Kirghizistan-Ouzbekistan

Voyage du Kirghizistan à l’Ouzbékistan - Reference : AS-KIR-OUZ

Descriptif jour par jour
Jour 1 : Paris-Ouzbékistan.

Envol vers l'Asie centrale et arrivée à l'aéroport d'Ourguentch. Transfert (selon horaires des vols) à l'hôtel à Khiva (30 km/40 min).

Jour 2 : Khiva

Découverte de Khiva, la mystérieuse ville aux faïences bleue qui a su garder jusqu'à nos jours sa beauté architecturale unique. Cette ancienne oasis était la dernière étape des caravaniers sur la route de la soie avant la traversée du désert en direction de la Perse.
Promenade dans la vieille ville - nommée « Itchan Kala » - bien abritée derrière ses remparts encore intacts. Visite de ses nombreux monuments : le Mausolée Pakhlavan Mahmoud, la Médersa et le minaret Islam Khodja, la Mosquée Djouma aux 218 colonnes de bois sculpté, la Médersa Allakoulikhan, la Mosquée Ak-Matchit, le Palais Tach Khaouli, la Médersa Moukhammad Amin Khan et la Citadelle Kounya-Ark.
Nuit à l'hôtel à Khiva.

Jour 2 : Khiva – Ayaz Kala – Toprak Kala – Khiva.

Excursion à la citadelle d'Ayaz-Kala (époque préislamique - IIIe - IIe siècle av. J.-C.- période de l'empire Kouchan) qui se dresse à la frontière du désert de Kyzylkoum (« Sables Rouges »). Elle fut la première ville des adorateurs du feu !
Continuation vers les vestiges de Toprak-Kala, la première capitale du royaume de Khorezm, son nom signifie « Forteresse recouverte de terre ». Elle fut construite au Ier siècle av. J.-C. pour défendre le royaume.
Retour à Khiva, traversée du fleuve Amou-Daria (2e plus grand fleuve d'Asie centrale) qui prend sa source dans les montagnes du Pamir.
Nuit à l'hôtel à Khiva.

Jour 3 : Khiva – Boukhara (450 kms / environ 6h)

Départ matinal pour Boukhara : traversée du désert du Kyzylkoum avec ses magnifiques dunes rouges qui s'étendent à perte de vue, alors qu'à l'horizon se découpent des montagnes aux sommets enneigés.
Déjeuner pique-nique dans une Choy-khona locale.
Sur la route, rencontre avec les éleveurs de moutons karakul (les agneaux nouveau-nés donnent la fourrure d'astrakan).
Arrivée dans l'après-midi à Boukhara et installation à l'hôtel.
Premier aperçu du centre historique de cette ville deux fois millénaire qui connut son apogée au Xe siècle. Elle formait alors, avec Samarkand et Khiva, le « Grand Triangle de l'Orient ».
Promenade dans le quartier de Liab-i-Khaouz dont la place est l'une des plus célèbres de l'ancienne ville. Visite du complexe mémorial de Bahauddin Naqshbandi ; de la Nécropole de Tchor Bakr ; de la résidence d'été (« le palais de la lune et des étoiles ») du dernier émir de Boukhara (Sitoraï Mokhi Khosa) avec son jardin, son harem et son musée du Costume national …
Préparation du plat national (plov ou bien somsa) et souper dans une maison nationale dont les propriétaires sont des artistes de père en fils, spécialisés dans la broderie sur tissu coton ou soie (tentures, nappes, housses de coussins...)
Nuit à l'hôtel à Boukhara.

Jour 4 : Boukhara.

Continuation de la découverte de la cité oasis de Boukhara qui est aussi considérée comme une « ville monastère », un lieu d'études religieuses et de pèlerinage. Promenade dans ce décor de théâtre qui ouvre la porte du temps passé à nos rêves et nos envies d'histoire... Visites du mausolée d'Ismaïl Samani (« perle de l'architecture mondiale »), du mausolée Tchachma Ayoub, de la mosquée Bolo-Khaouz, de la Citadelle d'Ark (vieille de 2000 ans, autrefois résidence de l'émir), de caravansérails aux mosaïques multicolores… Puis promenade dans Poï Kalian, pour admirer le minaret Kalian (symbole de la fameuse Route de la Soie, il servait jadis de phare pour les caravaniers), la mosquée Kalian, la médersa Mir-i-Arab, la mosquée Magoki Attari (la plus ancienne de Boukhara).
Découverte de l'artisanat local : d'une fabrique de marionnettes, de la confection du papier de soie et de la peinture miniature.
Nuit à l'hôtel à Boukhara.

Jour 5 : Boukhara

Journée consacrée à la poursuite de la découverte des trésors de Boukhara. Découverte du Tchor Minor (« quatre minarets ») construit en 1807 par un riche marchand turkmène, de la Maison-musée de Fayzullo Khodjaev, de l'ensemble de Bakhouddin Nakchbandi (le grand lieu de pèlerinage de croyants mystiques de l'Asie centrale), du Palais

Sitorai-Makhi-Khossa (« le lieu du rendez-vous de la lune avec les étoiles »), du palais d'été des derniers émirs de Boukhara… Puis balade à pied vers l'ensemble Liab-i-Khaouz avec sa médersa Nadir Divan Begi et Koukeldach.
En soirée, spectacle traditionnel de danse ouzbek dans une ancienne médersa (sous réserve des conditions météorologiques).
Nuit à l'hôtel à Boukhara.

