Iran

Ski à Dizin - Reference : OR-IRAN-S1

Descriptif jour par jour
Jour 1 – Vendredi : Paris – Téhéran – Dizin

Arrivée dans la soirée à Téhéran, accueil et transfert à l'hôtel Dizin.
(L'aéroport d'Imam Khomeiny – Hôtel Dizin - 220 KM)

JOUR 2 & 3 – Samedi & Dimanche : Dizin

Séjour à l'hôtel Dizin et l'utilisation des pistes.

Jour 4 – Dizin – Téhéran – Paris

Skier et profiter des beaux paysages montagneux jusqu'à 17h00 avant quitter l'hôtel vers Téhéran pour le diner et la visite de la Tour MILAD.
Ensuite vous irez directement à l'aéroport d'Imam Khomeiny pour un retour très matinal vers Paris.

Les prestations
Le prix comprend :

- Les vols internationaux Paris-Téhéran A/R sur Iran Air (Vol direct)
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant. [1]
- L'hébergement à l'hôtel Dizin*** pour 3 nuits
- Les petits déjeuner à l'hôtel
- Tous les transferts
- Un guide francophone pendant tout le voyage,
- Le forfait pour les remontées mécanique
- La matériel de ski (ski, battons, chaussures)
- Le dîner à Téhéran le dernier soir et la visite de la Tour Milad

Le prix ne comprend pas :

- Les déjeuners et les dîner sauf à Téhéran
- Le visa iranien

En option

- L'assurance voyage, consultez nos offres pour une assurance multirisque.

Fiche technique du circuit

Formalités / Santé

Formalités

Pour les ressortissants de l'Union Européenne et pour les canadiens un **passeport valide 6 mois** après la date de retour et **un visa sont obligatoires**. Le délai d'obtention du visa est d'un mois.
Les autorités iraniennes ne reconnaissent pas la double nationalité. Les binationaux franco-iraniens qui entreraient en Iran avec leur passeport iranien ne seront donc pas en mesure de solliciter la protection consulaire.
Attention : les formalités peuvent varier fréquemment, bien se renseigner avant le départ.
Entamer les formalités d'obtention du visa plusieurs semaines à l'avance auprès de l'Ambassade d'Iran à Paris. Le visa peut n'être obtenu qu'au dernier moment.
Les services consulaires iraniens à l'étranger ont mis en place un système de prise d'empreintes digitales pour tous les ressortissants qui sollicitent un visa pour l'Iran. Cette nouvelle procédure nécessite la présence effective des ressortissants français lors du dépôt de leur demande de visa.
La durée de validité des visas de tourisme ou d'affaires ne dépasse pas un mois. Il est recommandé de vérifier la durée accordée au moment de la délivrance, car elle est souvent inférieure à la durée demandée ; ne pas confondre à cette occasion la date-limite à laquelle le visa autorise à entrer en Iran et la durée de séjour autorisée en Iran. Bien conserver aussi dans son passeport la fiche d'entrée remplie au moment du franchissement de la frontière, car elle est demandée au moment de la sortie du territoire.
Il est interdit d'importer de l'alcool. Il est interdit d'exporter sans autorisation des antiquités ou des tapis anciens. Pour tous les achats de valeur, demander une facture, permettant au retour en France de justifier, si nécessaire, le coût de l'objet auprès des douanes françaises.
Pour toute information complémentaire, prendre l'attache de l'Ambassade d'Iran à Paris.
A l'arrivée : formulaire de douane à remplir pour préciser si l'on possède des marchandises à déclarer. Cependant les formalités sont allégées pour les voyageurs étrangers. Il est toutefois strictement interdit d'importer des boissons alcoolisées ou des magazines pouvant comporter des photos de femmes peu vêtues.
Au retour : le formulaire de douane sert à déclarer les achats importants effectués en Iran. Les kilims et les tapis inférieurs à 12 m² et de moins d'un siècle n'ont pas à être déclarés. L'exportation d'antiquités est interdite.
Seul le caviar acheté à l'aéroport est autorisé. En cas de doutes, renseignez-vous sur place.

