Mongolie - Russie

Grande traversée de la Mongolie de Pékin au lac Baïkal - Reference : AS-MONGRU-3S

INFORMATION Covid-19 :
Ce circuit est fermé jusqu'à nouvel ordre.

Descriptif jour par jour
Jour 1 : Paris.

Envol pour l'Asie.
Nuit et dîner à bord.

Jour 2 : Pékin.

Atterrissage à l'aéroport de Pékin, conçu par l'architecte Sir Norman Foster en forme de dragon. Découverte de la place Tien-An Men qui en plus d'être une des plus vastes place au monde est un symbole de grandeur de la Chine et un lieu de « pèlerinage » pour tous les Chinois. Elle a était réorganisé sous Mao en 1959 à partir d'une structure initiée en 1651 par l'empereur Shunzi.
Nuit en l'hôtel à Pékin.

Jour 3 : Pékin- La Grande Muraille - Pékin.

Journée d'excursion (à 70 km) en minibus à la fameuse Grande Muraille de Chine "le dragon de dix mille lis". Découverte de l'incontournable Grande Muraille à Mutianyu, un des tronçons les moins fréquentés et des plus impressionnants. Ascension et promenade sur la Grande muraille, construite pour tenter de repousser les hordes mongoles ! Retour l'après-midi dans la capitale pour visiter le Temple du Ciel et ses jardins, d'époque Ming il est la transposition terrestre de la cosmogonie chinoise.
Nuit en hôtel à Pékin.

Jour 4 : Pékin – train de nuit

Matinée consacrée à la visite de l'imposante Cité Interdite avec son palais de l'union, ses appartements privés de Qianlong, son palais de l'harmonie privée ... un plongeon à l'époque des grands empereurs et impératrices de Chine. Promenade à pied à la découverte des Hutongs emblématiques du vieux Pékin puis balade dans le quartier Qianmen. Transfert à la gare en fin de journée pour prendre le train de nuit pour Datong.
Nuit à bord en couchette 1e classe.

Jour 5 : Datong.

Journée dédiée à la découverte de dtong, ville qui a énormément investi dans la rénovation, la restauration et même la reconstruction de sa « vieille ville ».
Visite du temple Shanhua, connue pour sa majestueuse salle composée de statues de 5 Bouddhas et de généraux célestes, à l'origine bâti en 713, il fut reconstruit sous la dynastie Jin (1115-1234)
Visite du temple Huayan qui date de la dynastie Liao (907-1125), il se divise en 2 parties, à l'étage supérieur se trouve un monastère encore en activité dans un des plus imposants pavillons Bouddhiques de Chine et à l'étage inférieur un musée avec des antiquités de différentes dynasties.
Puis promenade dans la vieille ville avec son fameux mur de faïence qui représente 9 dragons (le chiffre neuf est le symbole de la perfection dans la mythologie chinoise).
Nuit en hôtel à Datong.

Jour 6 : Datong – Mongolie.

En matinée, excursion aux célèbres et impressionnantes grottes Yungang qui sont des chefs-d'œuvre de l'art rupestre bouddhique de la Chine du Ve et du VIe siècle. Après le déjeuner, transfert à la gare de Jining pour prendre le train pour Oulan Bator.
Diner et nuit à bord du mythique train transmongolien.
Passage de la frontière sino-mongole, arrêt pour effectuer les formalités douanières et le changement des roues du train, car l'écartement des voies n'est pas la même entre ces 2 pays.
Nuit en hôtel à Datong.

Jour 7 : Oulan-Bator, accueil et visite de la ville.

Matinée dans le train pour admirer les paysages de la steppe… Arrivée à la gare internationale de la capitale de la Mongolie et transfert à l'hôtel au centre-ville. Découverte d'Oulan-Bator métropole tentaculaire qui cache dans ses artères des musées et monastères d'exception. Plongeons au cœur de l'histoire Mongole, au superbe musée d'histoire nationale (de la préhistoire jusqu'à la période soviétique, en passant bien sûr par la création du grand empire mongol par Gengis Khan et ses successeurs). Balade dans le centre-ville d'Oulan-Bator sur la place centrale Gengis Khan…
Nuit en hôtel à Oulan Bator.

Jour 8 : Oulan Bator - Parc national de Khustaï.

Visite en matinée du monastère Bouddhiste de Gandantegchinlen où les moines se réunissent de nouveau pour prier ! Puis départ en minibus (100 km – environ 2h30 de route) pour les steppes qui s'étendent à l'infini autour de la capitale, en direction de la réserve de Khustaï qui abrite les fameux chevaux sauvages de Przewalski (Takh en mongol). Le crépuscule est le meilleur moment pour observer les Takh.
Promenade près du lieu où ils viennent s'abreuver, d'où il est possible de les observer sans crainte de les déranger. Nuit sous yourte au camp "Khustaï" au cœur du parc national du même nom.

Jour 9 : Khustaï - Monts Khogno et Gobi.

Départ (180 km - environ 3h de route) vers les splendides formations rocheuses Khogno Khan. Arrivée au campement et découverte du parc : steppes semi-désertiques, taïgas, formations rocheuses impressionnantes, fracture de sable qui caractérisent cette région aride appelée « petit Gobi ». Balade à pied jusqu'au monastère d'Erdene Khambiin. Le "Monastère du Moine Erdene" date du XVIIe siècle et fut construit dans la montagne par Zanabazar, en l'honneur de son professeur, le moine Erdene. Possibilité (en option) de faire une balade à dos de chameau le long des dunes de sable d'Elsen tasarkhai.
Nuit sous « tipi » mongole.

