

## IRAN

**Montagnes légendaires et villes éternelles de Perse  
15 jours -14 nuits - 4 jours de rando et 8 jours de visite**



Une randonnée en Iran à la rencontre de la Perse d'hier et d'aujourd'hui, celle des hauts plateaux et des cités de légende.

Vos pas vous mèneront d'abord des hauteurs de la légendaire chaîne de l'Arborz jusqu'aux rivages verdoyants de la mer Caspienne. La deuxième étape de votre périple vous conduira aux villes phares de la Perse éternelle : Shiraz, cité des roses et berceau des poètes, Ispahan, le "Versailles" iranien et Yazd, ville née du désert. Les sites prestigieux de Persépolis et Naqsh-e Rostam vous feront vivre un moment d'éternité au milieu des vestiges somptueux des dynasties antiques. Et enfin à Téhéran, le village de Darake lieu de rendez-vous populaire et très tendance vous promet de bons moments de convivialité.

**Nos points forts :**

- 3 jours de randonnée en montagne.
- les villes historiques de Shiraz, Yazd
- 2 journées à Ispahan
- la convivialité de Daraké
- 1 vol intérieur

**DESTINATIONS QUEYRAS**

**8 ROUTE DE LA GARE – 05600 GUILLESTRE – FRANCE**

**Tel : (+33) 04 92 45 04 29**

e-mail : [contact@randoqueyras.com](mailto:contact@randoqueyras.com) - web : [www.randoqueyras.com](http://www.randoqueyras.com)

# PROGRAMME

## **Jours 1 à 3**

Paris - Téhéran.

Après les formalités d'entrée dans le pays, accueil et transfert à l'hôtel. Visite du musée archéologique de "Iran Bastan", Le palais Golestan, le musée céramique, le vieux bazar de Téhéran. Repas libres.

## **Jour 3**

### **TEHERAN- MASSIF ALBORZ- VALLEE ALAMOUT- ZARABOD**

Départ vers le nord du pays et on entre dans l'une des plus belles vallées de la chaîne de l'Alborz : la vallée Alamut. Un ruban de verdure le long de la rivière, ponctué de rizières, de vignes et vergers s'étale jusqu'à Garmaroud. Nous quittons l'axe principal de la vallée pour rejoindre le village de Zarabod. Balade dans le long des jardins . Dîner et nuit chez l'habitants dans le village Zarabod (1950 m).

*Temps de marche : 2 h. Temps de transfert : 5 h 30.*

## **Jour 4**

### **ZARABOD - GAZORKHAN - KELOYED**

Nous quittons nos hôtes pour un transfert jusqu'au village de Gazorkhan situé au pied d'une falaise sur laquelle se dresse une des 8 ancienne forteresse de la secte Ismaélienne. Après la visite du site, nous partons pour le village d'Atan, à flanc de montagne par des sentiers toujours fréquentés par les villageois. Une source, un autochtone avec son âne, le vol de l'aigle royal et du faucon, c'est en toute quiétude que nous arrivons au village. Un village qui se modernise, les toits en terre sont remplacés par des toits en tôle de couleurs (rouge, jaune ou bleu) ! Nous continuons toujours par le sentier des villages jusqu'à Kelayen. Nous installons le camp, dîner et nuit sous tente.

*Temps de marche : 6 h. Dénivelé : + 500m / - 200m. Temps de transfert : 1 h 15.*

## **Jour 5**

### **KELAYED - PITCHEBON - COL DE PITCHEBON - VILLAGE DE SALEMBAR**

Transfert pour le village de Pitchebon (2800 m), c'est de celui-ci que nous partons et empruntons le sentier jusqu'au col, nous passons par un ancien caravansérail puis nous longeons une très belle crête nous conduisant vers un panorama sur le pic d'Alam kouh (4800 m ), nous campons près du village de Salembar. Nuit sous tente.

*Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 650m / - 650m. Temps de transfert : 2 h.*

## **Jour 6**

### **SALEMBAR- MAROON - CHALUS- MER CASPIENNE- MAHMOUD ABBAD**

Du village nous descendons jusqu'à la vallée principale en passant par de nombreux villages de montagne par un chemi à flan de montagne. Une véhicule nous conduit vers la mer caspienne, nuit chez l'habitant.

