

## Turquie - Balade en Lycie

<b>Difficulté</b> Niveau 1	<b>Durée</b> 8 jours	<b>Places</b> 7 à 12
-------------------------------	-------------------------	-------------------------

L'itinéraire sur place pourra être modifié en fonction des circonstances locales, climatiques ou autres...

## Présentation

Lovée au fond d'un superbe golfe dans lequel plongent les montagnes de Pisidie, Antalya est le point de départ de notre périple en Lycie, avec une belle randonnée sur les crêtes sud du Taurus.

De villages en forêts de pins genévriers et cèdres, de sites archéologiques en plages tranquilles, des clairs torrents aux criques marines, le voyageur découvre une palette de paysages et de couleurs et réalise des rencontres diverses. Car les hommes de ces régions aux reliefs multiples sont pasteurs, agriculteurs, marins...

Une petite excursion en caïque permet aussi de prendre le large pour visiter les vestiges d'une belle île.

## Fiche technique

### Carte d'identité

#### Nom :

République de Turquie

#### Capitale :

Ankara

#### Superficie :

780 576 km<sup>2</sup>

#### Population :

84,339,067 d'habitants

#### Régime politique :

République parlementaire

### **Formalités :**

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. Pas de visa pour les Français, Suisses et Luxembourgeois. (Pour les Belges : visa de tourisme : 10€ à l'arrivée)

### **Santé :**

Aucune vaccinations obligatoire. Vaccinations « universelles » recommandées : diphtérie, polio, tétanos, hépatite B + hépatite A.

INSTITUT PASTEUR : 03 20 87 79 80. Voyager n'est pas anodin. Nos organismes ne sont pas forcément adaptés aux conditions de vie d'autres latitudes. Pour réussir ces moments d'escapade, mieux vaut être informé, préparé. Ne pas hésiter à téléphoner à l'Institut.

### **Devises :**

La monnaie en Turquie est la livre turque 1€ = 20,01 TRY.  
Les euros sont acceptés partout.

Pour d'avantage d'information sur le change : [www.oanda.com/convert/classic](http://www.oanda.com/convert/classic)

### **Décalage horaire :**

En hiver, comme en été, quand il est 12h à Paris, il est 13h en Turquie.

Pour d'avantage d'information: [www.horlogeparlante.com](http://www.horlogeparlante.com)

### **Electricité :**

220 volts Les adaptateurs ne sont pas nécessaire.

### **Religions :**

90% de la population est musulmane (70% de sunnites et 20% d'alévis et autres branches hétérodoxes), chrétiens, juifs et autres groupuscules représentent 10%.

### **Langue(s) et ethnie(s) :**

La langue officielle de la Turquie est le turque. Il y a plus de 30 langues minoritaires, immigrées et étrangères. Les langues les plus parlées après le turc sont le kurde, le zazaki et l'arabe.

Les ethnies:

- les peuples turciques
- les peuple indo-européen ou kurdophones
- les peuples du Caucase ou de l'Anatolie du Nord-Est
- autres ethnies: Roms, Arabes, Hémichis, Arméniens, Grecs, Chaldéens, Afro-Turcs, Polonais, Romaniotes, Séfarades, Ashkénazes.

## Climat :

La Turquie c'est l'Asie : donc il fait chaud en été ! Sur la mer Egée et la mer Méditerranée, même climat qu'en Grèce, voire plus chaud sur la côte sud (Lycie). La côte nord, vers les détroits, est bien plus arrosée ; sur les plaines proches de la Syrie, c'est la fournaise. Malgré une régularité générale qui nous permet d'apprécier les bonnes ou mauvaises périodes pour la visite d'un pays, la météo reste un paramètre imprévisible, il convient donc de se préparer au mieux en cas de conditions climatiques exceptionnelles et difficiles.

Pour d'avantage d'information: [fr.news.yahoo.com/meteo](http://fr.news.yahoo.com/meteo)

## Quand partir

On peut visiter la Turquie toute l'année, mais les mois de mai, de juin, de septembre et d'octobre sont les plus agréables.

## Géographie

La Turquie est l'un des seuls pays au monde à cheval sur 2 continents.

