

POINTS FORTS DU VOYAGE

VOUS AIMEREZ ...

- Les grands sites culturels de l'Arménie : temple de Garni, monastère de Geghard, monastère de Khor Virap
- La découverte d'Erevan, entre patrimoine et vie contemporaine
- Les repas et échanges chez l'habitant dans les villages
- Les paysages volcaniques et les rives du lac Sevan
- Un voyage mêlant culture, rencontres et paysages du Caucase

Meilleure période de départ :
Avril, Mai, Juin, Juillet, Août,
Septembre, Octobre

Nature ●●●●○ Rencontre ○○○○○
Sportivité ○○○○○ Culture ●●●●●

EN RÉSUMÉ

Ce circuit en Arménie propose une immersion culturelle complète, reliant la capitale Erevan aux paysages d'altitude du lac Sevan. Conçu comme un itinéraire progressif, le voyage associe grands sites du patrimoine arménien, traditions vivantes et rencontres locales, pour comprendre l'histoire et l'identité d'un pays situé au carrefour du Caucase et du Proche-Orient.

EREVAN : CAPITALE CULTURELLE ET POINT D'ANCRAGE DU VOYAGE

Le séjour débute à Erevan, centre politique, culturel et artistique de l'Arménie. La découverte de la ville permet d'aborder l'histoire contemporaine du pays, son héritage soviétique, ses musées et ses places monumentales, tout en observant une vie urbaine animée. Erevan constitue une première clé de lecture pour comprendre l'Arménie d'aujourd'hui, entre mémoire, renouveau culturel et traditions toujours présentes.

GARNI ET GEGHARD : SITES MAJEURS DU PATRIMOINE ARMÉNIEN

À proximité d'Erevan, l'itinéraire conduit vers deux sites emblématiques du patrimoine arménien. Le temple de Garni, unique vestige gréco-romain du pays, témoigne des influences antiques antérieures à la christianisation. Non loin de là, le monastère de Geghard, classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, impressionne par son architecture en partie taillée dans la roche. Ces visites permettent de comprendre la superposition des influences religieuses et culturelles en Arménie.

CHRISTIANISME ARMÉNIEN ET PAYSAGES SYMBOLIQUES : KHOR VIRAP ET L'ARARAT

Le voyage se poursuit avec la découverte du monastère de Khor Virap, site fondateur du christianisme arménien, offrant une vue emblématique sur le mont Ararat. Cette étape est essentielle pour saisir le rôle central de la religion dans l'histoire et l'identité

nationale, ainsi que la dimension symbolique des paysages dans la culture arménienne.

VILLAGES, TRADITIONS ET VIE QUOTIDIENNE ARMÉNIENNE

Tout au long du circuit, plusieurs étapes permettent une immersion dans les villages arméniens. Les rencontres avec les habitants, les repas partagés et les échanges autour des traditions familiales offrent un regard concret sur la vie quotidienne. Ces moments donnent toute sa dimension humaine au voyage et permettent d'aborder l'Arménie contemporaine au-delà de ses monuments.

LE LAC SEVAN : NATURE, SPIRITUALITÉ ET PATRIMOINE D'ALTITUDE

Le circuit s'achève dans la région du lac Sevan, vaste étendue d'eau perchée à plus de 1 900 mètres d'altitude. Les rives du lac, ponctuées de sites religieux comme le monastère de Sevanavank, offrent un cadre naturel et culturel remarquable. Cette étape finale permet d'aborder le lien entre nature, spiritualité et modes de vie en Arménie, dans un environnement apaisant et lumineux.

UN CIRCUIT CULTUREL POUR COMPRENDRE L'ARMÉNIE EN PROFONDEUR

Ce circuit propose une approche équilibrée de l'Arménie, mêlant patrimoine religieux, paysages du Caucase et rencontres humaines. Un voyage riche et structuré, destiné aux voyageurs curieux de découvrir l'histoire, la culture et le quotidien arméniens, au fil d'un itinéraire cohérent et accessible.

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

J1. France → Erevan


 Hôtel

Vol international pour l'Arménie. Arrivée à l'aéroport international Zvartnots. Accueil par notre guide local francophone et transfert à l'hôtel. Selon l'heure d'arrivée, dîner libre.


Nuit à l'hôtel.

