

# Oman, montagnes, dunes et océan



## *PRESENTATION*

Montagnes, dunes et océan

14 jours - 13 nuits - 12 jours de balade et découverte

À pied et en 4X4, une grande boucle pour découvrir les surprenantes montagnes d'Oman, un océan de dunes et les beaux rivages du sultanat !

Afin de découvrir en un seul voyage, les points forts de ce petit coin de péninsule Arabique, nous vous avons concocté un circuit à votre mesure tantôt à pied tantôt en véhicule tout terrain. Nous partons en premier lieu voir les plis et replis du djebel Akhdar : wadi aux vasques claires, grand canyon, cultures en terrasse, villages abandonnés, forteresses médiévales, puis nous gagnons le désert de Ash Shariyah (Wahiba) aux dunes et bivouacs somptueux et enfin la mer d'Oman avec ses longues plages de sable fin, ses criques oubliées, et ses villages de pêcheurs.

### **Les points forts :**

- L'intégrale des paysages omanais
- Les baignades dans les wadis et l'océan indien
- Les wadis Arbayeen shaab et Tiwi
- Les dunes des Wahiba

# PROGRAMME

## Jour 1

### Arrivée Mascate.

Accueil à l'aéroport et transfert vers votre hôtel.

## Jour 2

### Mascate et wadi Bani Awf

Visite de la grande mosquée, puis départ vers Nakhl et le Wadi Bani Awf. Balade autour du village de Balad Sayt et ses cultures en terrasses. Continuation par une belle piste de montagne jusqu'au col de Birkat Sharaf, vue sur les 2 versants du Jebel Akhdar. Dîner et nuit en Bivouac.

**Temps de marche : 1 h 30. Temps de transfert : 3 h**

## Jour 3

### Jebel Shams et Al Hamra

Route pour le hameau d'Al Khutaym dans le djebel Shams. Randonnée en balcon jusqu'au village abandonné d'As Sab. Du djebel Shams, "la montagne du soleil", deuxième sommet de la péninsule arabique, panorama sur le grand canyon d'Oman. Nuit en bivouac à proximité du village de Misfat Al Abriyin.

**Temps de marche : 3 h. Dénivelé : + 150 m. Temps de transfert : 3 h.**

## Jour 4

### Misfat et Nizwa

Visite du village perché de Misfat. Balade dans la palmeraie en suivant le falaj. Descente en voiture à Al Hamra pour visiter le vieux village en pisé puis le fort de Jabrin. Arrivée à Nizwa, ancienne capitale médiévale. Nuit à l'hôtel à Nizwa.

**Temps de marche : 2 à 3 h. Temps transfert : 1h 30**

## Jour 5

### Nizwa - Jebel Akhdar

Visite de la ville de Nizwa, du fort et des souks. Route vers le Jebel Akhdar. Montée jusqu'au village d'El Aqur sur le plateau de Sayq, situé dans le djebel Akhdar. Marche en boucle jusqu'à Sayq. Marche de

découverte des cultures en terrasses au-dessus d'un profond canyon. Le long des falajs, roses et grenadiers accompagne la balade. Bivouac.

**Temps de marche : 2 à 3 h. Dénivelé : +/- 200m. Temps de transfert : 1 h 30.**

## **Jour 6**

### **Jebel Akhdar et dunes de Wahiba nord**

Jolie randonnée dans le Wadi Muaydin, en empruntant une partie de l'ancien sentier reliant le plateau de Sayq à la plaine de Nizwa. Les véhicules nous retrouvent en bas du Wadi. Déjeuner dans un petit restaurant. Transfert jusqu'au désert de Wahiba. Dîner et nuit en bivouac dans les dunes.

**Temps de marche : 3 à 4 h. Dénivelé : - 400m. Temps de transfert : 2 h 30.**

## **Jour 7**

### **Traversée des Wahiba**

Le matin, randonnée en suivant les longs cordons dunaires aux sables ocres afin d'assister au lever du soleil. Après le petit-déjeuner, traversée en 4x4 du désert des Wahiba par une piste rejoignant les hautes dunes du littoral. Nous retrouvons le goudron que nous suivons jusqu'à la région de Khaluf plus au sud le long du littoral. Nous passons par la baie de Film et ses étendues salines rejoindre les beaux paysages tabulaires aux teintes grises et craies que la lumière du soir bigarre. Dîner et nuit en bivouac en bord de mer.

**Temps de marche : 1 à 2 h. Temps de transfert : 4 à 5 h.**

## **Jour 8**

### **Baie de Khaluf**

Tôt le matin, randonnée dans un paysage lunaire entre sable ocre et sable blanc. Retour au bivouac pour le déjeuner, baignade. Nous reprenons la route en sens inverse, ici le littoral est bordé de cahutes de pêcheurs plus ou moins abandonnées ponctuant notre remontée vers le nord jusqu'à Ras al Ruways. Bivouac.

