



**Association des Retraités
et Préretraités Sanofi-Aventis de Vitry**

Vitry sur Seine, le 10 septembre 2021

Voyage 2022

La Commission "Sorties culturelles et Voyages" vous propose :

L'empire des steppes de Mongolie

14 jours – 12 nuits du 3 au 16 juin 2022 (à confirmer)



Votre voyage en bref :

Ce voyage en Mongolie est une plongée dans votre imaginaire qui, devant ces paysages grandioses, vous fera vivre et revivre les légendes et le grand mythe des Mongols de Gengis Khan ! Diversité et immensité des paysages : montagnes dentelées, plateaux lunaires, falaises ocre, canyons glacés et les fameuses dunes du désert de Gobi ; rencontres avec des familles nomades et nuits sous les yourtes insolites et inoubliables... un vrai « Rendez-vous en terre inconnue » !

Après la découverte de la capitale, Oulan Bator vous serez transportés directement dans le désert de Gobi pour admirer en particulier les dunes de Khongor. Ensuite, vous serez emmenés dans la vallée de l'Orkhon pour une plongée dans la vie quotidienne et spirituelle des nomades dans des paysages grandioses.

Le voyageuriste : Voyageurs du Monde

Tarifs, assurances comprises, sur la base de 15 à 20 participants :

ARPA – Vitry : 3 100 €

Extérieurs : 3 200 €

Supplément chambre « seule » dans les hôtels (pas de yourte individuelle) : 220 €

**Pour bénéficier du tarif ARPA - Vitry,
vous devez être à jour de la cotisation 2022 (Bulletin d'adhésion joint).**

Date limite d'inscription : Jeudi 14 octobre 2021

Si le nombre d'inscrits était inférieur à 15, la prestation pourrait être annulée.

Contacts : Françoise BELLOT : 06 45 89 29 04

Joël JOLLY : 06 13 54 35 57

Adresse postale : ARPA – Vitry
Bâtiment C5 - 158 rue Julian GRIMAU
94400 Vitry sur Seine
Tél. : 01 43 91 90 06 (répondeur) - Courriel : arpa.vitry@orange.fr

Votre programme

Jour 1 : Paris > Moscou > Oulan Bator

Rendez-vous à l'aéroport de **Paris Charles de Gaulle** avec le représentant de Voyageurs du Monde pour l'assistance aux formalités d'enregistrement. Envol à destination d'Oulan Bator sur vols réguliers d'Aeroflot avec une escale à Moscou.

Dîner et nuit à bord.

Jour 2 : Oulan Bator



Arrivée très matinale à l'aéroport d'Oulan Bator : Formalités de douane, récupération des bagages, accueil par votre guide francophone et transfert à l'hôtel Bayangol pour installation dans les chambres et petit-déjeuner.

Perchée à 1350 m d'altitude et entourée de quatre sommets (Uuls) sacrés, **Oulan Bator**, longtemps une étape pour les caravanes entre Pékin et Irkoutsk, est maintenant une ville moderne et jeune à

dominante architecturale soviétique, entourée de camps de yourtes sédentaires.

Découverte du **monastère Gandantegchilen**, le plus grand centre bouddhiste du pays avec temples, stupa, moulins à prière, un collège de médecine traditionnelle et une université. Possibilité selon l'heure d'entrée d'assister à la cérémonie du matin.

Visite du **Musée d'Histoire Nationale** qui retrace l'histoire de la Mongolie de la préhistoire à nos jours.

Déjeuner typique mongol dans un restaurant.

Visite du **Palais d'hiver du dernier mongol VIIIème Bodgo Gegen** fondé entre 1893 et 1903.

Circuit dans la ville avec passage par la **place Sukhbaatar** (ou Gengis Khan) où se trouve une statue immense de Gengis Khan et le bâtiment du Parlement mongol. Ici fut proclamée l'indépendance vis-à-vis de la Chine en 1921.

Puis cap vers le **mémorial de Zaisan**, dédié au soldat inconnu, qui offre une vue panoramique sur la ville et sa ceinture de yourtes (300 marches pour le sommet !).

Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 3 : Oulan Bator > Dalanzadgag > Parc national de Gobi Gurvan Saïkhan > Vallée de Yolyn Am 30 km / environ 1 h

Transfert très matinal vers l'aéroport d'Oulan Bator pour un envol à destination de Dalanzadgag dans la province méridionale d'Ömnögov, région la plus inhabitée et la plus aride du territoire mongol.