Jour 10 : Khögnö Khan - vallée de l'Orkhon. Route (200 km - environ 3h30)

Route pour la vallée de l'Orkhon pour effectuer un séjour chez les nomades. Classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, la vallée est une terre de nomadisme et de nombreux éleveurs y installent chaque année leur campement d'été. Elle est souvent perçue comme le berceau de la culture nomade des steppes. Excursion au monastère de Tovkhon (42 km - 1h 15m). Montée au sommet de la colline d'Öndör Ulaan que l'on peut atteindre qu'à pied, pour découvrir l'ermitage de Tovkhon où Zanabazar, le premier chef religieux de Mongolie, composa l'alphabet Soyombo. Depuis ce monastère situé à 2312 mètres d'altitude, on peut jouir d'un magnifique panorama sur toute la chaîne du Khangaï et de la vallée de l'Orkhon.
Séjour chez une famille d'éleveurs nomades de la vallée. Ce séjour est l'occasion de découvrir et de partager leur mode de vie. Il vous sera proposé de nombreuses activités comme la traite des animaux, la fabrication de produits laitiers traditionnels ou encore le rassemblement, à cheval, des troupeaux. Vous assisterez également à la préparation d'un barbecue mongol dont vous vous délecterez en compagnie de vos hôtes.
Nuit sous Yourte d'hôte chez les nomades.

Jour 11 : vallée de l'Orkhon avec les nomades.

Possibilité de faire une randonnée à cheval jusqu'aux sources chaudes de Mogoit. La balade longe la rivière Orkhon avant de prendre une sublime vallée entourée de forêt de Mélèzes s'enfonçant vers le sud. Ceux qui le souhaitent pourront s'avancer en véhicule et faire une randonnée pédestre de 8km jusqu'aux sources. Bain dans les bassins aménagés des sources chaudes de Mogoit. Ces sources ont une température comprise entre 48 et 75°C, et sont idéales pour se remettre de la fatigue du voyage !
Nuit sous Yourte d'hôte chez les nomades.

Jour 12 : Vallée de l'Orkhon – Karakorum. (130 km - environ 3h30)

Possibilité (en option) pour ceux qui le souhaitent de partir pour une randonnée à cheval le long de la vallée de l'Orkhon, depuis le campement jusqu'aux chutes de l'Orkhon. Visite des chutes d'Ulan Tsutgalaan, un flot blanc, ruisselant sur la pierre noire, qu'un rayon de soleil transforme en arc-en-ciel éphémère. Ces chutes de 16 mètres sont tout simplement magiques ! Elles se sont formées il y a 20.000 ans à la suite d'une combinaison unique de tremblements de terre et d'éruptions volcaniques.
Puis route pour Karakorum (130 km - environ 3h30), l'ancienne capitale des Mongols. La cité légendaire de Gengis Khan a été fondée en 1220 et était l'une des étapes de la route de la soie. C'est à partir de cette ville que l'empire mongol a été gouverné jusqu'à ce que Kubilai Khan installe la capitale à Pékin.
Nuit sous yourte à Karakorum.

Jour 13 : Karakorum - Oulan Bator - (380 km - environ 5h de route)

En matinée, visite du magnifique monastère d'Erdene Zuu, construit en 1586 par un prince nomade. Les bâtiments, d'inspiration chinoise et tibétaine, sont entourés de 108 stupas sacrés… Puis, visite du musée d'histoire de Karakorum. Retour à Oulan-Bator, Arrivée et installation à l'hôtel au centre-ville. En soirée possibilité d'assister à un spectacle traditionnel mongol au Tumen Ekh : danses folkloriques, contorsion et bien sûr khoomi, le chant diphonique.
_ Nuit en hôtel à Oulan Bator.

Jour 14 : Oulan Bator – Russie.

Petit déjeuner à l'hôtel et temps libre dans la capitale Mongole en fonction de l'horaire du train. Puis transfert à la gare internationale d'Oulan Bator pour embarquer dans la transsibériens.
Passage de la frontière Russe (passage qui peut être long !) et nuit à bord du train (couchettes en compartiment de 4 personnes).

Jour 15 : Irkoustk – Listvianka.

Depuis le transsibérien, matinée de découverte des paysages de la Taïga caractéristiques de la Sibérie Orientale. Arrivée en début d'après-midi à la gare d'Irkoutsk et transfert en minibus (environ 1 h30) pour le village de Listvianka sur les bords du lac Baïkal. Installation à l'hôtel et temps libre pour se promener dans le village entre les eaux translucides du lac Baïkal et les grandes forêts de mélèze. Possibilité de visiter le marché de souvenirs, les rues bordées d'isbas avec leurs fameuses fenêtres en bois joliment décorées et la magnifique église Saint Nicolas.
Nuit à l'hôtel à Listvianka.

Jour 16 : Listvianka – Irkoutsk - (1h30 de route)

Départ pour Irkoutsk. En route, visite du musée du Baïkal pour mieux connaître sa flore et sa faune puis du musée d'architecture en bois à ciel ouvert de Taltsy avec son village typique sibérien du XVIIIe et XIXe siècle. Ce musée qui expose sur 67 ha une quarantaine de constructions architecturales traditionnelles de la Sibérie Orientale permet une véritable découverte des us et coutumes des peuples de la région du Baïkal.
Arrivée à Irkoutsk, installation à l'hôtel et balade à pied dans la ville historique en compagnie d'un guide local : découverte du Square-Kirov qui est la place principale de la vieille ville, de la cathédrale orthodoxe Bogoyavlenskii fondée en 1723, du théâtre de la ville construit en 1897, de sa « maison blanche » (c'est ici que Jules Verne fit arriver Michel Strogoff), mais aussi du quartier des « décembristes »…
Nuit à l'hôtel à Irkoursk.