J2. Erevan → Burakan

 00h45

 Rencontres, Visite de village, Savoir-faire local, Atelier cuisine, Balade à pied

 Véhicule privatisé  Maison d'hôtes

 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner à l'hôtel. La première visite de la journée commence au village de Ghazaravan. Avec Anahit, fabrication du fromage appelé « Telik ». Dégustation de fromage avec de la marmelade de noix arménienne.

Après le déjeuner chez Anahit, participation à un atelier de fabrication de «soujoukh» (saucisse sèche épicée). Dégustation de «soujoukh» et de différentes tisanes avec des friandises locales et du pain frais fait maison. Balade dans le village (30 min à 1h selon votre envie).

En soirée, route vers le village de Burakan.

Dîner et nuitée en maison d'hôtes.

J3. Burakan → Burakan

■ Rencontres, Savoir-faire local, Spectacle traditionnel,
Immersion villageoise, Atelier artisanal, Atelier cuisine
🚗 Véhicule privatisé 🏠 Maison d'hôtes
🍴 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Direction Chir's house, une coopérative agricole. Ici, les fruits sont séchés à l'énergie solaire. Rencontre avec Hovhannisyann, producteur de fraises bio. Participation à un atelier de préparation de fruits secs. Déjeuner chez l'habitant dans le village d'Agarak.

Participation à un atelier de couture et de préparation de poupées arméniennes. Atelier de préparation du pain traditionnel dans un fournil. Soirée de chants folkloriques.

Dîner à « Tonatsuyts » chez l'habitant.

Nuitée en maison d'hôtes à Burakan.

J4. Burakan → Geghard

➡ +110m / -280m 🚶 02h30
■ Rencontres, Lieu de culte, Site historique, Activités agricoles,
Atelier cuisine, Randonnée
🚗 Véhicule privatisé 🏠 Chez l'habitant
🍴 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner et route vers le village de Garni. Dans la matinée, visite du monastère de Geghard monument inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO. C'est un monastère troglodyte du 12-13ème siècle. Ici, pendant des siècles, a été conservée la Sainte Lance avec laquelle le Christ a été blessé sur la croix. Retour au village de Garni. Déjeuner dans une maison locale où vous cuisinerez votre propre pain pour le déjeuner.

Visite du temple païen de Garni, dédié au dieu du soleil et construit au 1er siècle. Garni est célèbre pour ses délicieuses pommes. Une rencontre sera organisée avec un agriculteur local.

Dîner et nuit Chez Yvette (dame francophone qui a ce petit commerce).

Possibilité de randonner de Goght aux gorges de Garni : 8 km, 2 à 3h de marche, dénivelé : ?280 m?110 m. Plusieurs options possibles, à définir selon le public.

J5. Geghard → Martouni

■ Monument, Lieu de culte 🚗 Véhicule privatisé
🏠 Maison d'hôtes 🍴 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Direction le réservoir d'Azat, un très bel endroit construit entre les montagnes de Yeranos et la réserve de Khosrov. Route pour le monastère de Khor Virap. Visite du monastère – berceau du christianisme à partir duquel offre la vue la plus proche du mont biblique Ararat. Continuation vers le sud et halte au village d'Areni pour déjeuner dans la cour d'une maison d'un vigneron local.

Visite d'une cave vieille de 6000 ans où a également été trouvée l'ancienne chaussure en cuir du monde. Puis, visite du monastère de Noravank construit sur la magnifique gorge de la rivière Gnishik.

Direction Martouni pour le dîner et la nuit dans une maison d'hôtes familiale.

J6. Martouni → Goshavank

■ Site historique, Musée, Savoir-faire local,
Barque/pirogue
🚗 Véhicule privatisé 🏠 Maison d'hôtes
🍴 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Dans la matinée, route vers Noraduz – un lieu unique au monde car ici se trouve la plus grande collection de croix de pierre d'Arménie – particularité de l'art de la sculpture arménienne.

Arrêt à la ferme familiale de Michalyan pour une initiation à la fabrication du « fromage ivre » et une dégustation. C'est un fromage vieilli dans du vin et du cognac arménien. Continuation vers les rives du lac Sevan. Déjeuner dans un restaurant de poissons au bord du lac Sevan.