La Thrace orientale est la partie européenne de la Turquie et représente 3 % du territoire national. L'Asie Mineure ou Anatolie forme le reste du territoire turc, qui s'étend sur 780 000 km<sup>2</sup>. L'Anatolie occidentale et centrale est formée de hauts plateaux d'une altitude moyenne de 1 100 m. Elle est séparée de l'Anatolie orientale (Mésopotamie, Cilicie, Karamanie) par la chaîne du Taurus. Au nord, la chaîne se dédouble pour former l'Anti-Taurus, dont l'Ararat biblique est le plus haut sommet de Turquie (5 137 m).

4 mers baignent la Turquie :

**La mer Noire**, au nord, a un littoral peu découpé, dominé par la chaîne pontique.

**La Méditerranée**, dont la côte s'étend de l'ancienne Lycie au Hatay ou région d'Antioche, en passant par l'antique Pamphylie ; c'est la fameuse côte « turquoise ».

**La mer de Marmara** avec ses détroits (Bosphore et Dardanelles) marque les limites géographiques de l'Europe et de l'Asie.

**La mer Égée** a la côte la plus longue et la plus découpée (2 800 km). Du chapelet d'îles qui s'égrène le long des côtes égéennes, seules Gökçeada (Ímros) et Bozcaada (Ténédos) appartiennent à la Turquie, toutes les autres ont été laissées à la Grèce lors du démantèlement de l'empire.

## Groupes

7 à 12 personnes

## Bagages

Pour rendre la manutention plus aisée, il vaut mieux prévoir un sac à dos classique ou un sac marin (souple) ; ce sac mis en soute ne doit pas excéder 23 kg.

## Transport

Randonnée pédestre, zodiac pour rejoindre l'un ou l'autre site.

## Niveau

Facile ; les randonnées pédestres sont sans portages. Il faut prévoir un petit sac à dos de journée pour les affaires personnelles.

## Accompagnement

Le circuit est encadré par des chauffeurs et des guides locaux soucieux de partager la connaissance de leur pays, de maintenir la cohésion et la bonne humeur du groupe.

## Hébergement

En hôtels ou bivouac

## Gastronomie

**Mercimek Çorbası: soupe de lentilles, elle accompagne très souvent les repas locaux. Cette soupe n'est pas impossible à refaire : lentilles, farine, cumin, concentré de tomate et oignons sont les ingrédients de base. Il est toujours conseillé d'ajouter généreusement du citron avant de la déguster sur un fond de zurna (« flute de fête »).**

**Menemen: plat composé d'œufs, de poivrons, d'oignons, de tomates et bien sûr de sucuk (saucisses turques), cette omelette est réputée pour ses apports nutritifs. Le menemen se prend souvent lors d'un bon kahvaltı (petit-déjeuner).**

**Dolma: Ces feuilles de vignes farcies sont un classique de la cuisine méditerranéenne. Les origines du dolma remontent à l'Empire ottoman. Depuis on les cuisine à chaque célébration. Son nom varie selon les régions mais sa composition reste la même : légumes farcis (aubergine, courgette, poivron, boulgour...), épices et parfois de la viande.**

**Kumpir: Cette grosse pomme de terre cuite au four figure dans le palmarès des plats turcs les plus populaires. Sa chair est initialement mélangée à du fromage et à du beurre. Souvent, les gérants vous laisseront ajouter les ingrédients de votre choix (saucisses, cornichons, légumes, olives....). Généralement, on y ajoute des tomates et du maïs recouverts par de la sauce au yaourt.**

**Manti:** ce sont des petits raviolis fourrés à la viande, il reste néanmoins possible de trouver des variantes à la pomme de terre ou au fromage. Les manti sont généralement nappés de sauce au yaourt et de beurre auxquels on ajoute de l'ail et des épices.

**Lahmacun:** c'est une pizza, originaire de Sanliurfa (sud-est du pays), se présente avec une pâte fine, on ajoute à la pâte une farce épicée à laquelle on mêle du jus de citron, des oignons et du persil.