*Temps de marche : 3 à 4 h. Dénivelé : + 70m / - 650m. Temps de transfert : 4 h.*

## **Jour 7**

### **MAHMOUD ABBAD -TEHERAN - SHIRAZ**

Repos bien mérité avant de regagner Téhéran où nous prenons un vol pour aller à Shiraz. Installation pour 2 nuits en hôtel.

*Temps de transfert : 5 h.*

## **Jour 8**

### **SHIRAZ**

Ancienne capitale de Perse. Visites des sites historiques de la ville qui comprend : le jardin Narenjestan ou le jardin Eram, le tombeau de Hafez ou celui de Saadi, le mausolée de Chah Cheragh, Arg Karim khan, le Bazar Vakil. Un peu de temps libre dans l'après midi. Retour à l'hôtel.

**Jour 9**  
**SHIRAZ - YAZD**

Après le petit déjeuner, nous empruntons la route de Yazd en passant par Marvdacht aux nombreux sites historiques de l'ancienne Perse : Persepolis et Naghché Rostam et Naghshé Radjab. Hôtel.

*Distance : 450km. Temps de transfert : de 6 à 8h.*

**Jour 10**  
**YAZD - ISPAHAN**

journée consacrée à la visite et découverte de Yazd, ancienne ville caravanière dont la prospérité s'établit jusqu'au XVIIe siècle sur le commerce de la soie : on visite la tour de Silence, la mosquée Jamé, le musée d'eau, le tour de vent, le temple de feu qui appartient aux Zoroastriens, Dans l'après-midi, nous partons pour Ispahan où on passe la nuit à l'hôtel.

*Distance : 350km. Temps de transfert : 4 à 5h.*

**Jour 11**  
**ISPAHAN**

Journée complète dédiée à Ispahan, oasis de verdure au cœur du désert, à la croisée des routes commerciales et site historique important inscrit sur la liste du Patrimoine mondial : la place d'Imam, le bazar, la mosquée Cheikh Lotfollah, le palais Ali Qapou, la mosquée d'Imam, dans l'après-midi si le temps nous permet, on va se promener près des ponts fameux d'Ispahan (le pont Khajou et le pont aux 33 arches).

**Jour 12**  
**ISPAHAN**

Cette ville propose de nombreux sites touristiques aux visiteurs et elle mérite bien de consacrer plus de deux jours pour ne pas les manquer, elle brille comme un Diamant parmi les villes de l'Iran. Aujourd'hui on peut visiter le quartier des Arménites et l'église de Vank, la mosquée de Vendredi, la rue Hacht Behecht etc.

**Jour 13**  
**ISPAHAN - KACHAN - QOM - TEHERAN**

De bon matin après avoir pris le petit déjeuner, on quitte cette jolie ville en direction de Kachan et Qom pour arriver à Téhéran. A Kachan on visite le complexe Fin, la maison traditionnelle des Broujérdi ou celle des Améri, le mont historique de SIALK, à Qom, on peut visiter le mausolée de la sainte Fatémeh Masoumeh, c'est la sœur de 8ème guides religieux des chiites. Nuit à l'hôtel à Téhéran. Dîner libre.

*Distance : 490km. Temps de transfert : de 6 à 8h.*

**Jour 14**  
**TEHERAN - DARAKE (1700m)**

Daraké, petit village au pied des montagnes se trouve au nord-ouest de Téhéran. C'est un lieu prisé des Téhéranais pour des balades le long de la rivière ou sur les hauteurs de la vallée. Un lieu où il n'est pas rare de voir des familles entières pique-niquer au bord de l'eau. De nombreux cafés et restaurants invite à la détente. Une délicieuse manière de s'imprégner de l'art de vivre à l'iranienne. Retour à l'hôtel. Repas libres.

**Jour 15**  
tôt le matin, transfert aéroport et vol retour

*L'agence et l'accompagnateur se réservent le droit, pour des raisons météo, de logistique ou pour votre sécurité, de modifier votre itinéraire. D'avance nous vous remercions de la confiance que vous voudriez bien nous (ou lui) accorder.*

# **FICHE PRATIQUE**

## **FORMALITES**

Votre passeport ne doit pas comporter de visa israélien et être valide au moins 6 mois après la date de retour avec au moins 2 feuilles vierges.

ATTENTION : l'autorisation de sortie du territoire est obligatoire pour tout mineur voyageant sans ses deux parents.