**Temps de marche : 2 h. Temps de transfert : 2 h.**

## **Jour 9**

### **Baie de Khaluf - Al Ashkarah**

Randonnée en bordure de mer sur les dunes pétrifiées formant de hautes falaises. Possibilité de baignades. Continuation en 4X4 le long du littoral jusqu'à Al Ashkarah, où nous passons la nuit, pique-nique en chemin. Après ces quelques jours de bivouac, après-midi détente à l'hôtel avec possibilité de se

baigner dans les eaux chaudes de la mer d'Oman ou à la piscine de l'hôtel. Dîner et nuit à l'hôtel.

**Temps de marche : 2 h. Temps de transfert : 1 h 30.**

## **Jour 10**

### **Al Ashkharah- Sur - Wadi Tiwi - Fins**

Nous prenons la route jusqu'à Fins. Visite de Sur et son chantier de bateaux le matin, puis transfert jusqu'au wadi Tiwi, remontée en voiture jusqu'au village de Sayma. Randonnée dans la palmeraie en suivant le falaj. Baignade dans les piscines naturelles. Descente vers la mer. Dîner et bivouac sur la plage.

**Temps de marche : 2 à 3 h. Temps de transfert : 3 h.**

## **Jour 11**

### **Fins - Wadi Shaab - Wadi taab - Fins**

Après le petit déjeuner départ vers Wadi Shaab, signifiant « gorge entre les falaises ». Randonnée dans le wadi et baignades insolites dans les piscines naturelles de ce lieu magique. Vous apprécierez à Wadi Shaab, la végétation luxuriante entre palmiers et arbres fruitiers ainsi que ses cours d'eau et ses bassins d'eau claire. Poursuite de la journée en direction du village de Taab. Petite balade jusqu'à la palmeraie et possibilité de se baigner dans la vasque. Bivouac.

**Temps de marche : 3 à 4 h. Temps de transfert : 1h**

## **Jour 12**

Transfert jusqu'au wadi Arbayeen. Belle balade dans un environnement de palmeraies et d'eau turquoise nichées dans les replis du wadi. Une nature intacte dans ce wadi encore peu exploré. Déjeuner et départ pour les criques proches de Yiti ; possibilité de snorkelling, baignade et balade.

Transfert à Mascate en fin d'après- midi. Nuit à l'hôtel.

**Temps de marche : 2 à 3 h. Temps de transfert : 2h30 / 3 h.**

## **Jour 13**

### **Mascate**

Petite randonnée sur les hauteurs de Muttrah, l'un des plus vieux quartiers de la Capitale. Visite du vieux Muscat abritant le Palais du Sultan. Déjeuner puis après-midi libre dans les souks et pour le diner. Mise à disposition d'une chambre afin de prendre une douche avant le départ (1 chambre pour 3 personnes).

Transfert à l'aéroport pour vol de nuit.

**Temps de marche : 2 h.**

## **Jour 14**

### **Arrivée France**

Arrivée en France dans la matinée.

### **Les extensions**

Si vous souhaitez prolonger votre séjour au Sultanat d'Oman, nous pouvons vous proposer un programme d'extension (avec supplément) et un retour différé :

La péninsule de Musandam, le programme est comme suit :

**Jour 13** : Nuit à Mascate à la fin de votre séjour.

**Jour 14** : Vol pour Khasab le matin, découverte du Djebel Harim l'après-midi ; dîner et nuit au Khasab hôtel.

**Jour 15** : Sortie en bateau toute la journée, cabotage le long des fjords pour découvrir dauphins, tortues marines... snorkeling et déjeuner sur le bateau ; dîner et nuit au Khasab hôtel.

**Jour 16** : Si le temps le permet, visite libre du fort de Khasab (1/2 Rial), transfert aéroport et vol pour la France via Mascate.

**Jour 17** : Arrivée en France.

Possibilité de nuit supplémentaire à Mascate.

# FICHE PRATIQUE

## FORMALITES

### PASSEPORT OMAN

La validité du passeport doit être de plus de 6 mois après le retour de voyage et ne doit pas porter de tampon israélien.

Le visa se fait électroniquement une dizaine de jours avant votre départ (voir plus bas).

Pour les séjours de moins de 14 jours le visa gratuit s'obtient à l'entrée dans le pays par voie terrestre ou aérienne.

### VACCINS OBLIGATOIRES Oman

Aucun vaccin n'est obligatoire, il faut toutefois veiller à être à jour dans vos vaccins, dont le DTP.

Traitement anti-paludéen : pas nécessaire.

Cependant si vous avez séjourné dans l'un des pays de la zone à risque, vous devez être vacciné contre la fièvre jaune.