Jour 6 : Boukhara – Samarkand (280 kms / environ 4h)

Départ matinal vers Samarkand, grand carrefour d'échanges sur la route de la Soie (atteignit son apogée sous Tamerlan 1370 - 1405, puis sous son successeur Ulugh Beg 1394 - 1449).En route, découverte du minaret des Kharakhanides, du réservoir d'eau à Sardoba et des vestiges du caravansérail Rabat-i-Malik. Puis, arrêt au village de Khartang, paisible lieu de pèlerinage et découverte du mausolée Ismaïl Al Boukhari (sous réserve).
Arrivée à Samarkand et visite du mausolée de Tamerlan (fin XIVe, début XVe siècle).
Nuit à l'hôtel à Samarkand.

Jour 7 : Samarkand.

Journée consacrée à la découverte de Samarkand la magnifique, riche de nombreux chefs-d'œuvre de l'art musulman des XVIe et XVIIe siècles : de l'illustre place du Reghistan bordée des médersas Oulougbeg d'un côté et Cher-Dor de l'autre, de la médersa Tilla-Kari, du Gour Émir, de la mosquée Bibi-Khanoum qui fut édifiée en 1399 sur l'ordre de Tamerlan pour être la plus grande de son temps ainsi que des vestiges de l'Observatoire astronomique d'Oulougbek (XVe siècle). Temps libre dans le bazar.
Possibilité d'aller visiter l'atelier de fabrication du papier de soie de Samarkand selon la méthode du IVe siècle.
Nuit à l'hôtel à Samarkand.

Jour 8 : Samarkand – Tachkent (300 kms / environ 2h de train).

Poursuite de la découverte de Samarkand avec l'ensemble Khodja Doniyor (Saint Daniel), lieu de rencontre des croyants des 3 religions (juive, chrétienne, musulmane), des vestiges de l'ancienne Afrasiab avec son musée (qui contient des fresques du VIIe siècle), de la Nécropole de Chah-i-Zinda qui est un ensemble de mausolées et de mosquées aux coupoles bleues embellies de somptueuses voûtes ornées de majoliques colorées, de mosaïques et de sculptures et de la Mosquée Kharat Khizr ou mosquée du voyageur.
Transfert à la gare pour prendre le train Samarkand-Tachkent (environ 2 heures).
Installation et dîner à l'hôtel.
Nuit à l'hôtel à Tachkent.

Jour 9 : Tachkent.

Découverte de Tachkent, la capitale de l'Ouzbékistan, reconstruite après plusieurs tremblements de terre. Aujourd'hui c'est un grand centre culturel et scientifique. Balade dans la partie ancienne de la ville. Visite du musée des Arts décoratifs, puis de la grande place Khast-Imam, le foyer spirituel des croyants de l'Islam de l'Asie centrale avec sa bibliothèque du XVIIIe siècle qui abrite le plus vieux Coran du monde islamique (Coran d'Osman, VIIe siècle).Flânerie dans le plus grand marché de la capitale appelé Tchorsu (nous prendrons le métro dont certaines stations méritent le détour !).
Nuit à l'hôtel à Tachkent.
Dans l'école d'artisanat située dans la médersa Barak-Khan, rencontre avec des artistes renommés : miniaturistes, sculpteurs et peintres...

Jour 10 : Tachkent – Marguilan – Richtan – Fergana.

Train le matin de Tachkent à Marguilan (environ 5 h de trajet). Déjeuner pique-nique dans le train, avant l'arrivée à Marguilan. Marguilan est une ville réputée pour son marché pittoresque et sa production de soie. Visite de la fabrique de soie « Yodgorlik » (où vous observerez le processus de production de fameuse soie d'Ouzbékistan selon la technique ikat).
Temps libre dans un marché local et route vers Richtan (50 Km/environ 1 heure).
Richtan est une ville réputée pour ses nombreux potiers. Visite de l'atelier d'un fameux céramiste de Richtan et découverte des traditions typiques de cette vallée mystérieuse.
Continuation de la route vers Fergana (54 km/environ 1h20) balade dans la ville : rue piétonne Moustakillik, parc Al Fergani et vue sur l'ancienne résidence tsariste Skobelev.
Nuit à l'hôtel à Fergana.

Jour 11 : Fergana – Osh (102kms / environ 3h)

Départ matinal pour la frontière Kirghiz-Uzbek, que l'on franchit à Doslik. Continuation vers la ville Kirghize d'Osk.

Installation à l'hôtel et déjeuner. Découverte de cette cité classée comme l'une des plus anciennes villes de l'Asie centrale située sur la Route de la Soie. Osh est connue pour son bazar, endroit idéal pour découvrir la vie locale et rencontrer ses habitants. Montée à pied au musée ethnologique situé dans une grotte à flanc de montagne, poursuite à pied vers le sommet de la colline du trône de Salomon d'où l'on a une magnifique vue sur la ville. Puis traversée du bazar de Jayma et visite d'une yourte à trois étages, du musée de la Reine Kurmanjan Datka, de la nouvelle mosquée et de l'église orthodoxe.
Nuit à l'hôtel à Osh.

Jour 12 : Osh – Lac Toktogul (environ 7h)

Départ d'Osh pour emprunter le grand axe qui relie le sud du pays avec les fameuses chaînes montagneuses du Tian Chan du nord-est. Arrêt à Uzgen, pour découvrir son marché traditionnel où se mêlent marchands kirghizes et uzbeks. Visite du minaret de Uzgen datant XIe siècle. Poursuite de la route pour le lac Toktogul. Cet itinéraire, qui coupe à travers le Kirghizistan central, traverse une route sinueuse dans un paysage grandiose de falaises déchiquetées et de canyons surplombant la rivière Naryn ainsi que le grand barrage de Toktogul.
Nuit dans un petit hôtel, au bord du lac Toktogul (altitude 1000 m).