Jour 17 : Irkoutsk - Khoujir (île d'Olkhone) - (environ 5 heures de route)

Départ en voiture vers l'île d'Olkhone au cœur du lac Baïkal avec de nombreux arrêts pour admirer les paysages grandioses. En route, déjeuner pour goûter la cuisine bouriate et visiter le musée ethnographique du peuple bouriate (musée d'Oust-Orda). Les Bouriates qui sont d'origine mongole sont les premiers habitants de la Sibérie orientale. Rencontre avec un chaman qui vous montrera un rite chamanique !
Traversée du détroit Olkhonskiyé Vorota en bac pour accéder dans l'après-midi au petit port de Khoujir qui est le village principal de l'île d'Olkhone. Installation à l'hôtel puis visite du rocher Bourkhane (Shamanka) et du village en compagnie du guide local.
Nuit à l'hôtel à Khoujir.

Jour 18 : Khoujir - cap Khoboï – Khoujir.

Après le petit déjeuner, excursion en 4x4 (OUAZ) pour l'extrémité Nord de l'île jusqu'au cap Khoboï, connu comme étant un lieu sacré pour les chamanes. Ce trajet vous permettra de découvrir la richesse extraordinaire des paysages de l'île, les splendeurs de la « Petite Mer » avec ses petits îlots ainsi que de nombreux lieux de culte chamanique. Selon les bouriates, l'île d'Olkhon est l'habitat des esprits fantastiques du lac Baïkal ! Cette petite mer contient un cinquième des réserves d'eau douce de la planète, sa profondeur dépasse par endroits les 1600 mètres ! Une journée consacrée à la découverte de l'île avec déjeuner en plein air, promenade à pied au cap Khoboï… avant de retourner dans l'après-midi à Khoujir.
Nuit à l'hôtel à Khoujir.

Jour 19 : Khoujir – Irkoutsk.

Petit-déjeuner avant de retourner à Irkoutsk (environ 5h de route, avec de nombreux arrêts photos…). Traversée du détroit Olkhonskiyé Vorota en bac et déjeuner dans un café au bord de la route. Dans l'après-midi arrivée dans la capitale de la Sibérie orientale et temps libre pour continuer la découverte de la ville ou faire quelques achats !
Nuit à l'hôtel à Irkoutsk.

Jour 20 : Irkoutsk.

Petit déjeuner à l'hôtel et temps libre à Irkoutsk en fonction des horaires des vols. Puis transfert à l'aéroport d'Irkoutsk.

Nota : En fonction des horaires des vols retour, l'arrivée sur Paris peut être le lendemain matin (jour 21).

Itinéraire indicatif [1] de notre circuit Chine Mongolie Russie

---

Notes

[1] Cet itinéraire est fourni à titre indicatif, c'est à dire que suivant les conditions météorologiques et/ou opérationnelles, le guide-accompagnateur qui est en charge du circuit, peut vous proposer des modifications suite à d'éventuels problèmes rencontrés, s'il le juge nécessaire pour votre sécurité et celle du groupe.

Les prestations
Le prix comprend

- Les vols internationaux Paris-Pékin et Ulan Bator-Paris
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [1]
- Tous les transports et les transferts (Minibus, train), sauf pendant les temps libres
- Les hébergements en Yourtes et hôtels***
- Tous les petits déjeuners
- Tous les repas sauf les 4 dîners mentionnées dans "le prix ne comprends pas"
- Le guide-accompagnateur Planète Découverte français.
- Les entrées et les sites mentionnés au programme

Le prix ne comprend pas

- Les boissons et achats personnels
- Les 2 dîners à Ulan Bator (8/13 €/repas) et les 2 dîners à Irkoustk (8/15€ par repas)
- Les visas Mongole 60 €, chinois 126 €, et Russe 61 €. Nous pouvons nous occuper des formalités de visa des 3 pays pour vous avec un supplément de 50€.

En option :

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour une assurance multirisque.
- Le supplément chambre individuelle, 330 € (10 nuits seulement)

Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

Formalités Mongolie :

Le visa est obligatoire pour rentrer en Mongolie. Votre passeport doit être valide pendant au moins six mois après la date de votre retour. Les visas touristiques est valable 30 jours à partir de votre entrée sur le territoire Mongol et vous devez arriver en Mongolie dans les 3 mois après son obtention.
Pour obtenir le visa, il faut présenter les pièces suivantes :

- un formulaire de l'ambassade dûment rempli.
- un passeport valable au moins 6 mois après le retour.
- 1 photo d'identité (format 4,5 x 3,5cm ; pas de photocopie ni de scan).
- une attestation de voyage.
- une attestation d'assurance (couvrant les frais médicaux et de rapatriement).
- Un chèque à l'ordre de l'Ambassade de Mongolie, ni espèce ni carte bancaire, ni chèque étranger n'est accepté. Il est possible d'obtenir son visa dans les 24 heures en payant une surcharge, qui correspond au double du prix normal du visa.

Faire une demande par correspondance : La demande par correspondance directement à l'Ambassade est désormais possible, vous devrez cependant adresser uniquement par courrier recommandé avec avis de réception au Service consulaire, 34, rue du Château, 92100 Boulogne Billancourt, les pièces suivantes :

Une taxe d'aéroport à régler au départ de la Mongolie s'élève à 12 US$.

En France
Ambassade de Mongolie en France (assurant des fonctions consulaires) : 5, avenue Robert-Schumann, 92100 Boulogne-Billancourt. Adresse service consulaire : 34, rue du Château, 92100 Boulogne-Billancourt. Service consulaire ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 12h. Métro : Porte d'Auteuil ou Michel-Ange-Molitor. Tél. : 01-46-05-28-12, courriel : info@ambassademongolie.fr ou consul@ambassademongolie.fr.

En Belgique
Ambassade de Mongolie en Belgique (assurant des fonctions consulaires) : Avenue Besme, 18, 1190 Forest (environs de Bruxelles), Tél. : 02-344-69-74, courriel : info@embassy-mongolia.be. Section consulaire ouverte du lundi au jeudi de 9h à 12h.