Petit-déjeuner à bord.

Départ en minivan 4 x 4 aménagés vers le **Parc National Gobi Gurvan Saïkhan** (parc des trois belles montagnes), la plus grande zone protégée du pays (27 000 ha) qui abrite une faune protégée (Léopard des neiges, gazelles, bouquetins de Sibérie, rapaces, gypaètes barbus, argalis...) et une flore très variée.

Visite du **musée du Parc national** de Gobi

Déjeuner pique-nique.

Randonnée dans Yolyn Am, la « Vallée des aigles », accessible à tous, au sein des montagnes de Züün Saïkhan, à la découverte de la faune et de la flore et l'observation de glaciers permanents.

Installation au **camp de yourtes de Gobi discovery** (ou Juulchin Khanbogd), **dîner et 1^{ère} nuit sous les yourtes.**



Conçue pour protéger du froid et du chaud, la yourte est l'habitat des nomades à forte symbolique dans la culture mongole où chaque élément (orientation, entrée, position à l'intérieur...) qui la compose à une signification. Les camps de yourtes constituent des « hôtels » de campagne, où la yourte fait office de chambre pour 2 ou 3 personnes. Vous y

trouvez un restaurant avec une nourriture d'inspiration mongole, un bloc sanitaire avec des toilettes à l'occidentale et des douches. Le linge de toilette est fourni.

Tous les camps n'offrent pas le même niveau de service, certains sont plus luxueux que d'autres, mais tous ont été sélectionnés pour vous garantir un séjour agréable.

Jour 4 : Vallée de Yolyn Am > Dunes de Khongor

120 km / environ 3 h

En route pour rejoindre les **Khongoryn Els** en traversant les spectaculaires **gorges d'Arts Bogd** (2 900m).



Les dunes de Khongor (ou « dunes chantantes » à cause du bruit que fait le sable quand elles sont balayées par le vent) forment un des sites les plus spectaculaires de Mongolie. Etendues, au pied des monts Sevrei, sur près de 180 km de long et 20 km de large, elles peuvent atteindre jusqu'à 300 m et offrent un impressionnant dégradé de couleurs : le jaune pâle du sable contraste avec la végétation verte et luxuriante délimitée par la petite rivière, Khongoryn Gol, qui coule à leur pied. Au-delà s'étend la steppe à perte de vue, la terre des nomades mongoles.

Balade à pied dans les dunes. Pas faciles à gravir mais la vue n'en est que plus belle et la descente magique !

Déjeuner avec dégustation de Khuushuurs, chaussons mongols à base de pâte de farine de blé farcis d'un mélange d'oignons et/ou ail, sel et épices.

Possibilité de rencontres avec des éleveurs de chameaux de Bactriane (espèce endémique capable de résister à - 60 °C).

En option : Une promenade d'une heure à dos de chameau (11 €).

Route vers le **camp de Gobi Erdene** et installation.

Dîner et nuit feutrée sous les yourtes du camp.



Jour 5 : Dunes de Khongor > Bayanzag

130 km / environ 3 h

Route vers **Bayanzag et ses célèbres falaises rouges** où le paléontologue Roy Chapman découvrit dans les années 1920 les premiers œufs fossilisés de protocératops.

Randonnée, accessible à tous, dans la **forêt de Saxaouls**, arbre endémique des déserts d'Asie centrale résistant à la sécheresse et ralentissant la désertification. Arbuste à



l'écorce gris clair et aux feuilles squamiformes d'environ 2 m de haut, mais il peut atteindre jusqu'à 9 m, se fleurit de petites fleurs jaunes en avril – mai et ses fruits, des utricules vert foncé contenant des graines noires, apparaissent en septembre.



Observation de bois pétrifiés.

Déjeuner dans un restaurant local.

Installation dans le **camp de Mongol Gobi** (ou Gobi Tour).

Rencontre avec une famille de nomades qui sera l'occasion d'échanger sur leur culture et leur vie quotidienne : la yourte, la nourriture, les tenues traditionnelles, l'élevage, les migrations... un voyage hors du temps loin de tout qui peut mener à une véritable introspection de nos modes de vie moderne. Sur les trous millions d'habitants en Mongolie, il y a encore près de 900 000 qui vivent de l'élevage et peuvent migrer 4 à 5 fois par an sur des distances allant jusqu'à 150 km !