Jour 13 : Lac Toktogul – vallée de Suusamyr (environ 7h).

Depuis le lac Toktogul, trajet à travers les troupeaux des nomades kirghizes et les majestueux sommets qui composent la chaîne montagneuse du Tian Chan (« monts Célestes ») avec ses sommets enneigés, dont son sommet, le Pic de la Victoire, qui s'élève à plus de 7000 mètres ! Pour atteindre la vallée de Suusamyr, située entre 2 000 et 2 500 mètres d'altitude, connue pour ses pâturages d'été remplis d'herbes et de fleurs sauvages.
Nuit sous yourtes kirghizes dans la vallée de Suusamyr, une expérience unique !

Jour 14 : vallée de Suusamyr - Bishkek.

Continuation vers Bishkek et passage du col de Ala Bel (3184 m d'altitude).
Découverte de la capitale du Kirghizistan située à 800 mètres d'altitude. Visites du musée historique, du musée d'Art moderne, du très grand marché d'Och pour effectuer quelques achats de spécialités kirghizes ...
Nuit à l'hôtel à Bishkek.

Jour 15 : Bishkek – parc national Ala Archa.

Excursion pour le parc national d'Ala-Archa (45 kms / environ 1h) situé dans les monts du Tian Shan.
Randonnée d'environ 4h, avec pique-nique, dans cette magnifique vallée montagneuse à une altitude autour de 2600 m.
Retour à Bishkek dans l'après-midi, temps libre, dîner.
Nuit à l'hôtel à Bishkek.

Jour 16 : Bishkek – Paris.

Transfert pour à l'aéroport Manas de Bishkek (40 km) et vol international de retour.

Les prestations
Le prix comprend :

- Vols Paris/Ourguentch (Ouzbékistan) et Bishkek (Kirghizstan)/Paris.
- L'assistance et accompagnement du guide local kirghize francophone pour la partie kirghize et du guide local ouzbek francophone en Ouzbékistan, tous deux guides professionnels
- Les visites, excursions, entrée sur les sites, mentionnés dans le programme.
- Tous les transports et les transferts durant le voyage (minibus privé, trains).
- Les transports en train Samarkand - Tachkent et Tachkent - Marguilan.
- Les hébergements (base chambre double / twin) en Ouzbékistan, dans des hôtels confortables et de charme 3* à 4* normes locales. Au Kirghizistan, dans des hôtels de catégorie standard et une nuit en yourte
- La pension complète (petit déjeuner/déjeuner/dîner) pendant tout le séjour.
- Les boissons non alcoolisées, pendant toute la durée du séjour (1L d'eau/jour/pers)

Le prix ne comprend pas :

- Les dépenses et achats personnels.
- Les boissons alcoolisées.
- Les taxes pour photos et vidéos sur les sites en Ouzbékistan réalisées avec un appareil photographique. Les photos et vidéos réalisées avec un téléphone portable sont gratuites.
- Les pourboires (à titre indicatif, environ 2€/jour/personne pour les chauffeurs, 4€ pour les guides, si les services des uns et des autres recueillent votre satisfaction). Ils peuvent être versés en Euros.

En option :

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour une assurance multirisque.
- Le supplément chambre individuelle, 490 €

Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

Formalités

Pour l'Ouzbékistan :

Les citoyens français, suisses, belges et canadiens bénéficient du régime **d'exemption de visa à ce jour pour entrer en Ouzbékistan pour une durée de 30 jours.**

Le **passeport doit être valable 3 mois minimum après le retour d'Ouzbékistan.**

Vous trouverez toutes les informations sur le site officiel de la section consulaire de l'ambassade de la République d'Ouzbékistan. Le voyageur a la responsabilité de vérifier ces informations.

Pour le Kirghizstan :

Les citoyens de plus de 60 pays, dont la France, la Suisse, la Belgique et le Canada sont **exemptés de visa pour les séjours touristiques de moins de 60 jours**. Tous les ressortissants Français, Suisses, Canadiens et Belges peuvent donc entrer sur le territoire kirghize avec pour seul document, un **passeport valide au moins six mois après la date d'entrée.**

Numéros utiles :

Pour la France

- Ambassade d'Ouzbékistan (assurant des fonctions consulaires) : 22, rue d'Aguesseau, 75008 Paris. Tél. : 01-53-30-03-53. Service des visas est ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 12 h. Courriel : contact@ouzbekistan.fr.
- Ambassade de France en Ouzbékistan :
  Adresse : 25, rue Istiqbol - Tachkent
  Téléphone : (+998 71) 233 53 82 ou 233 51 57
  Adresse électronique : contact@ambafrance-uz.org

- L'Ambassade de France à Bichkek,
  adresse :113 Bakonbaeva, Bichkek,
  Tél : 00.996.312.300.711/712, Adresse internet :france.kg@gmail.com
- Consulat honoraire du Kirghizistan à Paris :
  13, avenue de Friedland, 75008 Paris. Tél. : 01-53-76-91-81. Courriel : mhberard@mhb.fr.