En Suisse
Ambassade de Mongolie en Suisse (assurant des fonctions consulaires) : chemin des Mollies, 4, 1293 Bellevue (environs de Genève), Tél. : (022) 774-19-74, courriel : mongolie@bluewin.ch. Ouvert de 9h à 13h et de 14h à 17h ; de 9h à 12h pour les visas.

Au Canada
Ambassade de Mongolie au Canada (assurant des fonctions consulaires) : adresse : 151, Slater Street, Suite 503, Ottawa, Ontario K1P-5H3. Tél. : (613) 569-3830. - Courriel : mail@mongolembassy.org.

Formalités Russie :

Un visa est nécessaire pour séjourner en Russie. Celui-ci doit être demandé après avoir complété la procédure de demande en ligne en anglais sur le site Internet du Département consulaire du Ministère des Affaires étrangères de la Fédération de Russie (http://visa.kdmid.ru).
Les visas, à l'exception des visas de transit, sont délivrés sur présentation d'une invitation émanant d'un répondant russe (société, agent de tourisme, institution…).
Documents pour obtenir le visa Russe :

- Un passeport, avec 2 pages libres minimum et en cours de validité (6 mois après la date du retour) : les photocopies ne sont pas acceptées, la signature sur votre passeport et celle de votre demande de visa doivent être identiques, les enfants de plus de 11 ans doivent avoir leur propre passeport.
- Une photocopie des pages du passeport où figurent votre photo et votre signature.

- Formulaire en ligne rempli, signé et daté au stylo noir. Il est impératif de remplir le formulaire en ligne : https://visa.kdmid.ru/ . Une fois rempli, le formulaire génère un code-barres à côté de l'emplacement de la photo, dont le consulat a besoin pour le traitement du dossier.
- Une attestation nominative d'assurance maladie et rapatriement (qui doit être agréée par les autorités russes) couvrant la totalité du séjour, avec le numéro de contrat, le nom de l'assuré, les dates du séjour, un montant minimum de couverture s'élevant à 30 000 €, et le cachet de l'assureur, attention, il faut un document original.
- Un voucher touristique venant d'un prestataire de services, comportant une invitation. Ce justificatif de séjour, correspond au formulaire CATE (Confirmation de l'accueil du touriste étranger).
- Une photo d'identité récente, en couleur, non scannée (photo - 3,5 cm x 4,5 cm).
- Les frais de dossier (tous moyens de paiement acceptés), le visa quant à lui se prépaie.

Conditions de séjour
Tout ressortissant étranger doit remplir un formulaire d'immigration lors de son entrée sur le territoire russe. La partie invitante dispose d'un délai de sept jours pour déposer une notification de l'arrivée du visiteur auprès du Service fédéral de l'immigration. Ce service applique un tampon sur le coupon détachable de la notification et le rend au visiteur qui le garde dans son passeport pendant toute la durée du séjour en Russie.

En France
Ambassade de Russie en France : Adresse : 40-50, boulevard Lannes75116 Paris Tel : 01.45.04.05.50/40.30. Courriel : ambrus@wanadoo.fr Site Web : http://ambassade-de-russie.fr/index.php/fr/

Consulats généraux de Russie en province :

- À Marseille : 3, avenue Ambroise-Paré, 13008 Marseille. Tél. : 04-91-77-15-25.
- À Strasbourg : 6, place Sébastien-Brant, 67000 Strasbourg. Tél. : 03-88-36-73-15.
- Consulat honoraire de Lyon : 66, rue Cuvier, 69006. Tél. : 04-78-90-26-54.

Obtenir le visa en France :
Paris : 19, rue de Ponthieu, 75008, 1er étage (entrée possible par le 26, avenue des Champs-Élysées). Métro : Franklin-D.-Roosevelt. Tél. : 01-85-09-09-93. Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h.
Marseille : centre d'affaires Prado, 141, avenue du Prado, 13008, bâtiment B, 2e étage. Tél. : 01-85-09-09-93. Métro : Périer. Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h.
Strasbourg : centre d'affaires, 1, rue Goethe, 67000, 3e étage. Tél. : 01-71-93-96-96. Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h.

Belgique
Ambassade de Russie en Belgique : Adresse : avenue de Fré, 66, Bruxelles 1180. Tél. : 02-374-34-00, 57-38 ou 68-86.
Section consulaire : rue Roberts-Jones, 78, Bruxelles. Tél. 02-374-35-69.

Obtenir le visa russe en Belgique.
Bruxelles : avenue Alphonse-Valkeners, 3, Auderghem, 1160. Tél. : 02-663-17-40. Dépôt des dossiers : du lundi au vendredi de 9h à 16h ; retrait des visas : du lundi au vendredi 14h à 17h.

Suisse
Ambassade de Russie en Suisse : Brunnadernrainstrasse, 37, 3006 Berne. Tél. : (031) 352-05-66 ou 64-65.
Service consulaire : Brunnadernstrasse, 53, 3006 Berne. Tél. : (031) 352-05-67 ou 04-25 (répondeur). Ouvert du lundi au mercredi et le vendredi de 9h à 12h.
Consulat de Russie : rue Schaub, 24, 1202 Genève. Tél. : (022) 734-79-55 ou 90-83. Ouvert le lundi, le mercredi et le vendredi de 9h à 12h (prendre rendez-vous).
Obtenir le visa russe en Suisse.
Genève : 13, rue du Fort-Barreau, 1201. Tél. : 031-528-08-25. Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 13h45 à 17h. Réception des documents jusqu'à 15h.

