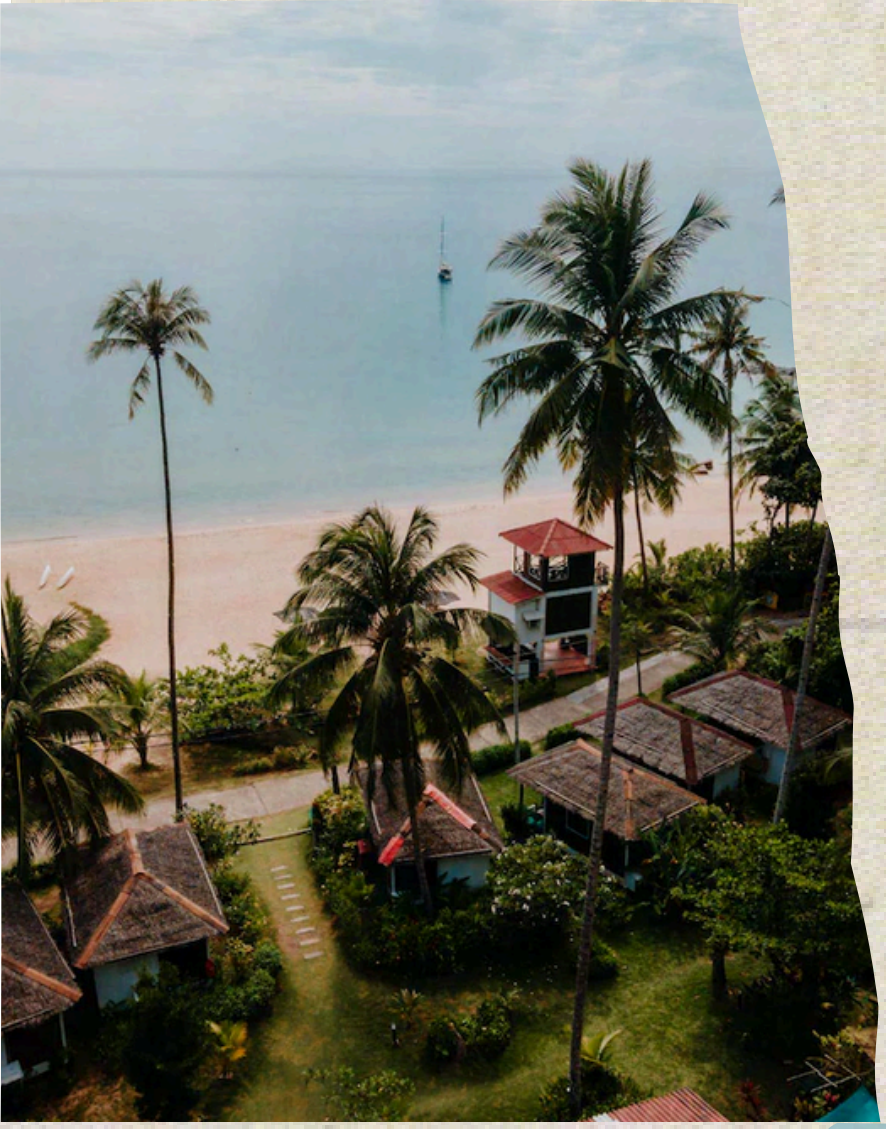


Il est possible de traverser l'île de Tekek à Juara à travers la jungle (le chemin est tracé). Mais attention à la chaleur et à la moiteur étouffantes !

Safari Animalier



Un véritable safari naturel : croise des singes, d'énormes varans et observe le vol spectaculaire des chauves-souris géantes au crépuscule sur la plage.