Pour la Belgique

- Ambassade d'Ouzbékistan : avenue Franklin-Roosevelt, 99, 1050 Bruxelles. Tél. : (00-32) 672-88-44. Courriel : embassy@uzbekistan.be.

- Consulat honoraire à Bichkek : 209-A Tynystanov Street 720040 Bichkek,Kirghizistan
  Tél :+996 31 2900100, +996 31 2622161, +996 31 2662233, Courriel : n.aldashev@lorenz-law.com
- Ambassade du Kirghizistan : 47, rue de l'Abbaye, 1050 Bruxelles.
  Tél. : (32-2) 648-95-04.
  Courriel : consulkgz@yahoo.fr

Pour la Suisse

- Ambassade d'Ouzbékistan à Berlin (assurant des fonctions consulaires) : Perleberger Strasse 62, D-10559 Berlin, Allemagne. Tél. : 49-30-394 09 80. Courriel : botschaft@uzbekistan.de.
  Canada
- Ambassade d'Ouzbékistan à Washington (assurant des fonctions consulaires) : 1746 Massachusetts Avenue, N.W., Washington D.C., 20036-1903. Tél. : (202) 887-5300. Courriel : info@uzbekistan.org.

- Consulat du Canada en Ouzbékistan :
  Adresse : 56 rue Usman Nosir, App. 39-40, 700100 Tachkent, Ouzbékistan
  Téléphone : 998 (71) 253-9205
  Courriel : hc.canada.uz@gmail.com

- Ambassade de Suisse au Kirghizistan
  Bureau de coopération de l'Ambassade de Suisse et Agence consulaire Bichkek
  Swiss consular agency and Office for Coopération
  144 rue Panfilov, 720040 Bichkek. Courriel :bishkek@sdc.net.
  Tél : (00996) 312 666480, 666484

Canada

- L'ambassade du Canada à Moscou (Russie) est chargée d'assurer les services consulaires en Ouzbékistan.
  L'adresse est la suivante : Russie - Moscou, Ambassade du Canada
  Adresse : 23 Starokonyushenny Pereulok, Moscou, 119002, Russie
  Téléphone : 7 (495) 925-6000
  Courriel : mosco@international.gc.ca

- Consulat du Canada en République kirghize
  Adresse : 189, avenue Moskovskaya, Bichkek, 720010, République kirghize
  Téléphone : 996 (312) 65-01-01 ou 65-05-06
  Courriel : canada_honcon@akipress.org
- Il n'y a pas d'Ambassade du Kirghizistan au Canada, contacter l'ambassade du Kirghizistan à Washington : 2360 Massachusetts Avenue, NW, Washington D.C. 20008. Tél. : 1 (202) 449-9822 (section consulaire) ou 9823. Courriel : kgembassyusa@gmail.com(ambassade) et consul@kgembassy.org (section consulaire).

Santé :

Les médicaments doivent être déclarés en douane et l'original de l'ordonnance doit être présenté. Certains médicaments autorisés à la vente en France sont interdits à l'importation en Ouzbékistan. La loi prévoit que l'importation de médicaments est soumise à autorisation du ministère de la Santé ouzbek. Une liste des types d'articles pharmaceutiques autorisés à l'importation pour une utilisation personnelle sans autorisation est disponible sur le site de l'ambassade de France en Ouzbékistan : http://www.ambafrance-uz.org/
Le réseau médical et hospitalier ne correspond pas au niveau et normes occidentaux. Le rapatriement sanitaire étant généralement la meilleure option, une assurance individuelle incluant le rapatriement sanitaire est absolument indispensable.

- Il est conseillé de mettre à jour ses vaccinations contre la tuberculose, la rougeole, la diphtérie, le tétanos, la poliomyélite, les hépatites A et B, ainsi que la typhoïde.
  Des épidémies peuvent se déclarer en raison des conditions d'hygiène ou du climat (très fortes chaleurs en été).
- l'eau du robinet n'est pas potable. Il est fortement conseillé de ne boire que des eaux en bouteilles fermées. Lors de déplacements dans le pays, il convient de veiller à être constamment munis d'eau potable en quantité suffisante.
- Il convient de **consulter son médecin traitant avant le départ** et de se faire prescrire une "pharmacie de base" à emporter avec soi. La qualité des médicaments n'est pas assurée en Ouzbékistan ou au Kirghizstan. On veillera à se munir des quantités de médicaments nécessaires au traitement des maladies chroniques pour toute la durée du séjour, accompagnés des ordonnances correspondantes.

Conseils de pharmacie personnelle A VOIR AVEC VOTRE MEDECIN

- Antibiotique à large spectre
- Anti-diarrhéique
- Médicaments pour combattre angine, rhume
- Cachets type paracétamol/aspirine
- Petits pansements, alcool, collyre
- Pommade pour les lèvres .....
- Éventuellement des médicaments contre le mal des transports
- Pommades, sprays ou diffuseurs anti-moustiques
- Poussière et pollution peuvent être source de conjonctivite (prévoir un flacon de collyre).
  L'eau n'est pas potable partout au Kirghizistan, ne jamais boire d'eau du robinet, ne jamais consommer de glaçons.
  Boire du thé ou de l'eau minérale ...

