

## CONSEILS DE VOYAGE TURQUIE

1. les formalités administratives
2. les conseils santé
3. l'eau, la nourriture
4. les sanitaires
5. l'électricité
6. les déplacements
7. le climat
8. le décalage horaire
9. le change  
les moyens de paiement
10. ce qu'il faut emporter
11. transport aérien
12. les rapports avec vos hôtes

### 1. Les formalités administratives

Pour se rendre en Turquie, le passeport n'est pas indispensable, une carte d'identité suffit. L'entrée en Turquie ne nécessite pas de visa pour les Français.

Les Belges devront acquérir un visa à l'aéroport d'Istanbul (15 €). Le guichet se situe juste à gauche des files d'attente de la police des frontières.

### 2. Les conseils santé

#### VACCINATIONS

Pas de vaccins obligatoires mais soyez à jour en ce qui concerne le DTP. Voyez avec votre médecin traitant pour évaluer la pertinence d'autres vaccins comme la fièvre typhoïde, hépatites virales A et B. Une prévention paludisme n'est pas nécessaire.

### 3. L'eau, la nourriture

#### L'EAU

Durant votre séjour, il est souvent préférable de consommer de l'eau minérale encapsulée. Votre guide pourra vous renseigner sur la qualité de l'eau.

#### LA NOURRITURE

Les repas sont préparés par les familles hôtes, les menus sont riches et variés. Les ingrédients utilisés sont issus de la

production locale (pour la plupart biologiques). C'est avec une grande fierté que vos hôtes vous feront découvrir leurs produits de terroir. Si vous êtes au régime sec, oubliez ce voyage, il n'est pas pour vous !

### 4. Les sanitaires

Dans les familles, les toilettes sont... à la turque ! Pour vous laver, vous disposerez soit d'une douche, soit d'un baquet d'eau.

### 5. L'électricité

Vous pourrez recharger vos batteries (appareil photo, téléphone) au village. Pas de problème : il s'agit de 220 volts et de prises européennes.

### 6. Les déplacements

A partir du village, vous vous déplacerez en tracteur, charrette, mini-bus où à pied !

Nos circuits ne requièrent pas d'aptitudes physiques spéciales. La durée des randonnées pédestres ne dépasse pas 5 à 6 heures par jour. Vous ne devrez pas porter vos bagages. Juste votre pique-nique du jour.

Pour ceux qui prennent le train pour arriver à Kars, sachez que ce lent cheminement vers l'Est est très agréable. Compartiment pour deux personnes avec table, lavabo, frigo !

### 7. Le climat

Bogatepe est situé à une altitude de 2200 mètres. Les nuits peuvent être fraîches, surtout lors du bivouac en montagne. Prévoyez de quoi vous couvrir. La journée en été, les températures avoisinent les 20 à 25°.

#### Moyenne des températures à Kars

KARS	jui.	jui.	aoû.	sep.
mini	6,4	9,6	9,3	5,1
maxi	20,4	25,2	25,6	21,8
Précipitations (mm)	75,7	49,7	38,3	26,7

### 8. Le décalage horaire

La Turquie est en avance d'une heure sur la France, hiver comme été. Quand il est 12 h en France et en Belgique, il est 13 h en Turquie.

### 9. Le change, les moyens de paiement

1 € = 2,16 Turkey Lira (TRY) au 15/02/11  
A votre arrivée à l'aéroport, vous pourrez échanger vos euros contre des Lires Turques.

Il est possible de retirer de l'argent avec une carte Visa ou Mastercard à l'aéroport ou dans les villes.