1511 Coconut Grove

60 € / nuit

8.5/10

LOGEMENT URBAIN

RÉSERVER

Avantages

BIEN SITUÉ

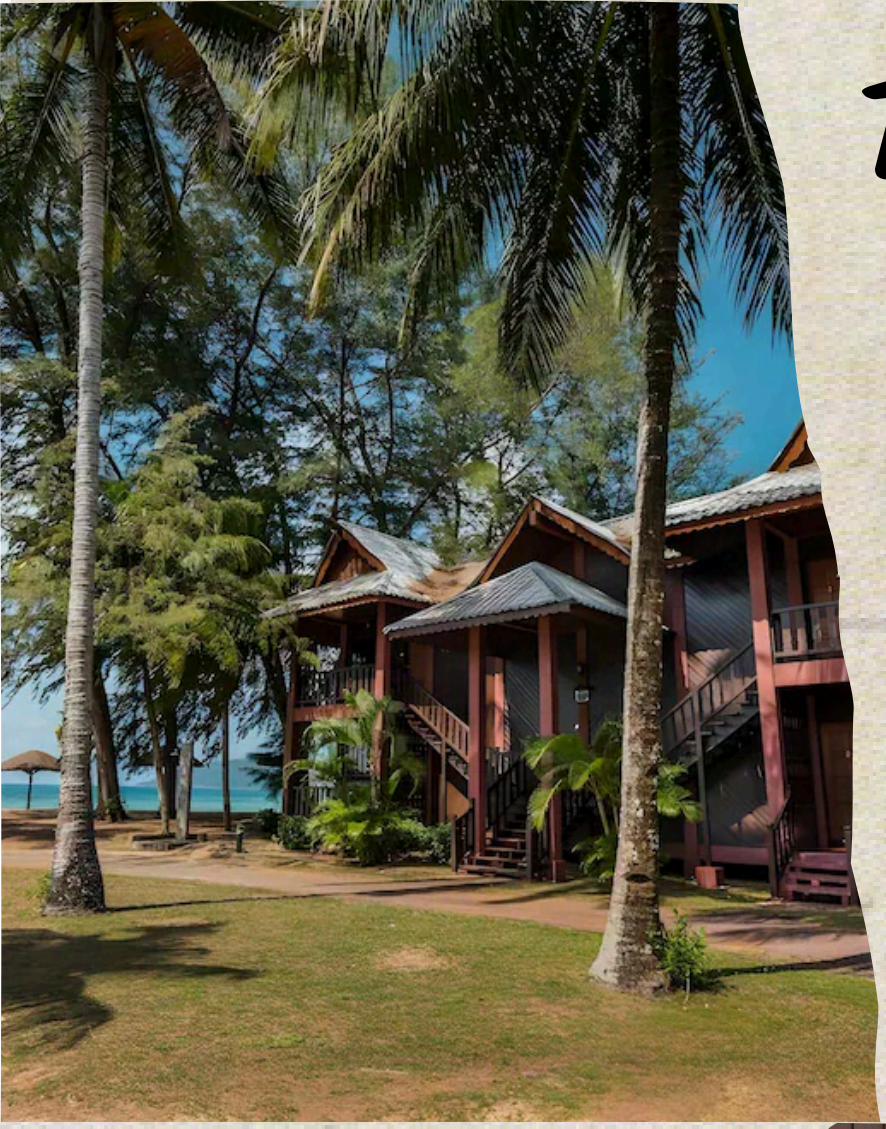
EXCURSIONS

BELLE VUE

Pour qui ?

Un cocon intimiste et chaleureux, parfait pour les couples en quête de calme absolu sur la plage la plus sauvage de l'île





Berjaya Tioman Resort

100 € / nuit

8/10

LOGEMENT DE PRESTIGE

RÉSERVER

Avantages

FAMILLE

PETIT DÉJEUNER

PLAGE PRIVÉ



Pour qui ?

Le cadre idéal pour des vacances réussies et le spot parfait pour contempler le coucher de soleil sur l'îlot de Rengis.

Avant de partir pour Tioman

Fais attention à la déshydratation et aux coups de soleil.



Le Cash est Roi

Il n'y a **qu'un seul ATM** sur toute l'île (à Tekek). Il est souvent en panne ou vide.
CONSEIL : Retire tout ton budget en liquide sur le continent (**à Mersing**) avant de monter dans le bateau.