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter :

- le site de l'OMS : http://www.who.int
- Le site de l'institut Pasteur : http://www.pasteur.fr/ip/easysite/pasteur/fr/sante/centre-medical/vaccinations-internationales-medecine-des-voyages/09ouz

Au Canada :
Agence de la Santé Publique du Canada
http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/index-fra.php

Sécurité :

Le Kirghizistan est un pays relativement sur, néanmoins, dans les grandes villes, Il convient de se tenir soigneusement à l'écart de tout rassemblement et d'être vigilant au sortir d'une soirée ou d'un dîner au restaurant et d'éviter de se promener seul la nuit. Des sociétés de taxis peuvent venir vous chercher sur appel et vous conduire où vous le souhaitez.

Nous vous conseillons vivement de consulter les dernières informations concernant ces pays sur le site du ministère des affaires étrangères : http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs_909/index.html

L'Ouzbékistan bien que frontalier avec l'Afghanistan en guerre, est un pays relativement sûr, particulièrement dans les sites touristiques du centre et de l'ouest du pays (Samarcande, Boukhara, Khiva, Noukous) et à Tachkent où le dispositif policier est important.
D'une manière générale les Ouzbeks sont accueillants et hospitaliers et le niveau d'insécurité est notablement moindre que dans les autres pays de l'ex-URSS. Cela étant, il convient de prendre quelques précautions, car les risques de vols existent et se sont accrus ces dernières années. Il est donc recommandé de surveiller ses effets personnels (sacs, appareils photos, bijoux, sac ou pochettes contenant argent et passeports) et de les tenir bien fermement lors des visites de marchés par exemple.
Comme partout dans toute grande agglomération, il est recommandé à Tachkent et/ou les autres grandes villes d'Ouzbékistan de ne pas se déplacer à pied seuls la nuit et d'utiliser des taxis "officiels".

Préparer son voyage

Encadrement :

Attention, il n'y a pas d'accompagnateur Planète Découverte sur ce voyage : un guide local francophone pour la partie en Ouzbékistan et un guide francophone pour la partie kirghize, tous deux guides professionnels.

Portage :

Lors des déplacements et transferts, chacun doit porter ses bagages. Nous vous conseillons de voyager avec un sac à dos, un sac de voyage souple, avec ou sans roulettes, ou sac polochon, les valises sont déconseillées.

- Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée (appareil photos, lunettes, guide etc.), il pourra servir de bagage cabine. Ce bagage à mains ne doit pas dépasser 5kg. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant).

Hébergement :

Les hébergements (base chambre double / twin) en Ouzbékistan, dans des hôtels confortables et de charme 3* à 4* normes locales. Au Kirghizistan, dans des hôtels de catégorie standard, avec petit déjeuner à chaque fois et une nuit en yourte traditionnelle.

Bagages

Nous vous conseillons de voyager avec un sac à dos ou un sac de voyage souple, avec ou sans roulettes, ou sac polochon. EVITEZ DE VOUS CHARGER. Il sera possible de laver votre linge.
Puis pensez à tout ce que vous allez rapporter !
Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée et les visites (appareil photos, lunettes, guide etc.). Il pourra servir de bagage cabine. Ce bagage à mains ne doit pas dépasser 5kg. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant).

Déplacement

Tous types de transports : Minibus privé, trains...

Vêtements et matériels

Emportez des vêtements simples et confortables (voir rubrique climats).

- Vos affaires de toilette
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Petite trousse à pharmacie de base (Il n'y a pas de pharmacie collective)
- Si vous portez des lunettes, une paire de rechange
- Une veste coupe-vent imperméable
- Une polaire ou un pull.
- Tee-shirts, chemises à manches longues
- Pantalons légers
- Shorts bermudas
- Une paire de sandales
- Une paire de chaussures fermées et confortables
- un foulard.
- chapeau ou casquette
- une serviette de toilette pas trop volumineuse, utile pour le train.
- un couteau (qui doit voyager en soute)
- une tasse et une petite cuillère pour les transports en train (thermos à disposition).
- un réveil.
- une lampe de poche
- des lingettes
- et le moins de bijoux et d'objets de valeur possible.

Achats :

En Ouzbékistan :
L'Ouzbékistan possède un artisanat riche et varié.
Dans les grandes. villes touristiques, on trouve à l'intérieur des madrasas toutes sortes d'étoffes, de foulards en soie, de céramiques...
Mais aussi, des suzanis (tentures murales aux motifs traditionnels, les anciennes se reconnaissent aux couleurs moins vives et sont faites à la main contrairement à la plupart des nouvelles, chaque ville possède des motifs différents),des yourtas (de longs rubans en laine de chameau, couverts de motifs traditionnels kazakhs servant à décorer l'intérieur des yourtes), des tioupés (petites calottes traditionnelles noires ornées des motifs de la région d'appartenance s'étalent en quantité), de jolis bijoux en argent, parfois surmontés de pierres précieuses (méfiez-vous des copies, optez plutôt pour des bijoux parés de pierres semi-précieuses, comme les lapis-lazulis, ou en argent ciselé) et de la soie (décorée des couleurs vives des ikats traditionnels que l'on trouve dans tout le pays, mais qui est tissée dans la vallée de Ferghana, à Marguilan, on peut en acheter sur les bazars au mètre).
Boukhara, est connue pour ses tapis, ils font partie intégrante du quotidien des Ouzbeks : sombres ou chamarrés, aux motifs afghans, turkmènes ou boukhariotes. Les produits artisanaux se trouvent dans les bazars à des prix souvent inférieurs à ceux pratiqués dans les madrasas touristiques.
A **Tachkent**, dans la rue Khamza, derrière la place Timur, on trouve des étals en tous genres. Les commerces sont ouverts, de 9 h à 18/19 h.