### A l'embarquement vous devrez :

- Présenter un certificat de vaccination contenant un QR code attestant d'un schéma vaccinal complet de deux doses pour les vaccins Pfizer BioNTech, Oxford Astrazeneca, Covishield AstraZeneca, Sputnik, Sinovac, Moderna, and Sinopharm et d'une dose pour le vaccin Johnson & Johnson. La dernière dose devant avoir été reçue au moins 14 jours avant l'arrivée. La liste des vaccins approuvés est mise à jour par le Ministère de la Santé du Sultanat d'Oman.
- Présenter : un certificat de test PCR (test de transcription inverse-polymérase en chaîne) négatif de moins de 72 heures (la validité doit être calculée à partir du moment où l'échantillon a été prélevé).
- S'inscrire sur le site et enregistrer les attestations de vaccination et de test PCR négatif <https://covid19.emushrif.om/> (coût : 2,5 OMR, environ 6€).
- Imprimer ou conserver sur son smartphone le document avec le QR code généré. Il sera à présenter sur place aux passages frontières, et pour l'accès aux lieux culturels et de loisirs.
- Disposer d'une assurance maladie internationale couvrant les frais d'un mois de traitement du COVID-19.

Les enfants de moins de 18 ans n'ont pas d'obligation de vaccination et de test.

**Les personnes ayant eu le COVID + une dose ne sont pas autorisées à voyager à Oman.**

#### **A l'arrivée :**

Toute personne entrant dans le pays doit prouver qu'elle détient une assurance au moins valable 1 mois, couvrant les frais de santé notamment liés au COVID

#### **Pour le retour en France :**

Il n'y a aucune contrainte pour les personnes vaccinées donc à priori pas besoin de test PCR mais c'est à confirmer notamment avec les compagnies aériennes (qui elles peuvent éventuellement l'imposer). Dans ce cas les tests PCR à Oman sont payants et coûtent 25 OMR.

## **NIVEAU**

### **1 chaussure**

2 à 3 heures de marche par jour.

## **HEBERGEMENT**

Vous serez hébergés 4 nuits en hôtel standard en chambre double et 8 nuits en bivouac (sous tente ou à la belle étoile).

Nous fournissons des tentes igloo, des tabourets de camping et des matelas confortables. Pas de douche mais toujours de l'eau pour la toilette.

Une tente mess pourra être dressée surtout en hiver car les nuits sont plus fraîches.

## **REPAS**

Voici quelques exemples de repas qui vous seront servis :

**Petit-déjeuner** : miel, confiture, pain, fruits, yaourts et boissons chaudes (Nescafé, thé noir & vert).

**Déjeuner** : pique-niques, parfois repas restaurants locaux (pakistanaï, turcs, indiens...) lors des passages en ville.

**Dîner** : complet et énergétique : Soupe, pâtes, lentilles, ratatouilles accompagnées de poulet ou de boeuf toujours agréablement épicés de Masala, curry ou autres ...

**L'eau** : l'eau est potable en ville et dans les lieux touristiques ; lorsque l'eau est prise dans des sources, il vaut mieux la traiter avec des pastilles. Possibilité d'acheter de l'eau minérale régulièrement cependant sur les lieux de bivouac nous mettons à votre disposition des bidons d'eau minérale de 20 ou 30 l, nous vous invitons à remplir votre gourde régulièrement afin de ne pas acheter de bouteilles en plastique (qui

ne sont pas recyclées).

## **TRANSFERTS INTERNES**

Les transferts se font généralement avec des 4x4, ou des minibus ; pour aller ou revenir de l'aéroport, ils se font parfois avec un taxi.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vous ne porterez que vos affaires personnelles de la journée.

Vos affaires personnelles doivent être regroupées dans UN SEUL CONTENANT, sac à dos de grande taille ou sac de voyage ou sac marin, mais pas de valise ni une multitude de contenants.

Vous aurez en plus un petit sac "journée" qui sera utile comme bagage à main dans l'avion et pendant la randonnée (gourde, appareil photo...).

## **GROUPE**

De 5 à 15 personnes

## **ENCADREMENT**

Par un guide accompagnateur francophone et l'équipe locale composée de chauffeur et d'assistants omanais

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **LES BAGAGES**

- 1 bagage (voir remarque précédemment)
- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple.