Petite croisière sur le lac Sevan (20-30 min) puis route vers le village. Visite de la péninsule puis direction vers Goshavank.

Balade dans le village. Dîner et nuit en maison d'hôtes.

J7. Goshavank → Erevan

■ Visite de ville, Lieu de culte  Véhicule privatisé
 Hôtel  Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Visite du monastère médiéval de Goshavank. Route vers Erevan en passant par Echmiadzin (situé à 30 km à l'ouest d'Erevan). Déjeuner chez Zara.

Continuation vers le centre religieux de l'Arménie où se trouve la 1ère église la plus chrétienne construite en 301-303 après JC. Retour sur Erevan en explorant l'un de ses vieux quartiers.

Dîner d'adieu au restaurant. Soirée libre.

Nuit à l'hôtel.

J8. Erevan → France

 Petit déjeuner

Petit-déjeuner. Journée libre. Transfert vers l'aéroport selon l'heure de votre vol retour.

Le programme peut-être soumis à des modifications.

INFORMATIONS PRATIQUES DU PAYS (ARMÉNIE)



FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

PASSEPORT

Vous devez détenir un passeport en cours de validité et valable 3 mois après la date de retour, pour les ressortissants français. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès de l'ambassade/consulat. Il doit disposer de préférence d'au moins 3 pages vierges dont 2 face à face.

NB : Si vous prévoyez de voyager avec vos enfants, il est important de savoir que désormais, tous les mineurs, quel que soit leur âge, doivent être titulaires de leur propre passeport. Selon la législation française, un enfant qui voyage avec ses deux parents ou avec l'un d'eux n'a pas besoin de présenter une autorisation de sortie du territoire. Toutefois, ce document est obligatoire (depuis le 15 janvier 2017) si l'enfant voyage sans être accompagné de l'un de ses parents. Dans ce cas, il devra fournir les documents suivants : un passeport (ou une carte d'identité, selon les exigences du pays visité), le formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents ayant l'autorité parentale (disponible sur le site www.service-public.fr), ainsi qu'une copie de la pièce d'identité du parent signataire.

Si un mineur voyage avec un parent dont il ne porte pas le nom de famille, il est vivement recommandé de pouvoir prouver la filiation (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15392>) ou de présenter une autorisation de sortie du territoire (formulaire Cerfa n° 15646-01) signée par l'autre parent, accompagnée d'une copie de sa pièce d'identité. Cette autorisation n'exempte pas des autres formalités spécifiques qui peuvent être exigées pour l'entrée des mineurs dans certains pays.

VISA

Pas de visa requis pour les ressortissants des pays de l'Union Européenne. Ils peuvent entrer en Arménie **sans visa** pour des séjours de moins de 180 jours sur une période d'un an.

SANTÉ

VACCINS

Afin d'être certain de ne pas avoir déjà reçu des injections pour vos voyages antérieurs, vérifiez votre carnet de santé ou de vaccination. Vérifiez également que vous êtes bien à jour de vos vaccins classiques (Diphtérie, Tétanos, Poliomyélite, Coqueluche, Hépatite B, Méningite, Rougeole, Oreillons, Rubéol) selon les préconisations du [calendrier vaccinal](#).

Aucun vaccin n'est obligatoire pour voyager en Arménie.

Vaccins conseillés :

– Hépatite

Renseignements sur le site de l'[Institut Pasteur](#)



PRÉSENTATION DU PAYS

GÉOGRAPHIE

L'Arménie, située dans le Caucase du Sud, est un pays enclavé entre la Turquie à l'ouest, la Géorgie au nord, l'Azerbaïdjan à l'est et l'Iran au sud. Sa géographie est dominée par des montagnes, des hauts plateaux et des vallées, offrant une diversité de paysages qui reflète son histoire complexe et sa culture riche.

RELIEF ET MONTAGNES

Le territoire arménien est extrêmement montagneux, avec environ 90 % de sa superficie située à plus de 1000 mètres d'altitude. Le point culminant est le mont Aragats, qui s'élève à 4 090 mètres. Le mont Ararat, bien que situé aujourd'hui en Turquie, est un symbole national fort pour les Arméniens, visible depuis la capitale, Erevan. Cette chaîne montagneuse fait partie du Caucase, une région connue pour sa topographie accidentée.