Alerte Sandflies



Les puces de sable sont féroces sur certaines plages.
Astuce : Badigeonne-toi d'huile de coco (elles s'y engluent et ne peuvent plus piquer). Le répulsif classique ne suffit pas toujours.

Le savais-tu ?

Tioman a été choisie par **Hollywood** dans les années 50 pour incarner l'île imaginaire de **"Bali Hai"** dans le film South Pacific. À l'époque, elle était officiellement considérée comme **l'une des plus belles îles au monde,** et elle a su garder ce côté sauvage et authentique jusqu'à aujourd'hui.



Tioman est une île Duty-Free !

Profite des boutiques de Tekek dès ton arrivée pour trouver l'alcool le moins cher de Malaisie et savourer ton apéro face au coucher de soleil.

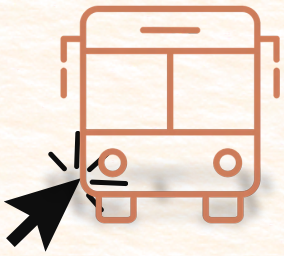
Comment s'y rendre ?

"Liens directs sur les icônes"



Aéroport fermé. Il n'y à plus de vol à l'arrivée comme au départ

7€



Depuis Kuala lumpur vers Mersing

Bus direct 6 h

13€



Depuis Mersing

Ferry direct 2h

Les tips de Benjamin

Réserver à l'avance : Ne pointe pas au port sans billet ! Réserve ton ferry sur Cataferry ou Bluewater au moins quelques jours avant, surtout le week-end.

Les taxes obligatoires : Avant d'embarquer, tu devras payer deux taxes en cash au port : la taxe du **Marine Park** (30 RM) et celle du **Johor National Park** (20 RM).

Retour Carte

L'aventure ne s'arrête pas là !

LE PACTE DE L'AVENTURIER

1 CURIEUX TU SERAS :
Je promets de goûter au moins un fruit dont je ne connais pas le nom" (oui, même le Durian !).



2 POLI TU SERAS :
Je dirai "Terima Kasih" (Merci) avec un grand sourire.

3 CONNECTÉ TU SERAS :
Je taguerai **@Contratdeliberte** sur ma plus belle story pour narguer Benjamin & Anaïs.



CE GUIDE, C'EST...

- 215 Heures de travail, de rédaction et de design.
- 1 An d'exploration terrain en Malaisie condensé ici.
- 1 Intelligence Artificielle (Benjamin 2.0) pour structurer tout ça.
- 12€ Le prix de ce guide.
- 100% De soutien si tu utilises nos liens !

@Contratdeliberte

DERNIER RAPPEL AVANT DÉCOLLAGE

Essentiels

- Assurance → Active
- MDAC → Remplie (J-3)
- Adaptateur → Type G
- Grab → App installée
- Carte + Cash 300-600 RM

TIP BENJAMIN

Si ces 5 points sont OK, ton voyage aussi.

Active mes -5% | Active iGraal

MISSION ÉCLAIREUR

Une erreur ? Un prix a changé ?
Aide les prochains voyageurs à ne pas se faire avoir !
Signale-moi tout changement directement en **message privé.**
Nous prévenir sur Insta



La Malaisie est une terre de contrastes incroyables.
On espère que ce guide sera la boussole qui te permettra de te perdre... aux bons endroits. Bon voyage !

Benjamin & Anaïs

10 ERREURS À ÉVITER

(et comment les contourner facilement)

1. VOYAGER SANS CASH



En ville, la carte passe.
Ailleurs... beaucoup moins

Le bon réflexe :

300 à 600 RM sur toi.

2. SOUS-ESTIMER LA MÉTÉO



Une averse peut tomber sans prévenir.

Le bon réflexe :

Poncho léger + housse étanche



3. SCOOTER SANS ASSURANCE

Le bon réflexe :



Permis int. + assurance + casque

4. PARTIR SEUL EN JUNGLE



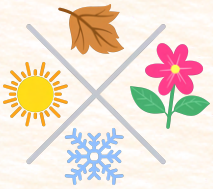
Le bon réflexe :

Guide, hôtel averti, affaires protégées

5. MAUVAIS CÔTE, MAUVAISE SAISON

Le bon réflexe :

Côte Ouest : janv → juil.
Côte Est : avril → oct.