### **LES VETEMENTS A adapter selon la saison :**

- Un sous-pull à manches longues (ou courtes en fonction de la saison ou du lieu) en matière respirante (fibre creuse)
- Une veste en fourrure polaire chaude



- Une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex
- 1 chapeau ou casquette
- 1 foulard (obligatoire pour la visite de La Grande Mosquée)
- T-shirts manches courtes en matière respirante : 1 pour 2 à 3 jours de marche
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche
- 1 sursac à dos
- 1 pantalon de trekking
- 1 bermuda
- 1 maillot de bain (indispensable)
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Privilégiez les chaussettes spécifiques randonnée. Évitez le coton (ampoules)
- 1 paire de chaussures de randonnée, pas trop chaudes ; taille basse peuvent suffire si vous y êtes habitués. Pensez à « tester » les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps
- 1 paire de chaussures amphibie ou vieilles baskets pour marcher dans l'eau sans avoir à se déchausser lors des randonnées dans les wadis
- Des sous-vêtements
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 paire de chaussures de détente très légères pour le soir

## LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos pour en protéger le contenu
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 2 gourdes d'1 litre (ou isopack)
- 1 couteau de poche type Opinel
- 1 petite pochette étanche pour mettre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette + lingettes (utile quand il n'y a pas d'eau chaude)
- 1 serviette qui sèche rapidement
- Boules Quiès ou tampon Ear (si votre voisin ronfle !)
- Papier toilette + sac plastique pour rapporter celui-ci.
- Crème solaire + écran labial
- 1 frontale ou lampe de poche avec pile de rechange
- 1 couverture de survie
- 1 drap-housse d'1 personne pour couvrir le matelas (facultatif)
- 1 duvet chaud (-5°C) surtout en hiver.
- Appareil-photo avec batterie de secours, jumelles (facultatif).
- Un sac en coton type sac de course pour éviter de recourir à des sacs plastiques lors d'achats

locaux.

## LA PHARMACIE

- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Pastilles contre le mal de gorge
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- Steristrip
- Pince à épiler
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- Stérilium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains)
- Pastilles pour purifier l'eau
- Collyre
- Antidiarrhéique + antiseptique intestinal + antivomitif + antispasmodique
- Anti-inflammatoire en pommade et en comprimés
- Antibiotique à large spectre
- Antiseptique
- Répulsif moustique

## AUTRES PRÉCISIONS

Limitez le poids de votre bagage : votre sac de voyage doit pouvoir contenir l'ensemble de vos affaires, et ne pas dépasser environ 15 Kg. Avertissement : Lors de l'enregistrement à l'aéroport pensez à mettre en bagage soute votre couteau de poche et tout objet tranchant ou piquant, sinon il vous sera confisqué à l'embarquement.

## DATES ET PRIX

### DATES ET PRIX

Date de début	Date de fin	Etat	départ PARIS
18/12/2021	31/12/2021	Confirmé	2645 euros
15/01/2022	28/01/2022	Confirmé	2345 euros
05/02/2022	18/02/2022		2395 euros
19/02/2022	04/03/2022		2425 euros
12/03/2022	25/03/2022		2375 euros
26/03/2022	08/04/2022		2375 euros
09/04/2022	22/04/2022		2445 euros
23/04/2022	06/05/2022		2445 euros

Liste des options complémentaires (à sélectionner ultérieurement)

Libelle	Prix
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145
Chambre Single	175
Supplément départ de Province	145

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les pourboires,
- Le dîner du J1 et J13,
- Le visa (48 € sur place),
- Les entrées et visites hors programme,
- L'assurance

# POUR EN SAVOIR PLUS

## DESCRIPTION

### VIE COURANTE

#### DÉCALAGE HORAIRE

GMT + 3 heures. Soit 2 heures de décalage avec Paris en été et 3 heures en hiver.

### CHANGE

La monnaie locale est le rial omanais (OMR), il se divise en 1 000 baïzas. En avril 2017, 1€ = 0,41 OMR et 1 OMR = 2,43€

Vous pourrez changer de l'argent à l'aéroport (en même temps que le visa) ou dans les nombreux bureaux de change de Mascate, Nizwa et Sur.

### MOYENS DE PAIEMENT

Pour vos achats (souvenirs par exemple), vous pouvez emporter quelques euros en espèces, sachant que le retrait de cash sur place par carte de crédit reste le plus intéressant. Le coût de la vie est comparable à celui des pays de l'Union européenne.

Les cartes de crédit ; les distributeurs automatiques acceptent la plupart des cartes bancaires internationales, de même que les centres commerciaux et certains commerçants du souk. Il y a des distributeurs (assez nombreux) dans les villes. Les banques sont ouvertes du samedi au mercredi.

### INDICATIF TÉLÉPHONIQUE

De la France au Sultanat d'Oman, composer le : 00 968 + indicatif régional (24 Mascate, 25 Nizwa...) + le numéro du correspondant.

Du Sultanat d'Oman vers la France, composer le : 00 33 + le numéro à 9 chiffres (sans le 0 initial).

### COUVERTURE GSM

La couverture est variable surtout dans les lieux reculés.

### INTERNET

On trouve des cybercafés partout à Oman.