Canada
Ambassade de Russie au Canada : Adresse :285 Charlotte Street, Ottawa, Ontario K1N-8L5. Tél. : 613-235-4341 ou 236-1413.
Section consulaire : Adresse : 52 Range Road, Ottawa, Ontario K1N-8J5. Tél. : 613-236-7220 ou 6215.
Consulat de Russie : Adresse : 3685, avenue du Musée, Montréal, Québec H3G-2E1. Tél. : 514-843-5901.
Obtenir le visa russe au Canada.

Ottawa : 294 Albert Street, suite 505, K1P 6E6, Ontario. Tél. : (613) 800-7128. Ouvert du lundi au vendredi de 9h-12h30, 14h-16h30.
Montréal : 1010 Sherbrooke St West, suite 718, H3A 2R7, Québec. Tél. : (613) 800-7128. Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 16h30.

Santé Mongolie

Les conditions sanitaires en Mongolie sont parfois difficiles hors de la capitale. Les infrastructures médicales sont parfois rudimentaires en province. Il est impératif de disposer d'une assurance de type maladie/rapatriement couvrant la totalité du séjour en Mongolie. À ce propos, vous pouvez consulter nos offres d'assurances au lien :
http://www.planete-decouverte.fr/Nos-assurances-voyage
En cas de traitement médical régulier, il est conseillé d'avoir avec soi les médicaments nécessaires pour la totalité du séjour, les produits de substitution locaux n'étant pas toujours fiables. Disposer de quelques médicaments de première nécessité peut être utile au voyageur.

Pas de **vaccin** obligatoire mais une mise à jour des vaccinations Diphtérie-Tétanos-Poliomyélite (DTP) ou DTP-Coqueluche, et Hépatite A, est recommandée.
Un contrôle des vaccinations Tuberculose Rougeole-Oreillons-Rubéole peut-être conseillé.
Autres vaccinations conseillées (selon modalités du séjour) : fièvre typhoïde et Hépatite B, Encéphalite à tiques.
Demandez conseil à votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.

Hygiène alimentaire

Il est conseillé de boire de l'eau en bouteille, l'eau du robinet n'est pas potable. Éviter la consommation d'aliments insuffisamment cuits (poisson, viande, volaille, lait), de crudités ou d'aliments cuits consommés froids, et de fruits non pelés.
Eviter de caresser les animaux rencontrés (chats, chiens…).
Emportez dans vos bagages les médicaments nécessaires pendant la durée du séjour.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site de l'INVS, ainsi que celui de l'OMS, qui vous renseigneront sur l'état sanitaire de ce pays, ou le site de l'institut Pasteur : http://www.who.int/fr

Santé Russie

Il est impératif de disposer d'une assurance de type maladie/rapatriement couvrant la totalité de votre séjour. Outre la garantie qu'elle apporte, elle est requise pour l'obtention du visa.
À ce propos, vous pouvez consulter nos offres d'assurances au lien :
http://www.planete-decouverte.fr/Nos-assurances-voyage
En cas de traitement médical régulier, il est conseillé d'avoir avec soi les médicaments nécessaires pour la totalité du séjour, les produits de substitution locaux n'étant pas toujours fiables. Disposer de quelques médicaments de première nécessité peut être utile au voyageur.

Pas de vaccin obligatoire mais une mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite (+/- coqueluche) est conseillée.
D'autres vaccinations peuvent être conseillées : fièvre typhoïde, hépatites virales A et B, encéphalite à tiques d'Europe centrale, vaccin grippal saisonnier et méningite à méningocoque.
Pour la rage il convient de s'éloigner immédiatement de tout chien errant ou ayant un comportement suspect et d'éviter les contacts avec des animaux non vaccinés. En cas de morsure, griffure, plaie ou muqueuse en contact avec la salive animale. Laver aussitôt le point de contact à l'eau savonneuse puis appliquer un antiseptique et consulter dans les meilleurs délais un médecin, de préférence par l'intermédiaire d'un prestataire d'assistance internationale (assurance-rapatriement), celui-ci jugera de l'opportunité d'un traitement immédiat (immunisation).
Dans tous les cas, consultez votre médecin.

En raison de l'ampleur prise par la contrefaçon de médicaments en Russie, il est recommandé aux voyageurs d'emporter avec eux les médicaments achetés en France et appropriés à leur état ou à leur traitement.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site de l'INVS, ainsi que celui de l'OMS, qui vous renseigneront sur l'état sanitaire de ce pays, ou le site de l'institut Pasteur : http://www.who.int/fr

Sécurité Mongolie :

Il est recommandé d'être attentif lors des déplacements à pied en ville, à toute heure du jour et en particulier la nuit. En dehors de tout accompagnement, il est recommandé d'éviter de solliciter les services de taxis illégaux.

La petite délinquance est présente dans les lieux publics de la capitale. Il convient, en conséquence, d'être vigilant. Les étrangers sont souvent suivis à la sortie des discothèques. Le marché de « Narantuul », le « Grand magasin d'Etat », la gare centrale, la place Gengis Khan (place centrale d'Oulan Bator, anciennement place Sükhbaatar), la rue de Séoul, l'aéroport international « Chinggis Khaan » sont des lieux où sévissent les voleurs à la tire.