6. OUBLIER LA MDAC



Le bon réflexe :

MDAC : 3 jours avant l'arrivée

7. CHALEUR ET HUMIDITE



Le bon réflexe :

2 L d'eau / jour, pauses



8. TAXI AU HASARD



Le bon réflexe :

Utilise Grab : prix fixé

9. TRANSPORTS SERRÉS



Le bon réflexe :

Toujours garder une marge.



10. OUBLIER LES CODES LOCAUX



À éviter :

Pointer du doigt, utiliser la main gauche, entrer dans une mosquée mal habillée.

Le tip de Benjamin

En Malaisie, anticipe l'essentiel... et laisse un peu de place à l'imprévu.

Retour Carte

LE PACT MALAISIE

Survie & Pratique

SOS & RÉFLEXES

Police/Amb : 999
Main Gauche : JAMAIS
Pointage : Utilise le pouce
Averse 16h
Cash : Toujours 50 RM sur toi

BAHASA EXPRESS

Bonjour : Selamat Pagi
Merci : Terima Kasih
De rien : Sama-sama
Piment : Tak Nak Pedas !
Toilettes ? : Tandas ?

MONEY MENTAL (10 RM ≈ 2€)
5 RM = 1€ | **50 RM** = 10€ | **100 RM** = 20€

Expérience & Défis CDL

- [ ] **Manger** un Nasi Lemak avec les doigts
- [ ] **Boire** un Teh Tarik
- [ ] **Finir** un plat épicé sans pleurer (trop)
- [ ] **Tester** le Durian (le King durian est meilleur)
- [ ] **Voir** les tours Petronas (de nuit !)
- [ ] **Trouver** un Street Art caché
- [ ] **Trouver** un singe (gare à ton sac !)
- [ ] **Réussir** à traverser une rue blindée à pied

Pour poser une question à la communauté.

Défi final : Poste ta photo avec le hashtag #Contratdeliberte



Le guide t'a servi ?

Partage-le !

Soutiens-nous :

En utilisant nos liens, tu auras **5% de réduction !**

BONUS Bornéo

Jungle, Orang-outans & Rivières Sauvages

Si tu as envie **de quitter les cocotiers** pour plonger dans le vrai **"Wild"**, c'est ici que ça se passe. **Bornéo**, c'est un autre monde par rapport à la péninsule. **C'est l'aventure** avec un grand **A** : des **forêts millénaires**, une faune incroyable et **des souvenirs inoubliables.**



L'essentiel en bref

Pour qui ? Aventuriers, fans de rando et de nature brute.

Quand ? Mars à Septembre (Idéal pour la faune).

Une question précise ? Rejoint le groupe Facebook dédié à Bornéo.

TON AVIS M'INTÉRESSE !

Bornéo est tellement vaste qu'il faudrait **un guide entier** pour tout couvrir. **Dis-moi en** commentaire de la vidéo ou **sur** Instagram : Est-ce que tu serais chaud pour **un Guide Spécial Bornéo** (ou sur un autre pays) ? **Je créerai** les prochains guides selon **TES** envies !



Le tip de Benjamin

Si tu pars en rando, prévois des chaussettes hautes !
(Regarde la vidéo, tu comprendras pourquoi)

Retour Carte

L'aventure continue en vidéo

Contrat de Liberté en vrac

ARCHIVES : CE QUI N'EST PAS DANS LE GUIDE

Des pépites, des galères et des moments off-script.



LE DOSSIER "FOREST CITY" (La ville fantôme à 100 Milliards $)

Pourquoi cette vidéo ? Je n'en parle pas dans l'itinéraire car ce n'est pas une destination "vacances". C'est une expérience. Une aberration écologique et économique fascinante à voir.





Envie de voir la suite du Tour du Monde (Vietnam, etc.) ?



SUBSCRIBE

Benjamin & Anaïs - Contrat de Liberté © 2026