A compter du 15/01/17, tout mineur qui voyage à l'étranger sans être accompagné de ses parents devra être muni de sa pièce d'identité en cours de validité (carte d'identité ou passeport selon la destination), d'un formulaire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (autorisation de sortie du territoire), de la photocopie de la pièce d'identité du parent signataire. Pour plus d'informations nous vous invitons à vous rapprocher de votre mairie.

VISA Pour les ressortissants de nationalité française, belge, suisse et luxembourgeois : possibilité d'obtenir un visa sur place, à l'arrivée à Téhéran pour les séjours de maximum 30 jours sur place. Prix du visa : 80 € environ

Pour l'obtention de votre visa, il est impératif dès votre inscription de nous envoyer par courrier ou par mail à la Balaguere la copie couleur de votre passeport.

Ceci afin d'obtenir un n° de visa que nous vous ferons parvenir avant votre départ.

Il faut également une attestation d'assurance rapatriement valable sur le territoire iranien délivré par nos soins si vous avez souscrit l'assurance rapatriement à la Balaguère ou délivrée par votre propre assurance.

A l'arrivée à Téhéran, vous vous présenterez avec votre numéro de visa et attestation d'assurance auprès des autorités compétentes.

## **NIVEAU**

### **1 chaussure**

3 à 6 h de marche pendant le trek, alternance de balade/découverte sur les sites historiques.

## **HEBERGEMENT**

9 nuits en hôtel \*\*\*, 1 à 2 nuits chez l'habitant et 2 à 3 nuits en campement sous tente.

## **TRANSFERTS INTERNES**

### **TRANSPORT AÉRIEN**

vol régulier Qatar Airway, Air France, Turkish Airlines, British Airlin ou une autre compagnie aérienne avec parfois une ou plusieurs escales (horaire de nuit à l'aller et très matinal au retour )

## **PORTAGE DES BAGAGES**

sac de la journée seulement.

## **GROUPE**

À partir de 6 personnes et limité à 15 personnes

## **ENCADREMENT**

par un accompagnateur francophone iranien, guides locaux et chauffeurs

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **LES BAGAGES**

- Un petit sac à dos de 40 l pour les affaires de la journée et la randonnée et comme bagage à main durant les transports.
- Un grand sac à dos ou sac de voyage
- une pochette de voyage pour argent et papiers

## LES VETEMENTS

- Une paire de chaussures de marche déjà rodées et tenant bien la cheville
- Une paire de chaussures de rechange (chaussures de sport basses pour le voyage et le soir)
- Une cape de pluie
- Une veste coupe-vent ou goretex
- Un pantalon de marche ample
- Une fourrure polaire
- 2 ou 3 paires de chaussettes de laine (pas trop grosses) et légères en coton
- tee-shirts ou chemises manches longues.
- foulard (le coton c'est mieux) obligatoire pour les femmes
- chapeau ou casquette
- une tunique couvrante pour les femmes

## LE MATERIEL A EMPORTER

- un sac de couchage (confort 0 à - 5°)
- un matelas auto-gonflant (option)
- Lunettes de soleil de bonne qualité, crème solaire et protection des lèvres
- une frontale avec piles de rechange
- Couteau
- Une couverture de survie (facultatif)
- Deux gourdes en aluminium d'au moins 1 litre, et/ou 1isopack avec pipette afin de boire régulièrement
- nécessaire de toilette avec produits bio dégradable de préférence.
- serviette de trek (micro fibre) qui sèche rapidement.
- appareil photo avec batterie de secours et chargeur.

LA PHARMACIE Une pharmacie personnelle : vos médicaments habituels, antibiotique à large spectre, élastoplast et pansement adhésif ou double peau pour les éventuelles ampoules, désinfectant, collyre, analgésique, anti diarrhéique, pansement intestinal, pommade cicatrisant, répulsif anti moustique, pastilles pour les maux de gorges, gélules d'origan.