### 10. Ce qu'il faut emporter : les indispensables !

- **Vêtements** : légers pour le séjour à Istanbul ( $\pm 25^\circ$ ), chauds pour le séjour à Bogatepe (2200 mètres). La journée, les températures avoisinent les 20 à 25°, mais les nuits peuvent être très fraîches (entre 0 et 10°). Emportez également un vêtement de pluie (pour la rando, le poncho est idéal).
- **Des chaussures de marche** seront utiles. Ceux qui ne souhaitent pas randonner pourront se déplacer en charrette.
- **Des chaussons** (chaussures d'intérieur) seront appréciés dans les familles.
- **Une paire de nu-pieds en plastique** (accessoire pratique pour la douche).
- **Un sac de couchage chaud** (pour la nuit en bivouac).
- **Une lampe torche** (de préférence sans pile ou alors rechargeable). Une frontale est souvent plus pratique.
- Du papier toilette, mouchoirs, petits sacs poubelle.
- **Pharmacie** : emmenez vos « médicaments » habituelles. Ce séjour ne nécessite pas vraiment de précautions particulières. N'oubliez pas : un nécessaire pour soigner d'éventuelles ampoules, une bonne protection solaire, de la pommade pour les brûlures superficielles, un anti-infectieux intestinal et un anti-diarrhéique, ...
- **Un petit dictionnaire franco-turc**

peut s'avérer utile dans les familles. Vos hôtes apprennent le français durant l'hiver. N'hésitez pas à apprendre quelques mots de votre côté.

- **Des jeux de société** pour les transports (train, car) et pour les soirées en famille. De préférence des jeux ou la compréhension du français n'est pas nécessaire.
- Comme pour nos autres voyages, pensez à emmener des **photos de votre environnement**, des cartes de votre région afin d'échanger avec vos hôtes. Vous pouvez également emporter une spécialité culinaire de votre région à partager avec ces derniers (mais n'oubliez pas que nous sommes en pays musulman).
- Des bouchons d'oreille pour ceux qui ont le sommeil léger.
- . Un sac de voyage souple ou un sac à dos.
- . Un chapeau et des lunettes de soleil.

---

## 11. Transport aérien

---

Au départ de Paris ou Bruxelles, de nombreuses compagnies aériennes desservent l'aéroport d'Istanbul. Le poids autorisé pour les bagages est généralement de 20 kg. Mais pour votre confort durant le séjour, ne vous chargez pas au-delà de 15 kg.

---

## 12. Les rapports avec vos hôtes

---

### SALUTATION

Les Turcs utilisent beaucoup les gestes et les expressions faciales pour communiquer. Il est habituel de se serrer la main entre hommes et femmes lors des salutations. Dans certains cas, les hommes et les femmes s'embrassent sur les deux joues. Lorsqu'ils conversent, les hommes et les femmes peuvent se toucher fréquemment, pour souligner un point. En règle générale, les Turcs sont très hospitaliers et amicaux et deviennent rapidement familiers.

### TENUE VESTIMENTAIRE

Vous vous rendez dans des villages ruraux qui n'ont pas vraiment l'habitude de recevoir la visite d'étrangers. Par respect pour vos hôtes, évitez de porter des tenues trop... dénudées (shorts ou jupes courtes par exemple).

### PHOTOS

Si vous souhaitez prendre une photo n'oubliez pas de demander l'accord au préalable. **SI VOUS PROPOSEZ D'ENVOYER LA PHOTO, N'OUBLIEZ PAS DE LE FAIRE DE RETOUR CHEZ VOUS !**

### VISITES

À chaque rencontre, les Turcs offrent à leurs visiteurs du café ou du thé. Ce rituel est incontournable et très agréable.

### REPAS

Il est préférable d'utiliser la main droite pour manger, la main gauche étant considérée impure en pays musulman.

### HÉROS NATIONAL

Mustafa Kemal Atatürk (1881-1932) est le fondateur de l'État moderne turc. Il a réformé les institutions de l'Empire ottoman et a considérablement marqué le pays. Vous trouverez des portraits d'Atatürk dans tous les endroits publics ou privés où vous vous rendez.

### CADEAUX

En participant à ce voyage, vous créez de l'activité économique dans les villages. Vous permettez aux associations dont ils sont membres de financer certains de leurs projets. **NE FAITES PAS DE DONS, DE CADEAUX DE FAÇON INDIVIDUELLE.** Si vous désirez aller plus loin dans la solidarité, tentez d'abord d'identifier les besoins réels, réfléchissez à des actions collectives sur le long terme, à des échanges de savoir-faire, de compétences, des échanges culturels,...

### POURBOIRES

Les différents prestataires (accompagnateurs, familles hôtes,...) sont rémunérés «équitablement» pour leur prestation. Donner un pourboire déséquilibre la répartition des revenus de l'activité entre les différents acteurs.