Au Kirghizistan : On trouve encore beaucoup d'objets de l'époque de l'occupation soviétique, verres, drapeaux, statues, livres…
Plus traditionnels : les shyrdaks : tapis ou tentures en feutre aux motifs colorés utilisés dans les yourtes par les nomades, mais aussi des chapeaux (ak-kalpak) sorte de feutres blancs décorés d'ornementations, les pantoufles de feutre, les yourtes (tentes de feutre) en miniature. Des instruments de musique et des bijoux également.
Le marchandage est de rigueur pour les achats de souvenirs et même pour les trajets en taxi !

Budget :

Les repas, visites ainsi que l'eau minérale pendant les repas sont inclus.
Prévoir un budget de 50 à 100 euros pour les boissons alcoolisées de type bière ou vodka, et pour l'eau en dehors des repas.
L'artisanat ouzbek et kirghize étant de qualité (voir chapitre achats), il vaut mieux prévoir en conséquence (150 euros si vous n'êtes pas un gros acheteur, et bien plus dans le cas contraire).

Pourboires :

Cette pratique n'est pas systématique en Ouzbékistan, mais elle se développe rapidement. Quelques billets seront appréciés par les porteurs de bagage, serveurs au restaurant, chauffeurs et guides locaux.
Au Kirghizistan, il n'est pas nécessaire de laisser un pourboire au chauffeur de taxi, au restaurant ou dans les hôtels. Par contre pour les chauffeurs des minibus affrétés et pour les guides locaux, le pourboire est un peu une « institution ».
Le montant sera fonction de la qualité du service. Nous vous conseillons de situer les choses entre 10 et 15€ par personne.

Informations pratiques

Pour l'Ouzbékistan :

Électricité :

Prise de courant de type prise française : 2 fiches rondes, courant alternatif fonctionnant sur 220 volts, en période de 50 Mhz. Les prises sont très souvent sans prise de terre.

Poids et mesures :

Système métrique.

Téléphone :

- Vers l'Ouzbékistan : 00 + 998 + indicatif de la ville + numéro du correspondant.
- De l'Ouzbékistan vers la France : 00 + 33 + numéro du correspondant (sans le 0 initial), 00 1 pour le
- Canada, 00 32 pour la Belgique et 00 41 pour la Suisse

Indicatif de Tachkent : 71 ou 712 (si le numéro contient respectivement 7 ou 6 chiffres).
Il n'existe pas de cabines publiques et encore moins de systèmes à cartes, mais il est souvent possible de joindre l'international dans les grands hôtels et les B & B. De plus les villes disposent d'un central téléphonique où les communications sont moins chères et généralement d'assez bonne qualité. Il est possible de louer des téléphones cellulaires auprès des grands hôtels de Tachkent qui fonctionnent sur une importante partie du pays.

Internet :

Des cafés Internet existent maintenant un peu partout dans le pays avec des services de fax. On peut aussi appeler dans le pays depuis ces cafés Internet.

Poste :

On trouve des bureaux de poste un peu partout et les timbres sont également vendus avec les cartes postales dans les échoppes et réceptions d'hôtels.

Change :

La monnaie est le soum ouzbek (UZS), divisé en 100 tivins.
Il n'est pas convertible hors du pays.
1 € = 13 288 UZS (taux du 08/02/24)
http://www.xe.com

- La banque NBU est seule habilitée à délivrer des devises étrangères. Elle accepte aussi les cartes de paiement et les chèques de voyage (impossibles à changer ailleurs), il est également possible d'y retirer en cash des euros ou des dollars américains (plus faciles à changer que les euros). Conservez les reçus de change, qui peuvent être demandés à la douane. Il y a également dans les principales villes du pays, des antennes de la Western Union.
- Le change au marché noir est déconseillé.
- Il existe aussi des bureaux de change dans les hôtels de luxe qui acceptent les cartes de paiement et les chèques de voyage, mais ne délivrent que de la monnaie locale.
- L'usage des Cartes de paiement est limité aux hôtels de luxe et à quelques très rares magasins de luxe.
- On ne trouve de distributeurs automatiques que dans les halls d'accueil de ces mêmes hôtels, et uniquement à Tachkent.

Climat :

Le climat est continental avec des étés chauds et secs et des hivers froids et secs. En été, les températures peuvent atteindre les 40°. Les hivers sont frais (0° à 5° le jour) et parfois beaucoup plus froids car soumis aux vents sibériens. (Les écarts de températures peuvent être très importants dans une même journée).
Le printemps et l'automne sont doux et agréables, malgré les risques de pluie.
Météo Ouzbékistan : températures & précipitations moyennes.

Tashkent

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	5°	6°	12°	21°	26°	32°	35°	33°	28°	20°	12°	7°
min	-2°	-1°	4°	10°	14°	18°	20°	18°	13°	8°	3°	0°
Pluie mm	54	47	72	64	32	7	3	2	4	34	45	53

Termiz

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	8°	12°	18°	25°	32°	37°	40°	38°	32°	25°	18°	11°
min	-1°	1°	5°	11°	16°	18°	21°	18°	12°	7°	3°	0°
mm	23	20	38	26	9	1	0	0	0	3	9	17

Heure locale :

Décalage horaire : GMT + 5.

- Quand il est 12h à Paris, il est 15h à Tachkent en été et 16h en hiver.
- Quand il est 12h à Montréal, il est 21h à Tachkent en été et 22h en hiver.