Adresses / numéros utiles

- Maison de l'Iran à Paris : tourisme.maisoniran@yahoo.fr, www.tourisme-iran.fr
  Horaires d'ouvertures : 10h00 – 16h00, Fermé entre 13h00 à 14h00 – samedi – dimanche et les jours fériées.

- **En Belgique**, Ambassade d'Iran à Bruxelles, Belgique :F.D. Rooseveltlaan 15, 1050 Brussels
  Tél : (+32) 2 627 03 50, (+32) 2 627 03 51, (+32) 2 779 46 66 / 2 762 39 15. E mail : secretariat@iranembassy.be

- **En Suisse** : Ambassade d'Iran à Berne, Thunstrasse 68, Case postale 227, 3006 Berne
  Tél : +41) 31 350 10 89, E mail : secretariat@iranembassy.ch

Au Canada : L'Ambassade d'Iran en Ottaw, 245 Metcalfe St.Ottawa ON K2P 2K2
Tél local : (613) 235.4726, International : +1.613.235.4726.
Courriel : mohebi@salamiran.org

Santé

Avant le départ : Consultez votre médecin (éventuellement votre dentiste) et n'oubliez pas de souscrire à une assurance asisitance / rapatriement
L'état sanitaire du pays est satisfaisant, le corps médical est de bonne qualité.
Prenez les médicaments dont vous pourriez avoir besoin (désinfectant intestinal, anti diarrhéique) et surtout vos médicaments habituels (gardez votre trousse à pharmacie dans votre sac à main). Aucun vaccin n'est obligatoire.
L'attention des voyageurs est appelée sur les pénuries de médicaments, liées aux difficultés d'approvisionnement des hôpitaux et des pharmacies en produits importés. Par ailleurs, des cas de contrefaçon de médicaments ont été signalés (notamment de contraceptifs).
Pendant l'été, les lunettes de soleil, chapeau, crème solaire pour les mains, le visage et les lèvres, lingettes sont très appréciés. Eau minérale trouvable facilement partout.
Vaccinations
La mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite est recommandée.
Autres vaccinations conseillées (selon les conditions d'hygiène et la durée du séjour) : fièvre typhoïde, hépatites virales A et B.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter les sites suivants :

- Institut Pasteur (fiche pays) http://www.pasteur.fr/fr/map
- Institut de veille sanitaire
- Organisation mondiale de la santé

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

Sécurité :

L'iran est un pays sur, néanmoins, l'augmentation du nombre de touristes depuis le printemps 2014 se traduit par une recrudescence de vols bien que cela reste marginal. Les visiteurs sont donc invités à faire preuve de prudence : véhicules privés s'improvisant taxis, faux policiers, vols à l'arraché.
Il est recommandé de rester à l'écart de tout rassemblement ou manifestation ou mouvement de foule et de s'abstenir de prendre des photographies de l'espace public. Il convient également de rester dans les principales agglomérations et sur les grands axes de circulation, à l'écart des nombreuses zones militaires, qui sont rarement signalées explicitement. Les services de police sont d'une façon générale très sourcilleuse.
Il est recommandé de respecter les codes d'habillement et de conduite du pays (voir rubrique " Equipement").

Préparer son voyage

Encadrement durant votre circuit en Iran :

Un guide local francophone pendant toute la durée du séjour depuis l'aéroport de Téhéran.

Hébergement :

En hôtel***. Tous les hôtels appartenant autrefois aux grandes chaînes internationales sont aujourd'hui nationalisés. Ils offrent un confort acceptable, avec air conditionné, dans un cadre parfois défraîchi.

Bagages/portage :

Lors des déplacements et transferts, chacun doit porter ses bagages. Nous vous conseillons de voyager avec unsac de voyage souple, avec ou sans roulettes, ou sac polochon.
Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée et pour garder près de vous dans le véhicule (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 :

En voiture ou en minibus pour les transferts.