## DATES ET PRIX

Du	Au	départ Paris
Du Sam 25/05/2019	au Sam 08/06/2019	2595 €
Du Sam 15/06/2019	au Sam 29/06/2019	2595 €
Du Sam 13/07/2019	au Sam 27/07/2019	2695 €
Du Sam 27/07/2019	au Sam 10/08/2019	2695 €
Du Sam 10/08/2019	au Sam 24/08/2019	2745 €
Du Sam 07/09/2019	au Sam 21/09/2019	2495 €
Du Sam 21/09/2019	au Sam 05/10/2019	2495 €
Du Sam 05/10/2019	au Sam 19/10/2019	2445 €
Du Sam 30/05/2020	au Sam 13/06/2020	2595 €

Liste des options complémentaires (à sélectionner ultérieurement)

Libellé	Période	Prix
sup. chambre individuelle sous réserve de disponibilité du 25/05/2019 au 13/06/2020		295 €

Code : VOYIRAN

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- les assurances,
- les frais de visa
- les pourboires,
- les boissons autres que celles qui vous sont proposés
- les boissons lors des repas libres.
- droits de photographie,
- les repas des J1, J2, J14 & 15 et le dîner du J13.

# POUR EN SAVOIR PLUS

**PERMIS DE CONDUIRE (POUR LES LOCATIONS DE VOITURE)** Il est préférable de posséder le permis de conduire international.

## SANTÉ

**VACCINS OBLIGATOIRES** Aucun vaccin n'est obligatoire, il faut toutefois veiller à être à jour dans vos vaccins, comme 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 le fièvre jaune.

## TITRE VIE COURANTE VIE COURANTE

**DÉCALAGE HORAIRE** Il y a 2 h 30 de décalage horaire avec la France en hiver (quand il est 12h 00 à Téhéran, il est 9h30 à Paris) et 1h30 en été.

**CHANGE** La monnaie iranienne est le Rial, cependant dans la vie quotidienne les iraniens préfèrent employer le terme "toman" qui équivaut à 10 rials. Les cartes bancaires et les chèques de voyage ne sont pas utilisables dans le pays. Dès lors, il est impératif de se munir de liquidités en devise iranienne pour toute la durée du séjour.  
1 euro = 35 318 IRR

**INDICATIF TÉLÉPHONIQUE** L'indicatif téléphonique est +98.

**COUVERTURE GSM** La couverture GSM en Iran est relativement bonne.

**ÉLECTRICITÉ** Le courant est fournis en 220 volts, cependant les coupures d'électricité peuvent par endroit être fréquente. N'oubliez donc pas votre lampe de poche. Vous aurez la possibilité de recharger vos batteries quasiment tous les soirs.

## SÉCURITÉ

Il y a deux aspects à prendre en compte: les précautions à prendre vis à vis de la délinquance et les précautions vis à vis de la police iranienne pour de motifs politiques. Pour ce qui est de la délinquance, l'Iran, est un pays sûr, les gens là-bas étant foncièrement honnêtes et les délits étant violemment réprimés. Il faut bien sûr être prudent, comme lors de tout voyage, ne pas exhiber son argent, ses bijoux ou ses gadgets électroniques dernier cri. Les iraniens savent (tout au moins ceux qui sont en rapport avec le tourisme) que vous avez tout votre argent liquide sur vous (à cause du blocus financier), mais ils ne vous agressent pas pour autant. Pour ce qui est de la police et des groupes paramilitaires (bassidji, pasdaran), il faut se comporter sobrement, tenue vestimentaire acceptable (simple foulard pour les femmes, pantalon et chemise pour les hommes), comportement sobre également (pas d'effusions de sentiments en public).

## REPÈRES GÉOGRAPHIQUES

**LE PAYS** L'Iran est un pays montagneux du Moyen-Orient, situé en Asie occidentale. De la mer Caspienne au nord jusqu'au Golfe Persique au sud, l'Iran s'étend sur un territoire trois fois plus vaste que la France.

Le haut plateau central iranien est bordé de chaînes montagneuses, dont le Zagros et l'Alborz. Le centre et le sud-est de l'Iran sont occupés par le désert tandis que le nord (près de la Caspienne) et l'ouest (sur les hauteurs des montagnes) sont recouverts de vastes forêts humides.

C'est un ancien empire perse qui est constitué actuellement de magnifiques vestiges et ruines des villes anciennes comme les mosquées, les mausolées à Ispahan, le Persépolis. C'est surtout à la ville d'Ispahan que se regroupent les lieux culturels du pays, il y a la place de l'Imam, la mosquée du Shaykh, le palais de la ville, le château de Khorramabad.

Le pays est également riche en faunes et en flores, les espaces semi-désertiques abritent de nombreuses espèces d'animaux sauvages comme le chat de Pallas, le lynx d'Eurasie, la gazelle indienne, l'onagre du désert, la gazelle à goitre.