Transports, infrastructures :

Infrastructure routière : Réseau de routes asphaltées couvrant assez largement le pays et reliant en tout cas les principales agglomérations. Cependant le défaut d'entretien des routes rend la circulation difficile, y compris dans les villes.
Il n'est pas possible de louer un véhicule sans chauffeur.
Réseau ferroviaire : Les dessertes ferroviaires se sont améliorées ces dernières années. Des trains rapides circulent désormais entre Tachkent et les villes de Boukhara, Samarcande et Karchi. Les autres dessertes restent lentes et peu sécuritaires.
Transport aérien : Les liaisons aériennes internationales sont fiables. Les flottes utilisées pour les vols internationaux (Airbus, Boeing) bénéficient du standard et d'une maintenance conformes aux normes occidentales. En revanche, la flotte utilisée pour les vols intérieurs est plus contrastée.

Nourriture :

La nourriture est variée et assez équilibrée. Un repas ouzbek classique commence par une soupe, se poursuit par des crudités, puis par un plat et se termine par des fruits de saison.

- Les plats nationaux sont le och (plov en russe), dont il existe des dizaines de variantes (à base de viande de mouton, de riz sauté et de carottes), et le chachlik littéralement « six morceaux » qui sont des brochettes composées de six morceaux de viande entrecoupés de gras servis avec des oignons.
- Le chou farci et les kebabs sont aussi très répandus.
- D'autres spécialités ouzbeks, ouighours ou kazakhes sont appréciées mais plus rares ,comme les laghmans (de longues nouilles qui se mangent en soupe ou sautées), des raviolis (les manty, cuits à la vapeur et fourrés de viande et d'oignon ou les chuchvara garnis de carotte ou de potiron).
- Sans oublier les pâtisseries, notamment dans le Sud qui se distinguent par la finesse de ses sucreries. En septembre et octobre, on trouve de nombreux succulents fruits et légumes qui proviennent de la vallée fertile de Ferghana.

- Vous boirez bien sur du thé (vert ou noir), servi avec ou sans lait, toute la journée, en signe de bienvenue, d'au revoir... Le cérémonial est traditionnel et immuable : le thé passe trois fois de la théière à la tasse, ces répétitions symbolisant loy (l'argile), moy (la graisse) et tchaï (le thé et l'eau).
  Le premier étanche la soif, le second réchauffe et éloigne le danger, le troisième éteint le feu ! Par politesse les tasses ne sont jamais complètements remplies, une tasse pleine signifierait à l'invité qu'on a envie qu'il parte ! La main gauche (réservée à la toilette intime) étant « impure », théière ou tasses doivent êtres prises ou données de la main droite.

Même s'ils sont musulmans les ouzbeks consomment de l'alcool, sous forme de vodka que l'on trouve partout, souvenir laissé par les Soviétiques après un siècle « d'influences », de bière ou de vin.
Hors des grandes villes, on trouve peu de restaurants au sens où on l'entend en Occident, les repas se prennent dans les bazars ou dans les tchaïkhanas .

Pour le Kirghizstan :

Electricité :

220V- 50 HZ -Courant alternatif, 2 fiches rondes.

Poids et mesures :

Le système métrique est largement utilisé.

Téléphone :

Pour le Kirghizstan : 00 + 996 + indicatif de la ville.
Du Kirghizistan **vers** la France : 00 + 33 + numéro du correspondant sans le 0 initial, vers le Canada : composer le 00 + 1 + le numéro de votre correspondant, vers la Belgique : 00 + 32 + le numéro de votre correspondant, vers la Suisse : 00 + 41 + le numéro de votre correspondant.

On peut téléphoner depuis les bureaux de postes dans les villes. Les téléphones potables (cellulaires) occidentaux fonctionnent très mal.

Internet :

On trouve quelques cybercafés dans les villes et des boutiques qui possèdent quelques ordinateurs. Internet fonctionne de mieux en mieux mais les autorités Kirghizes exercent une surveillance rapprochée de la toile.

Poste :

Il est difficile de trouver des timbres et des cartes postales ! A voir avec votre guide.

Change :

- La monnaie est le som kirghize (KGS), divisée en 100 tiyins.
- 1€ = 93 soms (taux du 08/02/24)
- Vous pourrez changer vos euros ou vos dollars (coupures neuves et en bon état exigées) dans des bureaux de change, à Bichkek principalement. Meilleur taux pour les grosses coupures ! Le change au marché noir est déconseillé et ne présente pas d'avantage.
- Les chèques de voyage sont très difficiles à changer. La carte de paiement ne vous sera pas très utile autrement que pour vous rendre aux (rares) distributeurs automatiques.

- http://www.xe.com

Climat :

Le climat est continental avec de fortes différences de température entre les zones montagneuses et les vallées. En été, certaines vallées peuvent être très chaudes, plus de 30°, alors qu'en altitude climat frais voir froid.
Meilleure période : de juin à octobre.

Bishkek (Capitale Kirghizstan)

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	0°	1°	8°	17°	22°	28°	31°	30°	24°	16°	8°	2°
min	-8°	-7°	0°	7°	11°	16°	18°	17°	11°	5°	0°	-5°
Pluie mn	10	10	12	13	11	9	6	6	6	8	9	10

Heure locale :

Au Kirghizistan : GMT/UTC + 5 h

- Quand il est 12 heures à Paris (heure d'hiver), il est 17 heures à Bichkek.
- Et quand il est 12h (heure d'été) à Paris, il 18 heures à Bichkek.
- Quand il est 12 heures à Montréal (heure d'hiver), il est 23h à Bichkek.
- Et quand il est 12h (heure d'été) à Montréal, il est 22h à Bichkek.