### ÉLECTRICITÉ

220 V-240 V. Les prises ont 3 broches ou 2 fiches rondes ; prévoir néanmoins un adaptateur.

### SÉCURITÉ

Le Sultanat d'Oman se classe à la 4ème place des pays les plus sûrs et sécurisés au monde selon le rapport 2017 du WEF (World Economic Forum).

Quelques précautions d'usage néanmoins sont à respecter en matière de vols, mêmes si ceux-là sont rares.

Afin d'adopter quelques règles de sécurité lors de vos déplacements en ville, nous vous recommandons de vous informer sur le site internet <http://www.diplomatie.gouv.fr>, « Conseils aux voyageurs », choisir le pays puis la rubrique « Sécurité ».

## REPÈRES GÉOGRAPHIQUES

### LE PAYS

Trait d'union entre l'Inde et l'Afrique, Oman est un pays montagneux entouré de sable et d'eau : éclats d'azurs de l'Océan Indien sous le soleil d'Arabie, variations d'émeraude dans la fraîcheur des wadis, ces oueds qui irriguent les luxuriantes palmeraies... la magie opère à chaque instant.

Le désert y est inexpugnable, ponctué de djebels escarpés et de dunes rouges et blondes.

D'une nature probablement la plus variée de la péninsule Arabique, Oman offre un contraste saisissant entre montagnes, plaines côtières et déserts.

C'est le troisième plus vaste pays de la péninsule après l'Arabie Saoudite et le Yémen.

Il se différencie des émirats du Golfe par sa situation méridionale et son ouverture sur l'océan.

Oman est constitué de 3 provinces et de 5 régions, avec des noms à connotation géographique et anatomique :

Provinces : Mascate (la tête), Dhofar (le sud) et Musandam (le nord).

Régions : Batinah (le ventre), Dhahirah (le dos), Dhakhiliya (l'intérieur), Wusta (le centre), Sharqiya (l'est).

Chaque région est subdivisée en districts (wilayats).

### RÉGIONS VISITÉES

Mascate, la capitale : Véritable oasis dans le désert, la capitale omanaise est bâtie au milieu d'une plaine fertile entourée de rochers escarpés. Vue de la rade, le Vieux Mascate, noyau historique de la ville, offre un spectacle imposant avec ses murailles crénelées comme au Moyen Âge et le palais bleu et or du Sultan considéré par les Omanais comme un symbole de la renaissance du pays.

La vieille ville est aussi l'un des lieux de résidence du Sultan Qabous Bin Saïd. Son palais est bâti dans un style architectural contemporain mais respectant le style islamique traditionnel.

La résidence de Al Alam est flanquée des forts de Jalali et Mirani, témoins majestueux du passé.

La mosquée d'Ali et la nouvelle mosquée au bord de la mer ajoutent au charme du site.

Le port de Muttrah est le centre commercial de la capitale et son marché aux poissons, son souk et des nombreux bazars valent vraiment le détour.

Mascate est le point de départ idéal pour les excursions dans les vallées et les forts de l'intérieur, le long de la côte jusqu'à Sohar au nord ou bien vers Sur et les sables d'Ash Sharqiyah Sands plus au sud.

Le désert de Wahiba : véritable mer de sable de 10 000km<sup>2</sup>, dont certaines dunes culminent à 200m, pour descendre ensuite tout doucement vers la mer.

Le djebel Akhdar (« la montagne verte ») constitue le massif central des monts Hajar, une imposante chaîne de montagnes qui traverse le Nord du Sultanat d'Oman. Son point culminant est le djebel Shams, avec 3 075 m d'altitude. Misfah, Tanuf et Bilad Sayt sont quelques-uns des villages pittoresques de

cette région.

Jebel Shams (montagne de soleil) est une montagne située dans le nord d'Oman au nord de Al Hamra ville. Elle est la plus haute montagne du pays et une partie de Hajar Mountains gamme. Elle est une zone touristique populaire située à 240 km (149 mi) de Muscat.

## CLIMAT

Il fait chaud toute l'année à Mascate. En été, il peut faire jusqu'à 50°C.

La meilleure saison va donc d'octobre à avril, où les températures sont supportables, avec néanmoins quelques pluies probables en décembre et janvier.

L'extrême sud du pays est soumis à la mousson durant l'été avec des températures de 25°C et des pluies très abondantes.

En zone montagneuse au nord et à l'est du pays le climat est de type méditerranéen, chaud à très chaud en été, plus clément ensuite.

Les températures entre octobre et avril sont tout à fait supportables et propices à la randonnée (de mi-octobre à mi-mars, les températures moyennes à Mascate sont de 25 à 28°C et 20 à 25° en janvier et février). Il fait toujours plus frais en montagne.

Même si octobre et avril sont plus chauds, ils demeurent acceptables pour la randonnée. Les nuits en montagne peuvent être fraîches. De rares et courtes averses sont parfois possibles en décembre-janvier. En plaine il peut faire plus chaud, mais bien souvent l'eau des wadis permet de se rafraîchir durant d'agréables baignades. Température de l'Océan 25 à 28°C.