**Güveç:** Le güveç n'est pas directement le nom du plat en question, il désigne le récipient utilisé lors de la cuisson. Ce ragout à base de viande ou de poisson est très populaire notamment en hiver. L'aubergine, les tomates et les champignons se mélangent parfaitement. Bien sûr il est possible d'ajouter d'autres ingrédients en fonction de vos goûts. Ses 3 heures de préparation en valent amplement le coup.

**Le Balık Ekme** est un sandwich au poisson.

**Künefe :** Le künefe est un parfait mélange sucré-salé. Il est composé de deux ingrédients principaux : la pâte de kadayıf (cheveu d'ange) et un fromage fabriqué dans le sud du pays (Hatay).

**Güllaç :** Datant du XVème siècle, le güllaç s'est vite imposé comme un dessert traditionnel turc. L'originalité de sa composition en a charmé plus d'un : eau de rose, grenade et lait.

### **Restauration**

Restaurants et pique-niques.

Un cuisinier accompagne toujours les groupes. Les plats, les assiettes, les couverts sont fournis sur place, ainsi que les gobelets et les verres.

## **Protection des sites**

Chaque participant est responsable de la propreté des lieux de passage et de bivouac.

Munissez-vous d'un briquet pour brûler papier toilette et lingettes.

Il ne faut rien laisser traîner car l'équilibre écologique de ces endroits est fragile et la permanence des flux touristiques accroît les risques de dégradation.

## **Assurance**

Nous vous rappelons qu'en cas d'hospitalisation sur place ou de rapatriement, vous pouvez être couvert par une assurance personnelle (avec la carte VISA par exemple ou une mutuelle). Si vous n'êtes pas couvert par cette dernière, Horizons Nomades vous propose une assurance globale qui couvre l'assistance rapatriement, l'annulation du voyage, l'interruption de séjour et les bagages. Son montant est variable en fonction du prix du voyage. Si vous disposez d'une assurance personnelle, vous pouvez souscrire une assurance « annulation » uniquement qui vous permettra d'être remboursé en cas d'annulation inattendue de votre voyage. Son montant est également variable en fonction du prix du circuit choisi. Merci de nous consulter pour plus de renseignements.

## **Pour vous inscrire**

Il suffit de compléter le bulletin d'inscription en ligne se trouvant à la fin de cette fiche technique, accompagné d'un acompte de 30% du montant total, à l'agence de Strasbourg : Horizons Nomades, 4 rue des Pucelles, 67000 Strasbourg.

## **Vêtements**

- un chapeau ou une casquette
- une cape de pluie ou un K-way
- des pantalons légers en coton
- Sweat-shirts ou chemises manches longues
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche).
- un pullover léger
- un maillot de bain

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison du pays.

## **Chaussures**

- des chaussures de marche légères, aérées, avec une bonne adhérence sur les différents terrains.
- 1 paire de sandales ou paire de chaussures de détente pour le soir

## **Accessoires nécessaires**

- une paire de lunettes de soleil
- une gourde (1,5 litre minimum)
- un couteau de poche (à ranger dans le bagage de soute)

## **Trousse de toilette**

- nécessaire de toilette : préférez des produits biodégradables.
- une serviette
- une crème solaire
- lait de toilette
- Baume pour les lèvres

## Pharmacie

Une pharmacie de premier secours est fournie par HORIZONS NOMADES pendant le voyage.

Cependant, prévoyez une petite pharmacie individuelle :

- compresses, pansements
  - antiseptiques
  - analgésique
  - coton
  - collyre
  - pommade anti-inflammatoire
  - antidiarrhéiques
  - analgésiques
  - vitamines C
  - antibiotiques (selon avis du médecin)
  - biafine
- (ciseaux, épingles de sûreté en soute, pince à épiler en soute)

## Photo/Vidéo

Il faut penser à s'approvisionner en batteries avant le départ et à prendre des sachets plastiques pour protéger le matériel. Pour la photographie, n'oubliez pas de demander une autorisation et de remercier les personnes.