Dîner et nuit sous les yourtes.

Jour 6 : Bayanzag > Monastère d'Ongii

160 km / environ 4 h

Départ pour la **vallée de pâturages de Gylaan** avant d'atteindre le monastère d'Ongii au pied du mont Saikhan Ovoo.

Déjeuner

Visite des restes du Monastère d'Ongii et observation des pétroglyphes (dessins gravés dans la pierre) dans le massif rocailleux.

Fondé en 1660 aux rives de la rivière Ongiin, Ongii Khiid était composé de deux sites : Klugagt, au sud, le plus ancien qui rassemblait divers bâtiments administratifs et onze temples et Barlim, au nord, qui abritait 17 temples. Quatre universités bouddhiques étaient également hébergées sur les lieux à son apogée. Il fût détruit en 1939 par le régime communiste, 200 moines tués et la rivière détournée pour les mines locales provoquant son assèchement.



En 1990, trois moines, qui y avait vécu là 60 ans auparavant, ont décidé de restaurer Ongii Khiid. Un temple est entièrement restauré et deux petits musées ont été installés dans des yourtes.

Ongii Khiid abrite aussi **une source d'eau froide aux propriétés bienfaitrices** si elle est bue avant le lever du soleil !

Installation au **camp de Ongiin Nuuts** (dit Secret of Ongii)

Dîner et nuit feutrée sous les yourtes du camp.

Jour 7 : Monastère d'Ongii > Vallée de l'Orkhon **287 km / environ 6 à 7 h**

Cap vers la **Vallée de l'Orkhon**, au cœur des origines mongoles, sur les contreforts de la chaîne du Khangai. Depuis 1992, elle est protégée par l'Unesco. Elle est le paradis des éleveurs de Yaks.

Le bassin de la rivière Orkhon (122 000 ha) est riche en vestiges historiques, la vallée ayant servi d'habitat successif à de nombreux peuples nomades, et ce depuis la période préhistorique. Elle est fréquemment perçue comme le berceau de la culture des steppes, et fut lors du dernier millénaire un véritable carrefour des civilisations, reliant l'Est à l'Ouest à travers le vaste continent eurasiatique.

Déjeuner en cours de route dans un restaurant local avec dégustation de produits locaux comme le lait de jument fermenté (aïraq) et quelques fromages secs.

Installation pour trois nuits dans le **camp d'Orkhon Tushee**.

Dîner

Observation de la lune et des astres de l'une des voûtes les plus étoilées du monde et nuit feutrée sous les yourtes.

Jour 8 : Au cœur de l'Orkhon



Découverte du paysage volcanique et minéral de la vallée de l'Orkhon et de ses **célèbres chutes Ulaansutgalan de 20 m de haut** formées il y a 20 000 ans à la suite d'une combinaison unique de tremblements de terre et d'éruptions.

Immersion dans la culture locale.

Les cinq animaux les plus importants pour les nomades sont le cheval, le yak, la chèvre, le chameau et le mouton. Un éleveur peut obtenir d'eux la plupart des ressources dont il a besoin pour survivre. Le mouton est le plus polyvalent car il fournit produits laitiers, viande et le feutre.

On surnomme souvent la Mongolie « la nation du feutre » ce qui reflète l'importance de cette matière pour le peuple. Il existe plusieurs **techniques pour fabriquer l'isolant simple et efficace de la yourte traditionnelle** : les artisans du hameau de Ulan Am vous en révéleront les secrets.

Balade le long de la rivière pour admirer des **stèles à cervidés** qui marquent l'emplacement des nécropoles des ancêtres des Huns.

Partage du barbecue traditionnel mongol, le Kharkhog (Viandes de chèvre ou de mouton placée avec des pierres chaudes et des légumes dans une marmite fermée hermétiquement qui est mise 30 min sur le feu), **avec les artisans.**

Initiation à la construction de yourtes, l'habitat emblématique de la Mongolie. Apparue au 13^{ème} siècle dans le pays, la yourte s'est développée au fil des années et des civilisations. Cette tente circulaire à l'ossature en bois est facilement démontable et se compose d'une entrée toujours orientée vers le sud et d'une pièce unique organisée autour d'un poêle.

