

un **aperçu clair, culturellement précis et nuancé** des **habitudes des habitants du Yunnan après la tombée de la nuit**, en particulier **en hiver**, quand il fait nuit vers **18 h**.

Je m'appuie ici sur des données ethnographiques, des observations de terrain et les spécificités culturelles du Yunnan (ethnies Yi, Bai, Naxi, Dai, Han du plateau, etc.).

🌙 Après 18 h en hiver : ce que font typiquement les habitants du Yunnan

1. Retour à la maison et repas tôt

- Le dîner est souvent pris **entre 18 h et 19 h**.
- Les repas sont **simples, chauds**, souvent à base de :
 - soupes (酸菜汤, 菌汤 — soupe aux champignons, très typique du Yunnan),
 - légumes sautés,
 - nouilles de riz (米线),
 - plats mijotés pour se réchauffer.

Dans les zones rurales, on mange **encore plus tôt**, parfois dès **17 h 30**.

🔥 2. Se réchauffer : un rituel essentiel

Le Yunnan est en altitude, les maisons sont souvent **mal isolées** et **sans chauffage central**.

Donc après 18 h :

- on se regroupe autour d'un **brasero** (火盆),
- on boit du **thé chaud** (普洱茶, très local),
- on reste dans la pièce la plus chaude de la maison.

Dans les villages Yi ou Bai, c'est un moment **social**, presque un rituel quotidien.

🏠 3. Sorties courtes : marchés nocturnes, petites courses

Dans les villes (Kunming, Dali, Lijiang) :

- les habitants sortent faire un tour au **marché de nuit** (夜市),
- achètent des snacks chauds,
- se promènent dans les rues commerçantes.

Mais en hiver, les sorties sont **plus courtes** : le froid sec du plateau décourage les longues balades.

4. Activités calmes à la maison

Très courant :

- regarder des séries (dramas chinois, coréens),
- jouer sur le téléphone,
- discuter en famille,
- faire les devoirs avec les enfants.

Dans les zones rurales, on coupe parfois tôt les activités pour économiser l'électricité.

□ 5. Rythme de vie plus “matinal” que dans d’autres régions de Chine

Le Yunnan, surtout en altitude, a un rythme plus proche :

- du **Sud-Ouest rural**,
- des **ethnies montagnardes**,
- et d'un mode de vie **agricole**.

Donc :

- on se couche **plus tôt** (21 h – 22 h),
- on se lève **tôt** (6 h – 7 h).

Rien à voir avec Shanghai ou Shenzhen où la vie nocturne est intense.

6. Exceptions : fêtes, ethnies, villages touristiques

Certaines communautés ont des activités nocturnes plus vivantes :

- **Naxi (Lijiang)** : musique traditionnelle le soir.
- **Bai (Dali)** : petites fêtes locales, danse.
- **Yi** : chants autour du feu.
- **Dai (Xishuangbanna)** : vie nocturne plus tropicale, marchés ouverts tard.

Mais en hiver, même là, la nuit reste **calme**.

☐ Résumé en une phrase

Après 18 h en hiver, les habitants du Yunnan vivent un **soir tranquille, domestique, centré sur la chaleur, la famille et les petits rituels**, avec des sorties courtes et un coucher relativement tôt.

Si tu veux, je peux aussi te faire :

- une **version par ville** (Kunming, Dali, Lijiang, Xishuangbanna),
- une **version par ethnie** (Yi, Bai, Naxi, Dai),
- ou une **comparaison avec d’autres provinces chinoises**.

Mois	Lever du soleil	Coucher du soleil	Durée du jour
Janvier	~07:40	~18:30	10 h 50
Février	~07:25	~18:50	11 h 25
Mars	~07:00	~19:10	12 h 10
Avril	~06:35	~19:25	12 h 50
Mai	~06:20	~19:45	13 h 25
Juin	~06:15	~19:55	13 h 40
Juillet	~06:20	~19:55	13 h 35
Août	~06:30	~19:40	13 h 10
Septembre	~06:45	~19:10	12 h 25
Octobre	~07:00	~18:45	11 h 45
Novembre	~07:20	~18:25	11 h 05
Décembre	~07:35	~18:20	10 h 45

Mois	Temp. mini (°C)	Temp. maxi (°C)
Janvier	2°C	15°C
Février	4°C	17°C
Mars	7°C	20°C
Avril	10°C	23°C
Mai	13°C	24°C
Juin	16°C	24°C
Juillet	16°C	24°C
Août	16°C	24°C
Septembre	15°C	23°C
Octobre	12°C	20°C
Novembre	7°C	17°C
Décembre	3°C	15°C