## Guides

- Turquie, Guide du Routard

## Récits, littérature, ouvrages illustrés

- **La Turquie, Grands Voyageurs**, A. Lorber
- **Turquie, J.Mathé**, A. Crozat-Mathé
- **La Turquie : de l'empire ottoman à la république d'Atatürk**, T. Zarcone.
- **Turquie : genèse de l'art ottoman : l'héritage des émirs**, Musée sans frontières, G. Oney
- **La Turquie moderne et l'islam**, T. Zarcone
- **Le dilemme turc :ou les vrais enjeux de la candidature d'Ankara**, E. Razavi, A. Del Valle
- **Contes et légendes de Turquie**, R. Dor
- **Le Roman de Constantinople**, G. Martin-Chauffier
- **Neige**, O. Pamuk.

# Itinéraire

## Jour 1 • Vol Paris - Antalya

Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel.

## Jour 2 • Antalya - Kemer - Dereboagazi - Mezardibi

Transfert à Kemer une agréable station balnéaire dominée par une montagne de 2400 m couverte d'une forêt de résineux. Montée graduelle vers les alpages de ces montagnes qui abritent en été les bergers et leurs troupeaux de moutons. Bivouac.

## Jour 3 • Ovacik - Yaylakuzdere - Gedelma

Balade sur les alpages d' Ovacik, et descente à travers la forêt de cèdres et de pins vers des ruines romaines oubliées des archéologues; poursuite de la randonnée en direction de Gedelma. Arrivée en fin d'après-midi. Bivouac.

## Jour 4 • Yaylakuzdere - Çukuryayla

Traversée du plateau de Yaylakuzdere, et montée vers les crêtes du mont Tahtali Dag pour arriver au camp de base situé à Çukuryayla, un plateau dans une dépression entouré des montagnes. Selon la période possibilité de rencontrer les nomades qui installent leurs tentes ici pour bénéficier de la fraîcheur de l'herbe des prairies. Bivouac. 4 h de marche.

## Jour 5 • Çukuryayla - Beycik - Çirali

Le plateau de Çukuryayla mène aux beaux sentiers en balcon sous le sommet du mont Tahtali. Paysage superbe à travers les arbres millénaires qui semble défier le temps. On sent les parfums des plantes et des arbres odoriférante qui ornent le chemin. Descente avec une vue imprenable sur la mer en direction du village de Beycik. Transfert à Olympos. Continuation de la marche à travers les ruines de l'antique Olimpos. Possibilité de baignade sur la plage de Çirali. Dans la soirée, petite marche sur le site de Çirali; selon la mythologie c'est ici que le héros Bellerophon aurait enterré Chimère, le monstre cracheur de feu; aujourd'hui on peut voir les flammes éternelles qui jaillissent d'entre les rochers... Les spécialistes parlent d'un gaz naturel (méthane) qui remonterait des profondeurs...Nuit à l'hôtel.

## Jour 6 • Les îles de Kekova - Kale

Découverte des fonds marins: les ruines d'une ville engloutie, celle de Kekova. Affrètement d'un bateau pour faire une balade en mer et profiter d'une baignade dans les eaux chaudes de la Méditerranée. Montée sur la forteresse du village de Kalekoy (ancien Simena). Découverte de là haut les sarcophages lyciens dispersés ça et là dans une nature exubérante. Nuit à bord.

## Jour 7 • Myra - Antalya

Retour à terre pour visiter Myra, dont l'étonnante nécropole rupestre, remontant à l'époque des satrapes, domine un imposant théâtre romain. Transfert vers Antalya, situé dans un paysage plein de contraste, est une ville séduisante avec ses boulevards ombragés bordés de palmiers, et son pittoresque vieux quartier, aux rues étroites et sinueuses et aux vieilles maisons de bois, près des murs de la ville. Depuis sa fondation au 2nd siècle par Attalos II, Antalya fut habité successivement par les Romains, les Byzantins, les Seldjoukides, puis les Ottomans. Chaque civilisation y laissa évidemment des traces, qui font aujourd'hui d' Antalya une ville particulièrement attrayante. Dans la soirée, balade à travers les ruelles de son vieux quartier qui conservent encore les vestiges de la porte d' Hadrien ainsi que la mosquée de Yivli minare (le minaret cannelé) datant du 13eme siècle et représentant le Symbole d'Antalya. Nuit à l'hôtel.



## Jour 8 • Vol Antalya - Paris

En fonction de l'horaire du vol, transfert à l'aéroport pour le vol retour.

### Carte