En compagnie d'une famille, vous allez en apprendre davantage sur les modes de vie et la culture mongols.

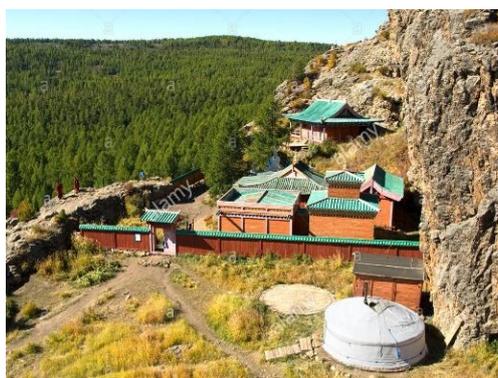
En option : Possibilité d'une promenade d'une heure à cheval le long de la rivière (11 €).



Dîner.

Observation de la lune et des étoiles et nuit feutrée sous les yourtes.

Jour 9 : Au cœur de l'Orkhon : Monastère de Tovkhoh 2 x 90 km / environ 2 x 2 h



Départ pour le **monastère de Tovkhoh khiid**, un des hauts lieux de pèlerinage du pays. Situé à 2 300 m d'altitude sur une colline rocheuse entourée de forêts de mélèzes, il a été construit par Zanabazar, l'un des plus grands représentants du bouddhisme en Mongolie, artiste et grand sculpteur. Il vécut là en retraite personnelle pendant plus de 30 ans. Tovkhoh Khiid qui a subi de graves dommages à la fin des années 1930 au moment du régime soviétique est désormais enregistré au patrimoine de l'Unesco et a repris ses activités en 1992.

Le site est accessible après une randonnée, accessible à tous, de 1 h 30 à travers la forêt. Vous pourrez visiter les temples, des

grottes auxquelles sont liées des croyances très vivaces, des arbres sacrés et vous arrêter pour déposer une offrande (argent, vodka, crin de cheval, produit laitier...) et une pierre sur un **Ovoo**.

La vue à 360° sur le sommet s'étend sur des dizaines de kilomètres au-delà des chaînes de montagnes qui entourent la Vallée de l'Orkhon en longues vagues ondulantes, parfois couvertes de forêts sombres, parfois tapissées de prairies verdoyantes.

Déjeuner pique-nique.

Retour au campement dans l'après-midi.

Dîner et observation de la lune et des étoiles avant la nuit feutrée sous les yourtes.

Jour 10 : Vallée de l'Orkhon > Kharkhorin 130 km / environ 3 à 4 h

Départ pour **Kharkhorin**, la cité légendaire de Gengis Khan fondée en 1220. Au temps des conquêtes barbares, elle était le centre d'un monde aujourd'hui aboli où les Princes d'Orient, Maharadjas d'Inde, dignitaires chinois et aventuriers de l'Occident se pressaient à la cour du Khan, l'homme le plus important de l'époque. C'est à partir de cette ville que l'empire mongol a été gouverné jusqu'à ce que Kubilai Khan installe la capitale à Pékin. Faites un voyage dans le temps en découvrant les vestiges de cette ancienne cité de la route de la soie.

Arrêt devant **les tortues de pierre**, l'animal de l'esprit de l'eau, symbole de longévité, solidarité et indépendance.

Puis, continuation vers le **monument de Gengis Khan**, plus récent (2006) qui commémore le 800^{ème} anniversaire de la fondation de l'empire.



Visite du musée de Kharkhorin qui présente une exposition permanente de reliques des âges de pierre et de bronze, de la période des anciens états et de celle de la Grande Mongolie avec entre autres une maquette de ce qu'était la ville au temps du Khan. L'établissement témoigne de la richesse culturelle historique de la vallée de l'Orkhon.

Déjeuner dans un restaurant.



Cap sur le **monastère d'Erdene Zuu**, le plus ancien du pays, inscrit au patrimoine de l'Unesco. Il a été bâti en 1585 sur ordre du prince Abtai Han, à l'extérieur de l'enceinte des ruines de Kharkhorin, lors de la promulgation du bouddhisme tibétain comme religion d'Etat en Mongolie. Trois temples de style chinois furent construits avec des briques et des pierres récupérées de la cité impériale. Il fut agrandi au 19^{ème} siècle avec 108 stupas supplémentaires portant chacune le nom

de leur commanditaire. Malgré la destruction d'une partie du complexe, il reste l'un des trois monastères les plus importants et les plus fréquentés du pays.