L'équipement :

Conseil vestimentaire :
L'Iran impose à ses visiteurs de se conformer à un certain nombre de règles concernant l'habillement. Cependant, ces règles ont quelques peu évoluées récemment. Les femmes sont tenues de porter le vêtement islamique, un vêtement simple, genre tunique à manches longues (sur un pantalon ou une jupe longue) et un léger foulard de la couleur que vous désirez autour de vos cheveux, ceci dans tous les espaces publics. Le port du short ou de la mini-jupe n'est pas autorisé. La couleur des vêtements n'a pas d'importance. Les jambes ne peuvent être nues. Les sandales ouvertes sont acceptées. En hiver, un manteau long suffit. Les hommes doivent porter des pantalons longs.
Autres conseils :

- 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 bains (en nids d'abeille, elle sèche plus facilement !)
- Lunettes de soleil (verres à fort pouvoir filtrant)
- Une crème solaire
- Petite trousse à pharmacie de base (Il n'y a pas de pharmacie collective)
- Toutes vos affaires pour la pratique du ski comme en France.

Achats :

Parmi les grandes réalisations artisanales du pays, on trouve des tapis persans, tissus, instruments de musique et pièces en marqueterie, plats et chandeliers en cuivre, boites en papiers mâchés.
Promenez-vous dans les bazars ! Ils offrent un très large choix de produits. N'oubliez pas de marchander ! Il faut savoir que l'exportation de tapis et d'antiquités est strictement contrôlée. Un vrai certificat de vente doit vous être remis.
Pour éviter les problèmes, effectuer ces achats dans les boutiques qui possèdent une licence d'exportation. Si vous le souhaitez, elles se chargent aussi de l'expédition.
Concernant le caviar, les autorités s'avèrent parfois moins regardantes.
Les commerces ouvrent du samedi au jeudi inclus. En général, ils ferment à l'heure du déjeuner et reprennent jusqu'à 20 h.

Pourboires

La pratique des pourboires est la même qu'en Europe.

Budget :

Comme indiqué dans les prestations, vous aurez à payer ce qui n'est pas compris dans le prix. Il faut donc prévoir un budget pour vos boissons et achats personnels (timbres, cartes, souvenirs….).
Pour les repas, prévoyez 10€ pour chacun d'entre eux environ.

Nourriture :

La cuisine iranienne est fine et variée. Le riz est toujours servi à table accompagné des brochettes grillées (Kabab) d'agneaux, de mouton, de bœuf ou de poulet : les plats préférés des iraniens sont les ragoûts (Khoresht) préparés avec des légumes et des fruits, parfumés au safran et au citron séché.

Il existe une centaine de variétés de Khoresht :
- Khoresht-e Fessenjan (avec une sauce à base de grenade et de noix pilées).
- Khoresht-e Alou (avec des pruneaux).
- Khoresht-e Badenjan (à base d'aubergine).

L'Iran offre un grand choix de fruits frais (grenades, oranges, melons, pommes…) et de fruits secs (pistaches, noix, amandes, raisins secs, dattes…).Testez le yaourt à l'ail, servi dans un bol. Le lait fermenté relève les épinards.

Boissons :

L'eau du robinet est généralement potable en Iran, cependant utilisez de préférence l'eau minérale que l'on trouve partout.
Vous trouverez difficilement du café expresso !
Le thé est la boisson traditionnelle, vous pouvez le consommer dans les maisons de thé accompagné de gâteaux locaux.
L'eau bouillante et le sucre sont disponibles partout.
Doughe (yaourt dilué dans l'eau) est la boisson d'été des iraniens, désaltérant et agréable.
L'hiver, il existe quantité de soupes. L'été, buvez des sirops de fleurs. Toute l'année, les pâtisseries abondent. Les Iraniens boivent surtout du thé. Sachez qu'il est interdit d'acheter et d'importer de l'alcool !

Informations pratiques

Électricité :

220 V - 50 Hz. Les prises sont les mêmes qu'en France.

Poids et mesures :

Le système métrique international.