Sécurité Russie :

La sécurité générale s'est améliorée en Russie depuis le début des années 2000. Les niveaux de délinquance et de criminalité ne sont désormais pas plus élevés que dans les pays de l'Union européenne.
En dépit d'une présence visible de la police qui exerce un quadrillage des grandes villes, la petite délinquance (pickpockets) est relativement fréquente dans les lieux à affluence touristique. Des agressions individuelles sont toujours possibles comme dans toutes les grandes villes européennes.
Par mesure de précaution, voici quelques recommandations :

- Il est conseillé aux voyageurs de ne garder sur soi que la photocopie des passeports et visas et de ne pas se déplacer avec tout son argent (le reste devant être conservé à l'hôtel dans un coffre-fort ou un lieu sûr) ;
- Lorsque des agents de la police procèdent à un contrôle d'identité, ceux-ci doivent se présenter : chaque milicien doit porter sur la poitrine une plaque avec son numéro personnel. Il est en effet arrivé que des touristes soient victimes de malfaiteurs se faisant passer pour des membres de la police.
- La fréquentation de bars ou de boîtes de nuit peut parfois se révéler dangereuse : à plusieurs reprises, de jeunes touristes ont été intoxiqués par des substances hallucinogènes versées, à leur insu, dans des boissons, puis ensuite dépouillés (carte bancaire, passeport, argent, appareil photo) et laissés inconscients pendant plusieurs heures. Des cas d'agressions sexuelles ont également été signalés. Toutefois, ces cas sont rares et la fréquentation d'établissements de bonne facture diminue ce genre de risques.
  De même, l'utilisation de "taxis sauvages" est déconseillée à des heures tardives par des personnes seules, notamment lorsque d'autres passagers sont déjà à bord.

Préparer son voyage

Encadrement :

Un guide accompagnateur Planète Découverte pendant toute la durée du circuit et ponctuellement des guides locaux et chauffeurs mongols et russes.

Hébergement :

A l'hôtel de catégorie 3 étoiles (base chambre double) en ville, sous tente (tipi) ou yourte bien aménagées dans la steppe (base triple ou quadruple).
Pour ces raisons le supplément chambre individuelle n'est valable que pour les 10 nuits d'hôtel.

Bagages/portage :

Pas de portage de bagages sauf pour la dépose dans le bus ou dans les gares.
Il est conseillé de voyager avec un sac à dos ou un sac de voyage souple (avec roulettes de préférence) léger et pas trop encombrant. ÉVITEZ DE VOUS CHARGER.
Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée et les visites (appareils photo, lunettes, guide, etc.). Il pourra servir de bagage cabine. Ce bagage à main ne doit pas dépasser 5kg. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant)

Déplacement :

Minibus avec chauffeur, parfois en 4x4, trains (transmongolien compartiments de 4), taxis … chevaux et chameaux en option !

Vêtements et matériels :

Prévoyez donc des vêtements en conséquence !!! (Voir rubrique climats).

- Lampe de poche (ou frontale)
- Couteau (veillez bien à le laisser dans votre bagage de soute lors de l'enregistrement)
- Vos affaires de toilette + serviette de bain (en nids d'abeille, elle sèche plus facilement !)
- Lunettes de soleil (verres à fort pouvoir filtrant)
- Une crème solaire
- 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 rechanges
- Une veste coupe-vent imperméable
- Une polaire ou un pull
- Savon, shampoing, lessive biodégradable
- Tee-shirts, chemises à manches longues
- Pantalons légers
- Shorts bermudas
- Vêtement de pluie
- Foulard
- Chaussures confortables.

Achats :

En **Mongolie** on peut ramener des souvenirs comme des vêtements traditionnels, de l'artisanat local, des peintures et calligraphie sur papier, toile ou cuir et aussi des antiquités plus ou moins authentiques (!) Et pourquoi pas de la Vodka locale, dont la fameuse vodka aux paillettes d'or ! Les articles incontournables à ramener sont des cachemires de très bonne qualité et à prix abordable. À Oulan-Bator, on trouve dans les magasins de magnifiques petites aquarelles faites par des étudiants en beaux-arts ou des artistes anonymes.

En Russie les incontournables sont la bouteille de vodka, la boîtes de caviar (attention toutefois aux conditions de conservation et à ne pas l'acheter dans la rue !), la matriochka (poupée russe), la chapka (bonnes de fourrure) ou encore pour les collectionneurs, insignes et médailles à l'effigie de Lénine frappées de l'étoile rouge ou de la faucille et du marteau !
Attention : Les marchés sont souvent envahis par les contrefaçons. L'exportation des antiquités est strictement prohibée !

Budget :

Repas à Oulan Bator entre 7 et 15 euros, un repas à Irkoutsk et Listvianka idem.
Plus bien sûr vos boissons, achats et dépenses personnels.

Pourboires :

Les **Mongols** ne laissent traditionnellement pas de pourboire. Toutefois, les guides, chauffeurs et serveurs dans les restaurants sont habitués à en recevoir. Si le service a été bon dans les restaurants, un pourboire de 10% sera le bienvenu.
Le pourboire en **Russie**, (na chaï, soit, littéralement, « pour le thé ») est une tradition à respecter, 5 à 10 % dans les restos, quelques dollars dans les hôtels si vous faites appel à un porteur.

Informations pratiques

Électricité :

En **Mongolie** : Courant alternatif 220 Volts, 50 Hertz. Les prises sont de type européen et parfois à trois branches, il est conseillé de se munir d'adaptateurs.

En **Russie** : Courant alternatif 220 Volts, 50 Hertz. Les prises sont de type européen.

Poids et mesures

Système métrique utilisé en Mongolie et en Russie.

Téléphone :

*- De la France vers la Mongolie : 00 + 976 + numéro du correspondant.
*- De la Mongolie vers l'étranger : 00 + 33 (France), 00 + 1 (Canada), 00 + 32 (Belgique), 00 + 41 (Suisse) + numéro du correspondant (sans le 0 initial).

Les réseaux de téléphones portables couvrent correctement la capitale et les principales villes, beaucoup moins la steppe !
Pour les appels internationaux, mieux vaut aller à la poste centrale, dans les grands hôtels ou chez un particulier. Dans les villages, il y a des téléphones dans les bureaux de poste.