La journée se termine au monastère Shankh, dans la province de l'Ovorkhangai à 25 km au sud-est de Karkhorin, l'un des plus anciens et des plus importants monastères historiques de Mongolie. Fondé en 1647 par Zanabazar, le premier chef religieux du bouddhisme tibétain en Mongolie, en même temps que le monastère de Tovkhon, il appartient à la secte des chapeaux jaunes, « Gelugpa ». Son temple principal est célèbre pour ses sept mandalas qui présentent les 722 divinités Kalachakra, uniques en Mongolie.

Option : Il est possible (avec supplément) de vous initier à la calligraphie en lieu et place de la visite du Monastère de Shankh. Face au monastère d'Erdene Zuu, le centre Erdenesiin Khuree propose une véritable plongée dans les origines de cet art. Une yourte est dédiée à l'histoire de l'écriture traditionnelle et à la naissance de la calligraphie ; des œuvres de Tamir Samandbadraa, l'artiste à l'origine de la création du centre ; deux yourtes rassemblent les œuvres de jeunes calligraphes locaux ; une boutique d'art où les visiteurs peuvent acheter des œuvres originales. Une initiation à la calligraphie avec un artiste local complète la visite.

Retour en ville et installation à l'**hôtel Ikh Khorum**.

Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 11 : Kharkhorin > Lac Tara > Bayan Gobi

80 km / environ 2 h

Départ en direction de **Bayan Gobi** à la rencontre des nomades. Ce sont des éleveurs vivant quasiment en autarcie. Toute la vie de la famille dépend donc de la bonne santé des troupeaux et est rythmée par les soins à apporter aux animaux. Traditionnellement, une famille en possède cinq types, rassemblés sous l'appellation des « cinq museaux », eux-mêmes divisés entre les museaux chauds (chevaux et moutons) et les museaux froids (vaches/yaks, chameaux et chèvres). Plusieurs fois au cours de l'année, en fonction des besoins des troupeaux et l'état des pâturages, ces familles déplacent leur camp de yourtes, choisissant l'été des emplacements près d'une rivière.

Nous vous proposons une **immersion au cœur des éleveurs de chameaux** à la découverte de leurs activités traditionnelles.

En option : Promenade d'une heure dans les dunes à dos de chameau (11 €).

Déjeuner.

Cap vers le **lac Tara**, une petite oasis située au pied du Mont Shiluut. Dans le paysage impressionnant de la **réserve de Batkhan**, on peut admirer des cerfs, des gazelles à queue blanche ainsi que de nombreux oiseaux migrateurs comme les grues et les aigrettes.

Le lieu incite à la méditation entre un ciel bleu vif, des roches semi-volcaniques et une steppe bien verte et sous le regard bienveillant de Taraa, la mère créatrice, divinité bouddhique vénérée par les Mongols.

Route vers le **camp de Bayangobi** ou Nature Tours et installation pour deux nuits.

Dîner et nuit sous les yourtes.



Jour 12 : Bayan Gobi > Khogno Khaan > Ovgon Khiid > Bayan Gobi 2 x 30 km / 2 h

Départ pour une **randonnée** accessible à tous **dans la montagne sacrée de Khogno Khaan**, en bordure des frontières des régions de l'Övörkhangai, du Bulgan et du Tov. L'écosystème du site est particulièrement intéressant car c'est le point de rencontre entre la steppe et la taïga. On y trouve donc une faune et une

flore caractéristique des deux systèmes, ainsi que de magnifiques paysages. Toute personne visitant ce lieu devra faire une offrande et formuler un souhait à l'esprit de la montagne...



Déjeuner.

Cap vers le **monastère d'Erdene Khambiin Khiid** construit au pied de Kogno Khaan par Zanabazar en l'honneur de son professeur, le moine Erdene. A son apogée le site pouvait héberger plus de mille lamas. Aujourd'hui encore des moines viennent y faire des cérémonies religieuses une à deux fois par mois.

Marche au coucher du soleil avec dégustation de thé aux herbes chamaniques.