Téléphone :

Le service d'appel international fonctionne parfaitement.
Pour téléphoner de la France vers l'Iran, composez le 00 + 98 (indicatif du pays) + indicatif régional, sans le 0 (Chiraz : 71 ; Ispahan : 31 ; Mechhed : 51 ; Tabriz : 41 ; Téhéran : 21 ; Yezd : 351) + n° du correspondant.
Code international pour sortir du pays : 00. suivi du numéro du correspondant.
Possibilité d'utiliser votre téléphone portable, pour plus de précision renseignez-vous auprès de votre réseau.

Appels vers l'Iran : 00 + 98 + indicatif de la ville (sans le 0) + numéro du correspondant.

- De l'Iran vers la France : 00 + 33 + numéro du correspondant à 9 chiffres (sans le 0), par exemple : 1 pour Paris, + 8 chiffres).
- De l'Iran vers la Belgique : 00 + 32 + indicatif de la ville (2 pour Bruxelles) puis le numéro du correspondant.
- De l'Iran vers la Suisse : 00 + 41 + indicatif de la ville (22 pour Genève) puis le numéro du correspondant.
- De l'Iran vers le Canada : 00 + 1 + indicatif régional + numéro du correspondant.

Poste :

!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Internet :

L'accès à internet, en dehors des sites iraniens, est souvent difficile, l'utilisation de VPN (Réseaux Privés Virtuels) est interdite.

Change :

Emportez des dollars ou des euros. Le change est possible dès l'aéroport, au guichet de la banque, mais vous pouvez attendre l'hôtel. Certains achats plus importants (tapis, miniatures ...) peuvent être payés en dollars dans les grandes villes. Attention, à la fin du voyage, il est difficile de reconvertir les rials en euro.
1 € = environ 45 000 Rials = 4500 Toumans.
http://www.xe.com/

Attention : Les cartes de crédits et les chèques de voyage ne sont pas acceptés.

Us et coutumes :

La société iranienne est une société moderne. L'Internet a sa place chez les religieux de Qom tandis que les femmes ont la leur dans la vie publique (école, droit de vote, Arts et Lettres, professions diverses).
La tradition chez les iraniens est d'une grande importance. La courtoisie et la politesse ont une place remarquable (Tarof). Pour se saluer, une simple inclinaison de la tête est un signe de respect. Les hommes ne serrent pas la main aux femmes et s'inclinent en signe de respect. Il n'est pas d'usage de se livrer en public à des démonstrations d'affection appuyées.

Climat :

Le plateau situé au centre de l'Iran est constitué de plaines et de montagnes. L'Iran a deux zones climatiques différentes : le centre et le sud de l'Iran ont un climat aride avec une saison chaude (mai, juin, juillet, août, septembre) et une saison douce (octobre, novembre, décembre, janvier, février, mars, avril) et la côte nord de l'Iran a un climat tempéré.
Les écarts de températures sont importants au cours de l'année : 10° dans le centre et le nord de l'Iran et 20° dans le sud de l'Iran en janvier ; 30° dans le nord de l'Iran et 36-38° dans le centre et le sud de l'Iran en juillet. Les précipitations sont plus importantes au nord de l'Iran (800 à 1 500 mm par an) qu'au centre et au sud de l'Iran (100 à 300 mm par an).

Meilleure saison : avril, mai et octobre

Téhéran (Capitale de l'Iran)

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	7	10°	15°	21°	28°	34°	36°	35°	31°	24°	16°	10°
min	-1°	0°	5°	11°	16°	20°	24°	23°	19°	12°	6°	1°
Pluie mm	40	30	40	30	10	0	0	0	0	10	20	40

Heure locale :

GMT/UTC + 3h30
Lorsqu'il est midi à Paris, il est 14h30 Téhéran en été, 15h30 h en hiver.
Lorsqu'il est midi à Montréal, il est 20h30 Téhéran en été, 21h30 en hiver.

Horaires :

Infrastructures, transports :

- **Infrastructure routière :**
  Si l'état général des routes est bon, se méfier néanmoins des déformations et dégradations de chaussée non signalées, les cartes routières contiennent parfois de sérieuses erreurs ou approximations. Le réseau autoroutier est assez développé à partir de Téhéran.
- **Réseau ferroviaire :**
  Réseau incomplet. Les trains sont lents et d'un confort acceptable sur certaines destinations : Téhéran-Machhad, Téhéran-Bandar-Abbas, Téhéran-Tabriz, notamment.
- **Transport aérien :**
  Les transports aériens fonctionnent bien et desservent toutes les villes significatives de province. La flotte d'aéronefs est vieillissante mais sa maintenance est satisfaisante.