FLEUVES ET LACS

L'Arménie est traversée par plusieurs rivières, notamment le fleuve Aras, qui forme une frontière naturelle avec l'Iran et une partie de la Turquie. Le lac Sevan, situé à environ 1 900 mètres d'altitude, est l'un des plus grands lacs d'eau douce de la région et constitue une importante source d'eau douce et de biodiversité pour le pays.

SISMICITÉ

L'Arménie est également située dans une zone sismique active. Le tremblement de terre dévastateur de Spitak en 1988 a été un rappel tragique des risques sismiques dans cette région, causant de nombreuses pertes humaines et des destructions matérielles importantes.

RESSOURCES NATURELLES

Le pays dispose de certaines ressources naturelles, notamment des gisements de cuivre, de molybdène et de quelques autres métaux précieux. Toutefois, en raison de son enclavement géographique et de ses voisins, l'Arménie doit surmonter des défis logistiques pour l'exploitation et l'exportation de ces ressources.

En somme, la géographie arménienne est marquée par un relief montagneux impressionnant, des ressources naturelles limitées, et un climat contrasté. Cette diversité géographique a joué un rôle crucial dans l'histoire, l'économie et la culture du pays, faisant de l'Arménie une nation unique dans le Caucase.

CLIMAT

Le climat de l'Arménie est de type continental avec des variations marquées en fonction de l'altitude et de la région. Voici les principales caractéristiques climatiques du pays :

1. Étés :

- Les étés en Arménie sont chauds et secs, surtout dans les basses terres comme la plaine de l'Ararat. Les températures en juillet et août peuvent atteindre entre **25°C et 35°C**, voire parfois plus dans certaines régions. Les zones montagneuses sont plus fraîches, avec des températures plus modérées.

2. Hivers :

- Les hivers sont froids et neigeux, surtout dans les zones montagneuses. En janvier, les températures peuvent descendre en dessous de **-10°C** dans certaines régions. Les plaines, notamment autour de la capitale Erevan, ont des hivers plus doux, avec des températures généralement comprises entre **-5°C et 5°C**.

3. **Printemps et automne :**

- Ces saisons sont relativement courtes mais agréables. Le printemps (avril à juin) est une période de renouveau avec des températures douces et des précipitations modérées. L'automne (septembre à novembre) est également doux, avec des journées ensoleillées et des températures agréables, surtout en septembre et octobre.

4. **Précipitations :**

- Les précipitations en Arménie varient selon les régions. Les montagnes reçoivent plus de pluie et de neige, tandis que les plaines, comme celle d'Ararat, sont plus sèches. Les précipitations annuelles varient entre **200 et 800 mm** selon l'altitude, avec des pics de précipitations au printemps et en automne.

5. **Zones montagneuses :**

- L'Arménie étant un pays montagneux, l'altitude joue un rôle crucial dans les variations climatiques. Les régions situées à plus de **2000 mètres d'altitude** ont des étés courts et frais, et des hivers longs et rigoureux.

FAUNE ET FLORE

L'Arménie, située dans la région du Caucase, abrite une faune et une flore riches et diversifiées, en raison de sa géographie variée qui inclut des montagnes, des plateaux, des lacs, et des forêts. Son climat continental offre des conditions propices à une biodiversité unique.

FLORE

L'Arménie possède plus de **3 200 espèces de plantes**, dont environ **120 sont endémiques**, c'est-à-dire qu'elles ne se trouvent nulle part ailleurs dans le monde. Voici quelques exemples caractéristiques de la flore arménienne :

1. **Les forêts :** Les régions boisées se trouvent principalement dans le nord et l'est de l'Arménie. Elles sont composées d'espèces comme le **chêne**, le **hêtre**, l'**érable** et le **pin**.
2. **La steppe :** Les steppes sont typiques des zones sèches et de haute altitude, où poussent des plantes résistantes telles que des graminées, des herbes médicinales et des plantes adaptées à la sécheresse, comme l'**absinthe**.
3. **Plantes endémiques :** Parmi les espèces remarquables, on trouve l'**iris d'Arménie** (Iris paradoxa) et plusieurs variétés de **tulipes sauvages**.
4. **Les fleurs alpines :** Dans les zones de haute montagne, on trouve des plantes rares comme l'**edelweiss**, symbolisant la beauté naturelle des montagnes arméniennes.