## PROBLÈMES ENVIRONNEMENTAUX

L'eau : l'approvisionnement en eau n'est pas une problématique majeure pour l'Oman. Les réseaux de distribution se font par camions citerne ou par canaux d'irrigations traditionnels (les aflaj).

L'eau à Oman est potable et locale.

Il existe de nombreuses usines d'embouteillage. Possibilité d'acheter des bidons de 5 l au lieu de bouteilles de 1,5 l.

A Oman il n'y a pas de tri sélectif mais il y a des stations d'épuration et les déchets sont collectés partout dans le pays, donc pas de crainte pour tous nos groupes les bouteilles ne sont pas jetées dans la nature.

Le bois : Il y a très peu de ressources en bois à Oman. De façon générale, la collecte de bois est interdite et l'exploitation du bois y est très contrôlée. La déforestation reste minime. La cuisine se fait majoritairement au gaz, sauf utilisation du bois pour faire du thé ou des barbecues.

Il est à noter que les côtes d'Oman bordent la mer d'Oman et reçoivent en fonction des marées des déchets venus d'ailleurs.

La protection de l'environnement fait actuellement l'objet de nombreuses études et projets.

## REPÈRES ÉCONOMIQUES

## **SALAIRES COMPARATIFS**

Le salaire minimum (smic) est de 650 euros mensuel environ et le salaire moyen tourne autour de 900 euros.

## **PRINCIPALES ACTIVITÉS DU PAYS**

Les principaux secteurs : production et raffinage de pétrole brut, gaz naturel, matériaux de construction, ciment, cuivre. Tourisme. Agriculture de subsistance, pêche et élevage.

## **REPÈRES CULTURELS**

### **POINTS D'HISTOIRE**

Oman a une longue histoire d'échanges et de commerce, qui remonte au III<sup>ème</sup> millénaire avant JC. Situé à l'extrême sud du Moyen-Orient, au bord de l'océan indien, le Sultanat a toujours été à la croisée des routes maritimes entre l'Asie, l'Afrique de l'Est et l'Europe.

Connu dans l'Antiquité sous le nom de Royaume de Magan ou Makkan, l'Oman actuel est une contrée en forme de corne s'étirant en direction de l'Iran en une poignée d'îles. Les premiers habitants datent d'après les écrits du III<sup>ème</sup> millénaire avant J-C et de nos jours on peut encore admirer des sites de cette époque (comme celui de Bat inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO).

En 536 avant J-C, Cyrus le Grand fondateur de la destination Perse s'empare du pays. Cette domination, qui durera jusqu'en 640 après J-C, laissera place à l'Islam. Les Perses sont à l'origine d'un astucieux dispositif d'irrigation (le Falaj) toujours utilisé afin de rendre possible les cultures des terres arides.

Oman fut l'une des premières conquêtes de l'Islam qui s'imposera jusqu'au VIII<sup>ème</sup> siècle avec l'implantation de l'Ibadisme et l'élection du premier Iman.

Les Portugais installent leur premier comptoir sur la côte omanaise en 1507 et occupent Oman jusqu'en 1650 lorsqu'un membre de la dynastie Yaroubides reprit Mascate et les côtes.

La prise de Mombasa en 1665 marque le départ définitif des Portugais. Les Omanais attaquent alors les possessions portugaises en Afrique. Les comptoirs d'épices allant de Zanzibar à Mogadiscio et de Bahrein au Pakistan actuel contribuèrent à faire la fortune des sultans d'Oman.

Au milieu du XVIII<sup>ème</sup> siècle, un état souverain fut établi faisant du Sultanat d'Oman l'un des plus anciens pays indépendants du Moyen-Orient. Nizwa, ville sainte des Ibadites, fut le siège d'un imam indépendant entre 1913 et 1955 lorsque le sultan Saïd bin Timour (père de l'actuel Sultan) profita de luttes successorales pour affirmer son contrôle et obtenir l'abdication de l'imam.

En 1957, le sultan assisté par les forces britanniques mit fin à une nouvelle tentative de restauration de l'imamat et la révolte de Nizwa s'éteignit en 1959.

Mais en 1961, une nouvelle révolte éclata dans le pays, cette fois-ci dans le Dhofar à l'aide d'un Front Populaire de Libération appuyé par le Yémen. La guérilla fut vaincue à l'aide des militaires anglais.

Depuis, la politique d'amnistie appliquée par le sultan Qaboos a contribué à l'unification du pays et au développement local.

L'arrivée de ce Sultan inaugure une période de prospérité et d'émergence de l'identité nationale connue sous le nom de « Renaissance Omanaise ». Il a su renforcer le pouvoir étatique et ses institutions ainsi que pacifier et moderniser son pays, bénéficiant de l'exploitation tardive du pétrole.