Données culturelles

Guides de voyage :

- Guide culturel de l'Iran : Patrick Ringgenberg. Ed. Rowzaneh (512p.). Disponible à l'Office du Tourisme de l'Iran.
- Guide Olizane : Helen Loveday et Frédéric Garouste : l'Iran, de la Perse ancienne à l'état moderne. (Genèvr 2006)
- Lonely Planet : Paul Greenway et David St Vincent, Iran (éd. En français)
- Guide Evasion/ Hachette : Marie Rehm : Iran. Paris, Hachette, 2006 (320 p.
- Guide Les Belles Lettres : Philip Huyse, La Perse Antique, Paris, les Belles Lettres, 2005. (298 p.) (A paraitre : l'Iran Médiéval)
- Cartes de l'Iran : B. Hourcade (et autres) : Atlas d'Iran. Reclus- La documentation française, Juillet 1998 ; 192 p. (plus de 250 cartes en couleurs)

Romans et récits de voyage :

- L'Usage du monde, de Nicolas Bouvier. Ed. Payot.
- Cinq histoires cruelles, de Mahmoud Dowlatabadi. Ed. Gallimard.
- Au-delà du voile. Femmes musulmanes en Iran, de Marie-Claude Lutrand et Behdjat Yazdekhasti. Ed. L'Harmattan.
- La véritable Farah impératrice d'Iran, de Vincent Meylan. Ed. Pygmalion.
- Les Rubaiyat, d'Omar Khayyam.
- Le Jardin de roses, de Saadi.
- Mémoires, de Farah Pahlavi. Xo Editions.
- Pour l'Iran, de Réza Pahlavi. Ed. Flammarion.
- Iran, Moudjahidines du peuple : la résistance aux ayatollahs, de Mehdi Abrichamtchi. Ed. Picollec.
- Les larmes de l'exil : l'Iran confisqué, de Ladane Azernour. Ed. Les Quatre Chemins.
- L'Iran : les petits-enfants de la révolution, de Katajun Amirpur. Ed. Alvik, coll. Géopolitique.

Beaux livres :

- Iran : 2 500 ans d'art perse, de Giovanni Curatola et Gianroberto Scarcia. Ed. Hazan.
- Bam, sentinelle de sable, de Bruno Le Normand. Ed. Gallimard.

Filmographie :

- Un Instant d'innocence, de Mohsen Makhmalbaf, 1997.
- Les films du réalisateur Abbas Kiarostami.
- Une séparation d' Asghar Farhadi.
- Persépolis long métrage d'animation franco-iranien de Vincent Paronnaud et Marjane Satrapi.

Musique :

- Iran : percussions, de Madjid Khaladj.

Petit lexique :

La langue nationale est le persan, langue indo-européenne également connue sous le nom de farsi. Le pays compte néanmoins un grand nombre de langues régionales comme l'azéri, le kurde, l'arabe, le lori, le baloutche ou le turkmène.

La calligraphie arabe a été adaptée au persan après l'introduction de l'islam dans le pays. La grammaire farsi est relativement simple. En règle générale, l'accent tonique est placé sur la dernière syllabe.

- Bonjour : salam
- merci : motashakkeram
- comment allez-vous ? : hal-é shoma chetor ast ?
- oui : balé
- non : nakheir
- s'il vous plaît : lotfan
- merci : mersi
- je ne parle pas persan : farsi balad nistam
- où ? : koja ?
- quand ? : kei ?
- droite : dast-é rast
- gauche : dast-é chap
- aujourd'hui : emruz
- demain : farda
- restaurant : restoran
- hôtel : hotel ou mehmunkhuné
- chambre : otagh
- gare : istgah
- taxi : taksi
- aéroport : forudgah
- ambassade/consulat : safarat/konsulgari