## RÉGIONS VISITÉES

**CLIMAT** L'Iran connaît un climat continental avec de grandes variations de température entre les saisons, et très différents entre le nord (très froid l'hiver) et le sud (torride l'été). Les meilleures saisons pour visiter le pays sont donc au printemps et à l'automne. Certaines régions de montagne sont inaccessibles en hiver, et il peut faire 50° en été sur les rives du golfe Persique

Il n'y a pas un climat, mais plusieurs climats. Ainsi lorsqu'il fait en hiver -5° à Téhéran, dans le Golfe Persique, les 20°. Si les régions situées au sud de la mer Caspienne sont aussi vertes que Normandie, l'Iran central en revanche se résume à un grand désert.

**Code : VOYIRAN**

## REPÈRES ÉCONOMIQUES

**SALAIRES COMPARATIFS** Le salaire moyen annuel en Iran est de 3964 euros contre 33 897 euros en France.

**PRINCIPALES ACTIVITÉS DU PAYS** L'Iran est le 4<sup>e</sup> producteur et exportateur mondial de pétrole avec une production d'environ 4,3 millions de barils par jour.

## REPÈRES CULTURELS

**POINTS D'HISTOIRE** 2000 av. J.-C. : Les Aryens s'installent sur le territoire de l'actuel Iran, vraisemblablement peu de temps après les Élamites. Ces deux peuples donnent naissance à trois groupes ethniques distincts : les Mèdes, les Perses et les Parthes.

550 av. J.-C. : Les Perses prennent le pas sur les autres groupes ethniques sous Cyrus le Grand (dynastie des Achéménides). Cyrus le Grand et ses successeurs - Darius le Grand en tête - étendent par la suite l'autorité perse à la Turquie, l'Irak, la Grèce, la Mésopotamie, l'Égypte. La défaite de l'an

331 av. J.-C. face aux armées d'Alexandre le Grand marque la fin de l'Empire perse achéménide, auquel on doit les monuments de Shush et de Persépolis.

331 av. J.-C. : Alexandre le Grand envahit la Perse (nom donné alors à l'Iran actuel). Son empire engloba l'Afghanistan, l'Inde et le Pakistan. Cet énorme territoire est divisé entre trois dynasties à la mort d'Alexandre. La Perse revient à l'une d'elles - les Séleucides - qui ne parviennent pas à freiner la montée en puissance des Parthes.

190 av. J.-C. : Balayant le "pouvoir" séleucide, les Parthes contrôlent la Perse. Ils mettent en échec les armées romaines en 53 av. J.-C.

224 : La dynastie des Sassanides, née dans les régions centrales du pays où le pouvoir parthe se fait peu sentir, gagne en puissance jusqu'à ce que son chef, Ardacher, prenne le pouvoir. L'Empire sassanide est considéré comme le second grand empire perse après celui des Achéménides.

637 : Entrée en scène des Omeyyades (Arabes), qui ravissent le pouvoir aux Sassanides. Outre l'islam, ils apportent la langue et l'écriture arabes en Perse.

1051-1502 : La chute des dynasties arabes vient des Turcs seldjoukides et mongols, qui se succèdent sur le territoire de l'actuel Iran.

1502 : Abbas 1<sup>er</sup> prend le contrôle du pays et fonde la dynastie des Séfévides, considérée comme la troisième grande dynastie perse. L'économie et les arts se développent.

1722-1779 : Cette période troublée est marquée par la chute du pouvoir séfévide, sous les coups de peuples afghans, puis de Nader Shah.

1779-1921 : Arrivée au pouvoir de la dynastie turque des Qadjars. Ils étendent leur influence sur l'ensemble de la Perse et font de Téhéran leur capitale. La Russie et l'Angleterre s'intéressent à l'Iran, pour son tabac et son pétrole. L'Angleterre occupe une partie du territoire durant la Première Guerre mondiale.

1921 : Le général Reza Khan prend le pouvoir. Il fonde la dynastie des Pahlavis en 1925 et se proclame chah. Le pays se modernise et s'occidentalise.

1941 : Reza Khan cède le pouvoir à son fils Mohammad Reza (il sera le dernier chah d'Iran).

**PEUPLES, ETHNIES ET LANGUES** La langue officielle est le persan ou fârsi, d'origine indo-européenne. Le fârsi fut autrefois la langue parlée dans la province du Fârs. Si le persan est devenu la langue nationale, d'autres langues, dont le kurde et le baluchi sont également parlées. L'arabe est employé au Khuzestân, près de l'Irak, le turc azéri en Azerbaïdjan et un dialecte turc, le turkmène dans le nord est.