Nourriture et boissons :

La cuisine centrasiatique ressemble à celle du Moyen-Orient avec parfois des influences russes.
Leur origine est dans la cuisine nomade à base principalement de viande, de produits laitiers et de pain.

- Les laghman, nouilles épicées.
- Les hoshan, boulettes de pâte frites et cuites à la vapeur.
- les manty, raviolis.
- Le yaourt.
  Beaucoup d'alcools forts, (malgré leur héritage musulman, la plupart des Kirghizes boivent de l'alcool), en général, de la vodka, mais aussi du bozo (alcool épais et mousseux à base de millet fermenté), et du koumis (lait de jument fermenté et légèrement alcoolisé, seulement au printemps et en été, lorsque les juments mettent bas).
  Le thé est longuement infusé et coupé d'eau bouillante et de lait.

Us et coutumes :

Le tourisme étant très peu développé, vous découvrirez de façon authentique les traditions locales en vous y adaptant aisément car la population locale est très accueillante. L'hospitalité est d'ailleurs l'une des principales traditions des nomades.

Infrastructures

- **Le réseau routier** est en mauvais état, hormis quelques axes (Bichkek/Och, Bichkek/lac Issyk Koul, Bichkek/Almaty...). De nombreux cols situés en haute altitude posent problème pendant la période hivernale, quand ils ne sont pas complètement fermés. Des travaux sont prévus pour les améliorer. L'axe vers la Chine via Torugart est assez bon et praticable pratiquement toute l'année.
- **Réseau ferroviaire** très peu développé.
- **Transport aérien** : Vols quotidiens de Bichkek vers Moscou et Istanbul et de là, vers la France (pas de vols directs pour la France au départ du Kirghizstan).

Données culturelles

Pour l'Ouzbékistan :

Guides touristique :

- Guide Lonely Planet, Asie Centrale, Ouzbékistan.
- Ouzbékistan, guide de Calum MacLeod et Bradley Mayhew (ed.2004).
- Petit Futé Ouzbékistan, 2008.
- Ouzbékistan, Samarcande, Boukhara, Khiva ; Olizane Eds 2002.
- Guide Arthaud, Asie Centrale : Ousbékistan – Kirghizstan, ed. 2001.

Livres de route :

- "Ouzbékistan - Au coeur des routes de la soie", de S. Cozzi Didier Labouche, Géorama (01/2001).

- "Khiva", de Frederick G. Burnaby (ed.2001).
- "Pouvoir, don et réseaux en Ouzbékistan post-soviétique", de Boris-Mathieu Pétric.
- "Tamerlan", d'Arnaud Blin.
- "Tombeaux de paradis", de Jean Soustiel et Yves Porter.

Films :

- "Avant le lever du soleil" (années 30) de Suleyman Khodjaev.
- "Tachkent, ville du pain" (années 60) de Shoukrat Abassov.
- "Le Sauvage" de Kamara Kamalova.
- "Qui es-tu toi ?" (1989) de Djahongir Faiziev.
- "Une histoire de soldat" de Zoulfikar Moussakov.
- "Ouzbékistan, la route de Samarcande" Ed. Media 9, coll. DVD Guides.

Musiques :

La musique ouzbèke est issue de la rencontre de cultures différentes. L'Ouzbékistan était un lieu de passage des populations iraniennes et de nomades turcs qui ont influencé le patrimoine musical, les soufis ont contribués à la conservation des rythmes, sonorités et chants traditionnels. Un des chants populaires s'appelle le "Shash Maquam".
Parmi les nombreux instruments des musiciens ouzbèkes, on trouve la viele ghidjak, le luth, le tambour (luth à manche long orné de 3 cordes en métal), la cithare...
Yulduz Usmanova est une chanteuse très populaire en Ouzbékistan (mélange techno et musique traditionnelle ouzbèke).

Pour le Kirghizstan :

Bibliographie

Guides de voyage

- Asie centrale - la route de la soie, Lonely Planet.
- Asie Centrale, de Françoise Spiekermeier (2001).
- Kirghizistan, une république d'Asie centrale, de Christoph Schutz.

Romans, essais, récits de voyages :

- "Djamilia", de Tchinguiz Aïtmatov, co-traduit par Aragon.
- "En pays kirghize. Visions d'un familier des monts Célestes", de René Cagnat.
- "Asie Centrale visions d'un familier des steppes", de René Cagnat.
- "Kirghizistan. Une république d'Asie centrale", de Christoph Schütz.
- "Des Monts Célestes aux sables Rouges ", Ella Maillart, Payot
- " Oasis interdites " d'Ella Maillart aux éditions Voyageurs Payot, 1989.
- " Courrier de Tartarie " de Peter Fleming aux éditions Phébus, 1989.
- "Terres des chevaux célestes, Kirghizistan" de Jacqueline Ripart. Ed. Flammarion - 2004.

Filmographie :

Sur le Kirghizistan :

- "Saratan", de Ernest Abdykalykov.
- "Le singe (Maimal)", de Aktan Abdykalykov.

Musiques :

- "Musique du Kirghizistan", collection Terrains Fildworks

Petit Lexique :

Le russe est toujours parlé au Kirghizistan. Le kirghize est une langue de la famille turcophone.
L'alphabet cyrillique est utilisé.

- Bonjour :Koutou koune

- Au revoir :Koche kalyne