FAUNE

L'Arménie, en raison de son climat et de ses reliefs variés, abrite environ **17 500 espèces d'animaux**. Parmi celles-ci, on compte des mammifères, des oiseaux, des reptiles et des poissons, ainsi que de nombreux insectes.

1. **Mammifères** : On trouve plusieurs grands mammifères comme le **mouflon arménien** (*Ovis orientalis gmelini*), le **lynx du Caucase**, le **loup gris**, l'**ours brun syrien** et la **chèvre bezoar**. Ces espèces se trouvent principalement dans les montagnes et les zones boisées.
2. **Oiseaux** : L'Arménie est un paradis pour les ornithologues avec plus de **350 espèces d'oiseaux**. On peut observer des rapaces comme l'**aigle royal**, le **faucou pèlerin**, ainsi que des espèces aquatiques autour du **lac Sevan**.
3. **Reptiles et amphibiens** : Le pays abrite une grande diversité de reptiles, y compris plusieurs espèces de lézards et de serpents, comme la **vipère arménienne** (*Vipera raddei*). On y trouve aussi des **grenouilles** et des **crapauds**, particulièrement dans les zones humides et autour des cours d'eau.
4. **Poissons** : Le lac Sevan, le plus grand plan d'eau d'Arménie, est connu pour abriter le **truite de Sevan** (*Salmo ischchan*), une espèce endémique menacée, ainsi que diverses autres espèces de poissons d'eau douce.

ENJEUX DE CONSERVATION

L'Arménie fait face à des défis en matière de préservation de sa biodiversité. La déforestation, le braconnage et l'urbanisation constituent des menaces pour certaines espèces animales et végétales. Des parcs nationaux comme le **parc national de Dilijan** et des réserves naturelles telles que **Khosrov** ont été établis pour protéger les habitats fragiles et les espèces en danger.

TRADITIONS

L'Arménie est un pays riche en histoire, culture et traditions, qui reflètent des influences anciennes et uniques. Voici quelques-unes des principales coutumes et traditions arméniennes :

1. HOSPITALITÉ

L'hospitalité est au cœur de la culture arménienne. Les visiteurs, même inconnus, sont accueillis chaleureusement et souvent invités à partager un repas. Il est commun de voir des familles préparer des festins pour honorer leurs invités. Offrir du café, du thé ou des

fruits est une manière typique de montrer son hospitalité.

2. MARIAGE ARMÉNIEN

Les mariages en Arménie sont des événements festifs et joyeux qui rassemblent souvent de grandes familles et amis. Un mariage traditionnel comprend plusieurs étapes :

- **Khosk-Kap** : La demande en mariage officielle, où les familles se réunissent pour discuter des détails du mariage.
- **Bénédiction des alliances** : Lors de la cérémonie religieuse, généralement dans une église arménienne apostolique, le prêtre bénit les alliances.
- **Fêtes de mariage** : Après la cérémonie, les festivités se poursuivent avec des danses traditionnelles, des chants et de nombreux plats.

3. DANSE ET MUSIQUE

La danse arménienne traditionnelle est une forme d'expression artistique importante. Les danses collectives, telles que le **Kochari** et le **Shourchbar**, sont souvent dansées lors de fêtes et de mariages. Elles sont accompagnées de musique jouée avec des instruments traditionnels comme le **duduk**, le **dhol** (tambour) et le **kanon**.

4. FÊTES ET CÉLÉBRATIONS RELIGIEUSES

- **Vardavar** : C'est une fête estivale très populaire qui remonte aux temps païens. Les participants se lancent de l'eau, et la journée est remplie de joie et de divertissements. Aujourd'hui, Vardavar est lié à la Transfiguration du Christ dans la tradition chrétienne arménienne.
- **Pâques arménienne (Zatik)** : Comme dans de nombreux pays chrétiens, la fête de Pâques est l'une des plus importantes. Les Arméniens teignent des œufs en rouge, symbolisant le sang du Christ, et organisent des repas copieux pour célébrer la résurrection.