**RELIGIONS** La religion officielle est l'Islam Chiite et regroupe près de 80% de la population. L'Iran compte plus de 80 000 mosquées et sanctuaires, parmi lesquels les lieux saints chiites les plus sacrés : Qom, au sud de Téhéran. Les musulmans Sunnites constituent environ 19% de la population iranienne. On compte 250 000 chrétiens dont la moitié est d'origine arménienne et des juifs, 30 000 personnes qui vivent en Iran mais ces communautés sont en forte régression. Les minorités sont, les Bahāï (300 000) et Zoroastriennes (30 000) qui sont persécutées.

**ART** L'Iran a une longue histoire artistique, musicale, poétique, philosophique, de traditions et d'idéologies.

Beaucoup d'Iraniens pensent que leur culture est la seule et unique raison ayant permis à leur civilisation de survivre à des milliers d'années de perturbations. Ils pratiquent le cinéma, la musique, l'architecture. De plus, leur fabrication de tapis est de renommée mondiale.

**CUISINE / NOURRITURE** La cuisine iranienne varie d'une région à l'autre. Elle n'est pas épicée et le riz safrané et la viande en sauce font partie des plats typiques. Le riz est la base de toute nourriture iranienne. Il se présente, après la plus habile des cuissons, en longues paillettes fermes et impeccablement détachées. Le plat national est le "tchelo-kabab", du riz accompagné de viandes rôties découpées en lamelles (de préférence du mouton), des oignons frits, du safran, du poivre. La boisson qui accompagne le "tchelo-kabab" peut-être tout simplement du "dough", une sorte de petit lait très dilué. Le pain nous est très curieux ; c'est une sorte de grande crêpe que l'on a cuite en jetant la pâte contre une grande pierre rougie au feu. Une des boissons les plus agréables, c'est le thé (tchaï).



## UN COMPORTEMENT RESPONSABLE

**US ET COUTUMES** Au cours de la visite de l'Iran il faut manifester la prudence définie dans la conduite et les énonciations pour ne pas offenser les sentiments religieux des habitants de ce pays. Particulièrement cela se rapporte aux vêtements et aux relations entre le sexe masculin et féminin. Le passage des hommes et des femmes dans le transport commun est séparé dans le pays.

Le foulard pour les femmes est obligatoire.

Les étrangers doivent porter des pantalons longs pour les messieurs et jupes ou tunique couvrante pour les dames.

Pas de manches courtes, pas de décolleté.

Emporter des vêtements enveloppant.

Pendant le mois lunaire le Ramadan les musulmans jeûnent pendant la lumière du jour, et on prend la nourriture seulement à la tombée de l'obscurité.

Plusieurs magasins et restaurants ne travaillent pas la journée mais le soir. On ne fume et ne prend pas de l'alcool pendant ce mois.

Vendredi est le jour férié officiel à l'Iran.

Les poignées de main sont acceptées seulement parmi les proches amis, bien que les Iraniens avec les étrangers utilisent volontiers cette coutume européenne.

Pour visiter la maison de citoyen de l'Iran il faut prendre quelque cadeau (les fleurs ou les souvenirs). Il faut se rappeler que les Iraniens sont extrêmement ponctuels, c'est pourquoi tarder pour la rencontre est un mauvais ton.

**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** En Iran, la pratique des pourboires est répandue et attendue par vos guides et chauffeurs. Son attribution et son montant sont laissés à votre discrétion. Nous vous suggérons toutefois de prévoir par jour et par voyageur environ 3 € pour le chauffeur et 4 € pour le guide. En aucun cas il ne faut donner de cadeaux aux enfants ! Ne négociez pas de photos contre un bonbon ou un stylo! L'habitude de quémander est prise chez de très jeunes enfants, n'encouragez pas cette pratique ! Et souvenez-vous qu'un pourboire est toujours une marque de satisfaction...

**DÉCHETS** Parce que la nature dans les montagnes de l'Iran 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, emballages...

Les piles usagées sont redoutables pour l'environnement (mercure) si elles sont jetées ou brûlées, elles deviennent des jouets dangereux entre les mains des enfants qui les récupèrent. Elles trouveront facilement une petite place dans votre bagage de retour pour la France, où l'on trouve maintenant des collecteurs appropriés. Privilégiez l'usage des piles sans métaux lourds (tels que mercure, cadmium...) ou des batteries rechargeables.