De la **Russie vers la France**, la Belgique ou la Suisse : d'un téléphone fixe, composez le 8, attendre un bip continu, puis : 10 + indicatif du pays 00 + 33 (France), 00 + 1 (Canada), 00 + 32 (Belgique), 00 + 41 (Suisse) + numéro de votre correspondant. D'un téléphone portable, c'est plus simple : composer le 00 (ou +) suivi de l'indicatif du pays et du numéro.

Poste :

En Mongolie : On trouve des timbres dans les bureaux de poste de la capitale. Il est préférable de déposer son courrier à la poste, plutôt qu'à la réception d´un hôtel ou dans une boîte aux lettres publique. Temps d'acheminement d'une lettre pour l'Europe : une à deux semaines.
La poste centrale d´Oulan-Bator est ouverte de 9h00 à 19h00 (jusqu´à 21h00 en été).

En Russie : Encore très lente ! Normalement de 1 à 3 semaines, jusqu'à plusieurs mois parfois !
Compter environ 35 RUB pour l'affranchissement d'un courrier expédié en avion vers l'Europe.

Internet :

En **Mongoli**e, les cybercafés sont très nombreux dans le centre d'Oulan-Bator. L'accès à internet est possible dans le bureau de poste des chefs-lieux de province.
La **Russie** a enregistré une très forte progression en ce qui concerne l'accès à Internet (une des plus fortes d'Europe) ! Cependant la liberté d'information n'est pas totale sur l'Internet russe !
On trouve désormais le wifi presque partout, dans les cafés et restaurants, dans la plupart des AJ et des hôtels, le plus souvent en libre accès.

Change :

En **Mongolie**, la monnaie est le tugrik (Tg), divisé en 100 möngke.
(Février 2018) 1 € vaut environ 3000 Tg, taux fluctuant.
Les banques et les bureaux de change d'Oulan-Bator changent les devises sans problème (euros, dollars…). Les autres villes du pays changent les dollars, plus rarement les euros, et font parfois des avances sur les cartes bancaires.

En **Russie** la monnaie est le rouble (RUB).
(Été 2016) 1 € vaut environ 70 RUB et 100 RUB valent 1,5€ ou 1,7USD environ.
On peut changer les euros ainsi que les dollars et la plupart des bureaux de change acceptent les francs suisses et les dollars canadiens.
On trouve facilement banques et bureaux de change.
Attention aux billets vieux ou abîmés : ils peuvent être refusés !
Les chèques de voyage ne sont pas reconnus en Russie.

- http://www.xe.com

Chèques de voyage : Il est aussi possible de changer des chèques de voyage, moyennant une commission de 2%. Les chèques de voyage American Express sont acceptés dans les banques. En dehors d'Oulan-Bator, il est plus difficile de les changer.
- *Les tugriks n'ayant aucune valeur hors de Mongolie, il faut les dépenser avant de repartir.

- Cartes bancaires : elles sont de plus en plus acceptées dans les grands hôtels et les boutiques d'antiquités. La plupart de ces établissements prennent cependant 3% supplémentaire pour tout achat par carte de crédit.
- DAB : Certaines banques ont des distributeurs automatiques de billets. Ces DAB acceptent les cartes Visa et MasterCard (possibilité de retirer jusqu'à 600 000 Tg (260 euros) par jour).

Les banques sont ouvertes du lundi au vendredi, de 10h00 à 13h00 et de 14h00 à 17h00 ; le samedi de 10h00 à 12h00

Us et coutumes

En **Mongolie** :
Adoptez une attitude décontractées soyez patients !

- Serrez la main des personnes que vous avez bousculée.
- Dans une yourte, gardez votre chapeau, évitez de stationner sur le seuil de la porte, asseyez-vous tout de suite à gauche de l'entrée et attendez qu'on vous invite vers la place d'honneur au fond de la yourte.
- Respectez l'autel qui se trouve à l'opposé de la porte dans la yourte.
- Dans une yourte ou autour d'un ovoo (amas de pierres, de branches et d'offrandes dans la campagne), déplacez-vous dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Recevez ce qui vous est tendu des deux mains, ou de la main droite avec la main gauche collée au coude droit (en signe de bonnes intentions).
- Mangez ou buvez les aliments qu'on vous offre, ou à défaut goûtez-y. Si c'est de l'alcool et que vous n'en buvez pas, trempez-y les lèvres par politesse.
- Accepter ce qu'on vous tend, ce qu'on vous donne, c'est faire preuve de politesse.
- Si on vous offre de la vodka ou de l'arkhi, trempez-y l'extrémité de l'annulaire et jetez-en quelques gouttes en l'air.
- Quand vous croisez une personne plus âgée que vous, laissez-la passer devant vous.

À ne pas faire

- Ne portez pas de vêtement simplement posé sur vos épaules ; ne gardez pas vos manches roulées au-dessus des coudes.
- N'enjambez rien ni personne, contournez les objets, même s'ils sont posés au sol.
- Le feu est sacré. N'y jetez rien, ne le montrez pas du doigt, ne pointez rien en sa direction. Ne tendez pas les jambes vers lui. Ne dispersez pas les cendres d'un foyer, même éteint.
- Ne frappez jamais à la porte d'une yourte. Faites-vous entendre en arrivant à proximité, puis entrez-y directement en franchissant le seuil du pied droit.
- Dans une yourte, ne vous appuyez pas aux deux poteaux qui portent le toit (ils ont une symbolique religieuse) ; ne passez pas entre eux, mais contournez-les. -* À l'intérieur, vous pouvez chanter, mais ne pas siffler. N'apportez pas d'arme dans une yourte, ne franchissez pas le seuil avec une cravache à la main.