5. CUISINE ET TRADITIONS CULINAIRES

- **Le Lavash** : Ce pain plat et mince est un aliment de base dans l'alimentation arménienne. Il est même inscrit sur la liste du patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO. La préparation du lavash en groupe est une tradition qui symbolise la coopération et l'unité.
- **Le khorovats** : C'est le barbecue arménien, un incontournable des fêtes et réunions familiales. La viande, souvent de l'agneau ou du porc, est grillée et accompagnée de

légumes grillés et de sauces traditionnelles.

- **Le dolma** : Des légumes (comme des feuilles de vigne ou du chou) farcis de viande et de riz, font partie des plats les plus populaires.

6. LA FAMILLE ET LES RELATIONS

La famille occupe une place centrale dans la société arménienne. Les relations intergénérationnelles sont fortes, et il est courant de voir plusieurs générations vivre ensemble sous le même toit. Les membres de la famille se soutiennent mutuellement, et les aînés sont particulièrement respectés.

7. NOËL ET LE NOUVEL AN

Les Arméniens célèbrent Noël le 6 janvier, selon le calendrier de l'Église apostolique arménienne. Le réveillon de Noël (le 5 janvier) est marqué par un dîner de famille, suivi de la messe de minuit à l'église. Les festivités du Nouvel An sont également importantes, avec des banquets familiaux qui durent souvent plusieurs jours.

8. LE SYSTÈME DE NOMMAGE

Les prénoms arméniens ont souvent une signification particulière. Beaucoup de noms se terminent par « -yan » ou « -ian », qui signifie « fils de » ou « descendant de ». Cela reflète la longue tradition d'héritage familial.

9. LE RESPECT DE LA MÉMOIRE DES DÉFUNTS

Les Arméniens accordent une grande importance à la mémoire de leurs ancêtres. **Le jour des Morts** (Merkhats), qui suit immédiatement les principales fêtes religieuses, est une journée consacrée à rendre hommage aux défunts. Les familles se rendent au cimetière, apportent de la nourriture et prient pour leurs proches disparus.

10. LE GÉNOCIDE ARMÉNIEN

Le **24 avril**, les Arméniens du monde entier commémorent le génocide arménien de 1915, une tragédie qui a profondément marqué l'identité nationale et la mémoire collective du peuple arménien. Les cérémonies incluent des processions vers le mémorial du Tsitsernakaberd à Erevan, où des milliers de personnes déposent des fleurs en hommage aux victimes.

11. FÊTE DE L'INDÉPENDANCE

Le 21 septembre, l'Arménie célèbre son **Indépendance** de l'Union soviétique, obtenue en 1991. Ce jour est marqué par des festivités, des concerts, et des rassemblements patriotiques dans tout le pays.

ARTISANAT

L'artisanat en Arménie est une expression vivante de la riche culture et des traditions ancestrales de ce pays, niché au cœur du Caucase. Il se distingue par son lien profond avec l'histoire, la spiritualité et les modes de vie des Arméniens à travers les âges. Chaque forme d'artisanat incarne un savoir-faire transmis de génération en génération, qui reflète l'identité nationale.

Le **tissage de tapis** est l'une des plus anciennes traditions artisanales d'Arménie. Les tapis arméniens, appelés « karpets », sont réputés pour leurs motifs géométriques distinctifs et leurs couleurs naturelles vibrantes. Chaque région du pays possède son propre style, et ces tapis sont souvent utilisés pour des cérémonies religieuses ou comme décorations dans les foyers.

La **poterie et la céramique** constituent également une part importante de l'artisanat arménien. Depuis l'Antiquité, les potiers arméniens créent des objets utilitaires et décoratifs ornés de motifs complexes et symboliques. Les techniques traditionnelles, comme l'utilisation de l'argile rouge, ont perduré au fil des siècles, offrant aujourd'hui une continuité entre passé et présent.

L'orfèvrerie est une autre forme d'artisanat emblématique. Les **bijoux en argent ou en or**, souvent incrustés de pierres précieuses, sont très prisés. Ils sont souvent gravés de symboles religieux ou culturels, comme la croix arménienne ou des motifs floraux. Cette tradition remonte aux anciens royaumes arméniens et reste vivante dans les ateliers des artisans contemporains.

Enfin, la **broderie** et la **fabrication de costumes traditionnels** sont des pratiques courantes dans les communautés rurales. Les vêtements brodés, avec leurs motifs uniques et leurs couleurs éclatantes, sont souvent portés lors de fêtes religieuses ou de mariages, perpétuant ainsi un lien fort avec les racines culturelles du pays.