Dîner et nuit sous les yourtes.

Jour 13 : Bayan Gobi > Oulan Bator

300 km / environ 6 h



Départ vers la **réserve de Prejwalsky**. Le cheval de Prejwalsky ou « Takh » en mongol est le seul véritable cheval sauvage au monde. Il se caractérise par une tête large, une carrure massive, une crinière en brosse et une couleur ocre qui rappelle les peintures rupestres des grottes de Lascaux.

Pour protéger cette espèce endémique mongole en voie de disparition, en 1992 le programme « Takhi » collaboration entre une équipe hollandaise et une association mongole, a permis la réintroduction en milieu sauvage dans la zone protégée du parc Khustai Nuruu de 16 chevaux ayant été gardés en captivité en Europe dans le but de préserver l'espèce. Ils sont maintenant plus de 2 000 Takhi et l'on peut les observer dans leur milieu naturel venant s'abreuver, en début ou en fin de journée dans les cours d'eau en aval des montagnes.

Visite du **centre et safari en compagnie d'un ranger.**

Déjeuner dans la réserve.

Route vers la capitale **Oulan Bator**.

Visite d'une usine de tissage de cachemire pour les derniers achats. Cette laine qui provient des poils du cou de certaines chèvres est l'une des principales sources de revenus des éleveurs mongols.

Spectacle traditionnel par Tumen Ekh. Fondé en 1989 par un collectif d'artistes cet ensemble met en scène les arts mongols à travers plusieurs disciplines. Le spectacle présente des concerts d'instruments, des chants traditionnels et de la danse. Il exprime l'immensité, la liberté et la vie en harmonie avec la nature : avec Tumen Ekh, on entre l'espace d'un instant dans le cœur de la culture populaire de Mongolie.



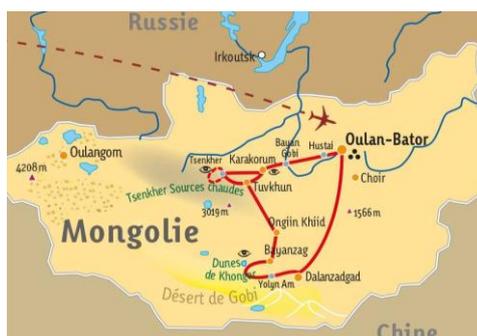
Dîner d'adieu dans un restaurant.

Nuit à l'hôtel Bayangol.

Jour 14 : Oulan Bator > Moscou > Paris

Transfert matinal à l'aéroport d'Oulan Bator et assistance aux formalités d'enregistrement. Départ à destination de Paris sur vols réguliers Aeroflot via Moscou.

Arrivée à l'aéroport de Paris Charles de Gaulle en début d'après-midi.





Association des Retraités
et Préretraités Sanofi-Aventis de Vitry

Vitry sur Seine, le 10 septembre 2021

Commission **"Sorties culturelles et Voyages"**

L'empire des steppes de Mongolie

Bulletin d'inscription

Nom(s)	Prénom(s)
Téléphone (portable pour pouvoir vous joindre le matin du départ si nécessaire) :	Courriel :

14 jours - 12 nuits en Mongolie du 3 au 16 juin 2022 (à confirmer)			
Participants	Nombre	Prix unitaire	Total
Adhérents ARPA		3 100 €	
Extérieurs : Nom : Prénom : Nom : Prénom :		3 200 €	
Chambre individuelle avec supplément dans les hôtels uniquement		220 €	
Seul·e, je partagerai une chambre avec			Je ne sais pas *
TOTAL			
ACOMPTE à verser à l'inscription		900 €	

* Dans la mesure du possible, nous vous mettrons en relation avec des personnes dans votre situation.

Attention : A l'inscription, vous ne réglez que l'acompte.

Le solde sera à régler en trois chèques : deux de 750 € / personne ; le montant du 3^{ème} et dernier chèque sera fonction du nombre d'inscrits.

Si le nombre d'inscrits est inférieur à 15, la prestation pourrait être annulée

Adresse postale : ARPA – Vitry
Bâtiment C5 - 158 rue Julian GRIMAU
94400 Vitry sur Seine
Tél. : 01 43 91 90 06 (répondeur) - Courriel : arpa.vitry@orange.fr

Date limite d'inscription : jeudi 14 octobre 2021