Parmi ses premières mesures, on compte le changement de nom du pays, désormais Sultanat d'Oman, la création d'un drapeau national et son ouverture modérée au monde moderne, contrairement à l'occidentalisation à outrance pratiquée dans les émirats voisins.

Ses réformes accordent une attention toute particulière à la santé et à l'éducation (création d'hôpitaux et d'écoles publiques en zones rurales), à l'environnement (interdiction de la chasse, réintroduction des espèces disparues), à la restauration d'un riche patrimoine architectural (forts, tours et châteaux) et à l'« omanisation » de la société se traduisant par une formation progressive de la jeunesse (60% de la population a moins de 20 ans) pour accéder aux postes de travail jusqu'ici détenus par les expatriés.

## **PEUPLES, ETHNIES ET LANGUES**

Oman est le pays arabe le plus oriental.

La majorité des Omanais sont arabes, mais il existe une importante minorité baloutche, un peuple originaire du sous-continent indien. Au sud, les Jabalis, d'origine et de langue sud-arabique, forment la majeure partie de la population du Dhofar.

Comme dans la plupart des autres pays arabes du Golfe, un grand nombre de travailleurs étrangers vivent dans le pays et sont principalement originaires d'Inde, du Pakistan et d'Iran.

La langue officielle est l'Arabe. L'anglais est compris et parlé par la plupart des acteurs du tourisme. Dans les régions côtières du Nord, certains marchands, marins et expatriés du sous-continent indien parlent aussi l'ourdou et le farsi.

## **RELIGIONS**

L'islam est la principale religion, avec comme particularité la pratique de l'ibadisme (issu de Mésopotamie), soit 75% de la population. C'est un islam tolérant envers les autres religions (chrétiens et hindous sont très présents dans le pays), porté par le Sultan actuel qui est à la fois chef spirituel. C'est un des courants les plus tolérants du monde.

## **ART**

Oman consacre de nombreux efforts à la préservation de ses arts traditionnels, danse et musique. Mais il est plus probable que vous assistiez à des danses traditionnelles dans un musée plutôt dans une rue de village, comme autrefois.

Chants et danses s'inspirent de la mer, du désert et des montagnes.

Les rythmes et les percussions venus d'Afrique orientale marquent fortement la musique.

L'artisanat omanais se distingue par ses bijoux en argent et ses fameux poignards courbes au fourreau d'argent, les khanjars.

## **CUISINE / NOURRITURE**

Principalement composée de riz, poisson et viande, et épicée avec la cardamome, le safran, le curcuma et le clou de girofle, la cuisine du Sultanat d'Oman est riche en saveurs. Voici quelques plats traditionnels à goûter absolument !

Shuwa : plat traditionnel - viande de chèvre, bien épicée et rôtie sur la braise dans la poterie pendant de

8 heures.

Rukhal : aliment de base - genre de pain servi avec du miel ou du Yaourt.

Helwa : dessert local - préparée à base d'eau, œufs, graisse, noix, cardamome et parfois l'eau de rose.

Le miel est considéré comme l'or de la région.

Le poisson est important et cuisiné dans des potages et des currys.

Une boisson très populaire au Sultanat d'Oman est la Boisson Laban : c'est une boisson à base de yoghurt qui saura éteindre votre soif, et combler vos petits creux à l'occasion. C'est une boisson à base de lait fermenté bue notamment lors de la rupture du jeûne du Ramadan.

Il est recommandé de boire de l'eau minérale que vous trouverez partout.

L'alcool est cher et est uniquement servi dans les hôtels et grands restaurants.

## **UN COMPORTEMENT RESPONSABLE**

### **US ET COUTUMES**

Les omanais sont accueillants et polis, et aiment que l'on fasse honneur à cette hospitalité (même s'il arrive qu'ils soient parfois un peu réservés).

Photographier des bâtiments militaires est strictement interdit. L'ivresse est sévèrement punie. En période de ramadan, ne pas boire, manger ou fumer en public.

Se vêtir : Porter un short en montagne ou à la plage est accepté, mais l'est moins en ville. Les femmes doivent se couvrir les épaules et porter des pantalons ou robes descendant au moins jusqu'aux genoux, amples.

Le vêtement traditionnel porté par les omanais est la dishdasha, longue tunique couvrant hommes et femmes des pieds à la tête. Les omanais aiment les tenues correctes. Baignades dans les wadi : Être en maillots est toléré mais pas de naturisme, c'est assez mal vu.