L'artisanat arménien est bien plus qu'une simple production d'objets ; il incarne une forme d'expression artistique qui raconte l'histoire d'un peuple, sa résilience et son amour pour la beauté. Aujourd'hui, ces traditions continuent d'être préservées et mises en valeur par des artisans locaux qui s'efforcent de maintenir vivante cette précieuse part du patrimoine national.

GASTRONOMIE

La gastronomie arménienne est un reflet vibrant de la culture et de l'histoire du peuple arménien, riche de traditions culinaires millénaires. Enracinée dans la terre et les produits locaux, elle est profondément influencée par les saveurs méditerranéennes, persanes, russes et turques, tout en gardant une identité bien distincte.

Les repas en Arménie commencent souvent par une grande variété de **mezzés** : des plats d'accompagnement tels que le **lavash** (pain plat traditionnel inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO), les fromages locaux, les **dolmas** (légumes farcis, souvent des feuilles de vigne ou des choux), ainsi que des salades fraîches parfumées d'herbes aromatiques comme la coriandre, l'aneth et le persil.

La viande, particulièrement l'agneau et le bœuf, tient une place centrale dans la cuisine arménienne. Les plats de viande sont souvent grillés, comme le **khovrats**, un barbecue arménien très prisé, ou mijotés dans des ragoûts parfumés aux épices locales. Un autre plat emblématique est le **harissa**, un mélange de blé concassé et de viande, cuit lentement pour obtenir une consistance crémeuse, souvent servi lors de grandes fêtes religieuses.

La cuisine arménienne se distingue aussi par l'utilisation généreuse de légumes et de légumineuses. Le **ghapama**, un plat festif à base de citrouille farcie de riz, de fruits secs et de noix, est un exemple parfait de cette combinaison d'ingrédients naturels. Les plats de lentilles, pois chiches et haricots sont également très populaires, souvent préparés avec des épices douces.

Les douceurs arméniennes sont souvent sucrées et riches en saveurs. Le **gata**, une pâtisserie feuilletée fourrée d'une pâte sucrée, est incontournable, tout comme le **sujukh**, une sorte de nougat parfumé aux noix et trempé dans du sirop de raisin.

Enfin, la boisson nationale, l'eau-de-vie d'abricot, ainsi que le vin, produit depuis des siècles dans les régions montagneuses d'Arménie, accompagnent souvent les repas, ajoutant une touche authentique à cette cuisine généreuse et conviviale.

La gastronomie arménienne, avec ses plats à la fois simples et sophistiqués, incarne un art de vivre où le partage et la générosité sont essentiels.



INFOS PRATIQUES

DEVISE ET CHANGE

En Arménie, la monnaie officielle est le **dram arménien (AMD)**.

1. MONNAIE ET BILLETS

- Le **dram arménien** symbole est ֏ et **DMLA**.
- Les pièces en circulation incluent les valeurs de 10, 20, 50, 100, 200 et 500 drams.
- Les billets sont disponibles en coupures de 1 000, 5 000, 10 000, 20 000, 50 000 et 100 000 drams.

2. TAUX DE CHANGE

- Le taux de change du drame arménien par rapport à d'autres devises, telles que le dollar américain (USD), l'euro (EUR), et le rouble russe (RUB), fluctue en fonction des marchés
- Il est conseillé de vérifier les taux actuels avant de changer de l'argent, car ils peuvent varier d'un bureau de change à l'autre.

3. OÙ ÉCHANGER LA MONNAIE ?

- Banques et bureaux de change
- Distributeurs automatiques (DAB)
- Aéroports

4. CONSEILS POUR LES VOYAGEURS

- Il est conseillé d'avoir des espèces en petites coupures, en particulier dans les zones rurales où les paiements par carte peuvent ne pas être
- Dans les grandes villes comme Erevan, les cartes de crédit sont acceptées dans les hôtels, restaurants et commerces, mais les espèces restent essentielles pour les petites transactions.
- Comparez les taux de change entre différents bureaux avant d'échanger de grosses sommes.