En **Russie** :
Les traditions et la culture sont particulièrement imprégnées du mythe de l'âme russe, teinté de joie et de mélancolie, de rudesse et de convivialité. La plupart des traditions tournent autour de la boisson nationale, la vodka ! En Russie, on ne sirote pas la vodka, on la boit "Do Dna !" (cul-sec) et l'on ne pose jamais son verre avant de l'avoir fini (à noter que si les bouteilles sont vides, on les repose sur le sol et pas sur la table). Il est de bon ton de porter des toasts lors d'un repas. D'habitude, le deuxième est pour célébrer la beauté des femmes présentes !
Lorsque l'on arrive dans une maison russe, on ne sert jamais la main de son hôte à travers un seuil de porte. Une fois à l'intérieur il faut se déchausser, les invités auront toujours des chaussons à leur disposition.
Les Russes apprécient beaucoup les cadeaux, il est d'usage d'apporter un petit quelque chose pour la maîtresse de maison (si il s'agit de fleurs, elles ne doivent pas être jaune et toujours d'un nombre impair) et si possible un souvenir de son propre pays.

Climat :

Le **climat mongol**, de type continental extrême, est caractérisé par de très grandes amplitudes de température, et de fortes variations de pression atmosphérique au printemps (vents).
La température moyenne annuelle à Oulan Bator est de -1° Celsius. L'hiver mongol dure près de huit mois.
Les températures sont plus élevées sur le vaste plateau situé au sud (-10° en janvier, 28° en juillet) que dans les montagnes situées au nord (-15° en janvier, 21° en juillet). Les précipitations varient de 400 mm par an dans le nord à 100 mm par an dans le sud. L'humidité est très faible et l'ensoleillement est très important (250 jours par an).

Le climat de la Mongolie est agréable durant les mois de juin, juillet et août : Les températures atteignent 21-22° dans le nord et 25-28° dans le sud (parfois 40° dans le désert). Les nuits sont fraîches. Les précipitations sont faibles dans le sud et modérées dans le nord.

Oulan Bator (Capitale de la Mongolie)

Temp	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Moy max	-14°	-8°	-3°	3°	16°	21°	22	° 21°	15°	6°	-5°	-14°
Moy min	-27°	-25°	-16°	-6°	3°	7°	10°	9°	2°	-7°	-17°	-25°
Pluie	...	...	...	10	10	40	60	50	30	10	...	...

Le climat de la Sibérie orientale est de type continental extrême, est caractérisé par de très grandes amplitudes de température, et de fortes variations de pression atmosphérique au printemps (vents).
Le climat de la Sibérie orientale est agréable durant les mois de juin, juillet et août : Les températures atteignent + 21-22° dans le nord (parfois + de 35°). Les nuits sont fraîches. Les précipitations sont modérées dans le nord.

Irkoutsk

Temp	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
Moy Maxi	-15°	-11°	-3°	7°	14°	21°	22°	21°	15°	6°	-6°	-15°
Moy Mini	-25°	-24°	-16°	-6°	2°	8°	11°	10°	3°	-5°	-16°	-23°
Pluie	15	10	10	15	30	55	80	70	40	20	15	15

Heure locale :

GMT/UTC + 8h à Ulan Bator
Quand il est 12h à Paris, il est 19h à Oulan Bator.
Quand il est 12h à Montréal, il est 1h (+1J) à Oulan Bator.
Pas de changement d'heure en été !

GMT/UTC + 8h Irkoutsk
Quand il est 12h à Paris, il est 19h à Irkoutsk.
Quand il est 12h à Montréal, il est 1h (+1J) à Irkoutsk.
Pas de changement d'heure en été !

Transports

Infrastructure routière
À Oulan Bator, attention au mauvais état des trottoirs et chaussées…il convient donc de traverser les rues avec prudence.
À l'extérieur de la capitale, la rareté des routes asphaltées, l'état des pistes et la très faible densité de population conduisent à recommander l'utilisation des services d'un chauffeur mongol.
Transport en taxi :
Il est conseillé de ne prendre que les véhicules des compagnies enregistrées, équipés de taximètres.

Réseau ferroviaire
Il concerne une ligne nord-sud (Transmongolien) qui relie la Russie à la Chine avec une branche secondaire vers la ville d'Erdenet.

En Russie, dans les régions reculées la circulation automobile est difficile en raison de la détérioration des chaussées et des risques climatiques.

Nourriture

La cuisine mongole n'est pas très élaborée ! En fait, elle est composée d'éléments simples et peu variés. Les Mongols sont de grands amateurs de viande, fraîche ou séchée.
- La viande (makh), surtout de mouton, se retrouve dans beaucoup de plats, et elle est accompagnée de pâtes ou du riz (façon goulache), de soupes (chöl). Elle peut aussi fourrer des beignets (khuchuur), des ravioles (buuz).
- Les légumes (choux, pommes de terre, carottes) sont aussi présents.
- Le riz (tsagaan budaa) ou les pâtes constituent l'essentiel de chaque plat, dont la soupe consommée sous la yourte. -Les produits laitiers (fromages divers, lait de jument fermenté, crème de lait…) avec des beignets (boortsog).
Ces beignets constituent aussi ce qu'on pourrait appeler les desserts !
À Oulan-Bator, des restaurants proposent des restaurants, chinois, japonais, italien, français, indien, etc. Dans les plus grandes villes de province, quand on trouve des restaurants dont la carte mentionne des plats étrangers, il s'agit généralement de spécialités russes, slaves ou chinoises.

Boissons
Quatre spécialités !
- Le thé au lait salé (suutei tsaï), une infusion de thé noir de Chine, de lait, de sel et parfois de beurre.
- L'aïrag, le lait de jument fermenté, dont le taux d'alcool dépasse à peine les 2 ou 3 °, mais dont le pétillant enivre ! C'est la boisson nationale. - L'arkhi, c'est du lait de vache distillé, dont le taux d'alcool tourne autour de 12 °. Le goût est surprenant !
- La vodka est en train de devenir une spécialité mongole. Importée de Russie ou fabriquée sur place.

Données culturelles