### **SAVOIR VIVRE (DONT PRISE PHOTOS)**

Photographier (ou filmer), oui mais ... Avec leur consentement lorsqu'il s'agit de personnes. Lorsque vous photographiez les gens, faites-le avec parcimonie et respect ; essayez de vous mettre leur place : de quelle manière accepteriez-vous que l'on vous photographie, comment n'aimeriez-vous pas qu'on le fasse ? Vous pouvez photographier les paysages sans limites !

### **POURBOIRES**

Le pourboire très présent dans le pays est lié à la satisfaction du client, Dans les hôtels et restaurants, le pourboire est inclus.

Pour les guides, chauffeurs etc, cela reste à votre appréciation en fonction de votre satisfaction, mais pour indication, vous pouvez prévoir pour : l'accompagnateur / cuisinier entre 15 et 20€ par jour pour chauffeur/assistant cuisinier entre 10 et 15€ par jour.

Ces montants sont indicatifs, ils sont par jour et à diviser par le nombre de participants

### **SOUVENIRS**

L'artisanat est assez développé, avec de très beaux marchés authentiques.

Vous pourrez ramener quelques souvenirs car le pays a une longue tradition artisanale : teinture à l'indigo, travail de l'argent, poterie, tissage et textiles, fabrication de parfums, travail du cuivre, confection de confiseries, poignards, bijoux.

Certains de ces métiers sont aujourd'hui exécutés par des populations immigrées, mais on rencontre encore dans les montagnes et déserts des bergers et bédouins perpétuant ces traditions.

Les souks, notamment celui de Mutrah (Mascate) permet d'admirer tout cet artisanat.

Privilégiez l'achat d'artisanat fabriqué localement afin de soutenir le savoir-faire local.

Pensez à la préservation du patrimoine naturel et culturel : on ne repart pas avec des fleurs, coquillage, pierres, antiquités...

## DÉCHETS

La nature à Oman est aussi fragile que celle de nos campagnes, elle n'est pas faite pour digérer les déchets.

Vous veillerez à détruire ou emporter vos déchets : papiers, sacs plastiques, élastoplast, emballages... pour les déposer dans les endroits prévus pour.

Les piles usagées sont redoutables pour l'environnement (mercure) si elles sont jetées ou brûlées et ce ne sont pas des jouets inoffensifs entre les mains des enfants qui les récupèrent. Elles trouveront facilement une petite place dans votre bagage de retour pour la France. Privilégiez l'usage des piles sans mercure ou des batteries rechargeables.

N'oubliez pas de brûler les papiers hygiéniques et les « kleenex », les petites feuilles roses ou blanches éparées volent au vent et balisent les sentiers.

En bref, « ne laissez rien que l'empreinte de vos pieds »..

## CHARITÉ ET MAIN TENDUE

La mendicité à Oman n'est pas une pratique répandue.

## TOURISME SEXUEL

Le tourisme sexuel est très peu présent à Oman et n'est pas lié au tourisme. le tourisme sexuel est un crime grave, quel que soit le lieu de destination. De nouvelles lois permettent désormais de poursuivre et juger dans leurs pays d'origine ceux qui se rendent coupables d'abus sexuels même si ceux-ci ont eu lieu à l'étranger. Dans notre démarche de tourisme responsable, nous vous demandons de dénoncer tout comportement douteux auprès de votre guide ou des autorités compétentes.

## LEXIQUE

- Bonjour (salutation générale) B as salaamu alaykom (en réponse wa alaykom is salaam)
- Au revoir B ma salaama (en réponse fi aman allah)
- S'il vous plaît B min fadlak (messieurs) fin fadlik (mesdames)
- Merci B shukran
- Excusez-moi B afwan

- Comment allez-vous ? ب kayf haalak ?
- Oui-Non ب na'am - la Où ب wayn
- À droite ب yameen
- À gauche ب yesaar
- Quoi ? ب matha ?
- Combien ? ب kam ?
- Qui ? ب mein ?
- Quand ? ب aymta ?
- Pourquoi ? ب lematha ?
- Comment ? ب kaifa ?
- Aéroport ب matar
- Bagage ب aghradd
- Pharmacie ب saidalleeya

## **BIBLIOGRAPHIE**

- Oman et les Emirats arabes unis, éd. Gallimard.
- Oman 2005, éd. Le Petit Futé.
- Lumière d'Oman, B. Le Cour, J.C Crosson. Ed. Gallimard.

## **CARTOGRAPHIE**

- Sultanat d'Oman, Carte Nationale au 1/130 000.

## **ADRESSES UTILES**

Ambassade du sultanat d'Oman 90, rue de Courcelles 75008 Paris ? France.

Tél. : 01 44 29 67 78. Fax : 01 47 23 02 25

Office du tourisme du sultanat d'Oman 90, rue de Courcelles, 75008 Paris.

Tél : 01 47 20 56 06. [www.omantourisme.com](http://www.omantourisme.com)

## **SOURCES**

Wikipédia, lonelyplanet, guide du routard