N'oubliez pas d'enterrer profondément ou de brûler (en n'omettant pas que vous êtes en brousse), les papiers hygiéniques et les " kleenex ", afin d'éviter que les petites feuilles roses ou blanches éparses volent au vent et balisent les sentiers.

Dans la mesure du possible, vous utiliserez des produits hygiéniques biodégradables (savon et autres produits sanitaires). Les lingettes ne sont pas recommandées sur ce genre de destination, puisqu'il est possible de se baigner chaque jour.

**CHARITÉ ET MAIN TENDUE** On évitera d'encourager la mendicité, notamment celle des enfants, en faisant des distributions « sauvages » dans la rue. Si l'on souhaite apporter son aide en fournissant du matériel scolaire, des vêtements ou des médicaments, il est préférable de les remettre au directeur de l'école, au chef du village ou au dispensaire le plus proche, qui sauront en faire bénéficier les plus démunis.

**TOURISME SEXUEL** Le tourisme sexuel est un crime grave, quelque 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.

**CHARTRE ETHIQUE DU VOYAGEUR** *Vous trouverez dans votre ESPACE CLIENT, un document appelé « Charte éthique du voyageur » qui vous donnera de nombreuses pistes pour ne laisser (et encore !) que l'empreinte de vos pas, et avoir une attitude « responsable et solidaire ». Nous vous engageons à le consulter attentivement.*

## LEXIQUE

Bonjour : Salam

Merci : Motashakkeram

Comment allez-vous ? : Hal-é shoma chetor ast ?

Oui : Balé

Non : Nakheir

S'il vous plaît : Lotfan

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

## BIBLIOGRAPHIE

- Guide Bleu
- Guide Lonely Planet (en anglais)
- Guide Olizane
- Guide petit futé : Iran
- L'âme de l'Iran, Albin Michel, 1990
- L'Iran au XXème siècle, JP Digard, Fayard, 1996
- L'Islam Chiite, Yann Richard, Fayard, 1991
- L'Amour, l'Amant, l'Aimé, Hafez Shirazi, Sindbad, 1989
- Le Jardin des Roses, Saadi, Albin Michel, 1981
- Les Aventures de l'Incomparable Mollâ Nasroddine, Bouffon de la Perse, traduit du Persan et présenté par Didier
- Passeport à l'iranienne (Éditions JC Lattès)
- Persepolis de Marjane Satrapi
- Je vous écris de Téhéran de Delphine Minoui (Points Poche)
- Le voile de Téhéran de Parinoush Saniee
- Lolita à Teheran de Azar Nafisi (Essais Poche)

SOURCES Wikipédia, LonelyPlanet, Le Petit Futé

CARTOGRAPHIE International Travel Map Iran : 1/ 1800 000

**DÉPOSEZ VOS AVIS SUR VOTRE SÉJOUR,  
PARTAGEZ VOS PHOTOS ET VIDÉOS DE VOYAGE  
SUR NOTRE SITE INTERNET,  
SUR FACEBOOK, TWITTER OU SUR INSTAGRAM !!**



***#destinationsqueyras***

**CONTACT@RANDOQUEYRAS.COM  
WWW.RANDOQUEYRAS.COM**

## **INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES**

### **ASSURANCES**

Notre assurance comprend : l'annulation, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 30 jours du départ (voir la page "Conditions générales"). Elle comprend également l'assistance rapatriement. Le prix de l'assurance correspond à 3,90% du prix du séjour.

### **REGLEMENT**

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

**À l'inscription** : Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ** : Le solde sans appel de notre part

### **CONTACT**

**Destinations Queyras**  
8 route de la gare  
05600 GUILLESTRE  
Tel. (33) 04.92.45.04.29  
Fax. (33) 04.92.45.00.49  
[contact@randoqueyras.com](mailto:contact@randoqueyras.com)  
[www.randoqueyras.com](http://www.randoqueyras.com)

Agence de voyage N° IM005100004  
SARL Randoqueyras au capital de 10 000 €  
RCS Gap 484 591 235  
RCP MMA 113.326.666  
Garant : APS 15 avenue Carnot 75017 PARIS  
Agrément Jeunesse et Sports 00598ET0048 -  
SIREN 484 591 235 APE 633Z