INTERNET

En Arménie, l'accès à Internet et au Wi-Fi est relativement bien développé, en particulier dans les grandes villes comme Erevan, la capitale. Voici un aperçu des options et de la qualité de connexion Wi-Fi dans le pays :

1. ACCÈS WI-FI DANS LES GRANDES VILLES

- **Erevan** et d'autres grandes villes telles que **Gyumri** et **Vanadzor** offrent un accès Wi-Fi dans de nombreux endroits publics, y compris les **cafés, restaurants, hôtels**, et même certains parcs publics.
- La plupart des **hôtels** et **auberges** proposent un Wi-Fi gratuit pour leurs clients. La qualité est généralement bonne, bien que dans certains endroits plus modestes, la connexion puisse être lente.
- Les **centres commerciaux**, les **espaces de coworking** et les **aéroports** sont également des endroits où l'on peut trouver des connexions Wi-Fi fiables.

2. COUVERTURE MOBILE ET DATA

- L'Arménie dispose d'un bon réseau mobile avec des opérateurs comme **Viva-MTS**, **Beeline**, et **Ucom** qui proposent des forfaits données abordables.
- Il est facile d'acheter une **carte SIM locale** avec une copie de votre passeport dans les boutiques des opérateurs ou à l'aéroport. Les forfaits 4G sont largement disponibles à des prix compétitifs.
- La couverture 4G est bonne dans les villes et les zones périurbaines. Cependant, dans les régions plus rurales ou montagneuses, la connexion peut être plus lente et moins stable.

3. QUALITÉ DE LA CONNEXION

- **Dans les villes**, en particulier à Erevan, la qualité du Wi-Fi est assez bonne et permet de travailler ou de naviguer sans problème majeur.
- **Dans les zones rurales**, le Wi-Fi et les connexions mobiles peuvent être moins fiables. Si vous voyagez dans des régions reculées, il peut être utile de disposer d'un forfait données solide avec un opérateur ayant une bonne couverture rurale comme **Viva-MTS**.

4. ACCÈS AUX SITES WEB

- L'Arménie n'impose pas de restrictions majeures sur les sites web, et l'accès à Internet est relativement libre. Les réseaux sociaux et les plateformes populaires comme **Facebook**, **Instagram**, et **YouTube** sont largement utilisés.

- **VPN** : L'utilisation de VPN n'est pas courante, car la censure n'est pas un problème majeur, mais cela peut être utile pour protéger votre connexion sur les réseaux Wi-Fi publics.

5. CONSEILS PRATIQUES

- Si vous avez besoin d'une connexion Internet stable pour travailler, de nombreux **cafés et espaces de coworking** à Erevan offrent une excellente connexion.
- Il est préférable de toujours vérifier la qualité du Wi-Fi dans votre hôtel ou hébergement avant de réserver, surtout si vous comptez travailler à distance ou streamer du contenu.
- Une **carte SIM locale avec données** est une solution pratique et abordable pour rester connecté lors de vos déplacements.

En résumé, l'accès au Wi-Fi en Arménie est assez bon dans les grandes villes, mais il est recommandé d'avoir un forfait data pour assurer une connexion stable, surtout dans les zones plus éloignées.

TÉLÉPHONE

Pour passer des appels en Arménie depuis un téléphone étranger, voici les étapes à suivre :

1. AJOUTER L'INDICATIF INTERNATIONAL DE L'ARMÉNIE :

- L'Arménie utilise l'indicatif international **+374**.
- Lorsque vous appelez un numéro arménien depuis la France, vous devez composer **+374**, suivi du numéro de téléphone arménien sans le premier zéro.
- **Exemple** : Si le numéro arménien est **093 123456**, vous devez composer **+374 93 123456**.

2. UTILISATION D'UN TÉLÉPHONE ÉTRANGER EN ARMÉNIE :

- **Itinérance internationale (Roaming)** : Si vous avez activé l'option d'itinérance internationale auprès de votre opérateur français, vous pouvez utiliser votre téléphone en Arménie. Les frais d'itinérance peuvent cependant être élevés pour les appels, SMS et données mobiles. Il est donc conseillé de **vérifier les tarifs auprès de votre opérateur** avant de voyager.
- **Forfaits internationaux** : Certains opérateurs français proposent des forfaits ou des options pour les appels internationaux qui incluent l'Arménie. Souscrire à l'une de ces options peut réduire les coûts pour les appels.

3. ACHETER UNE CARTE SIM LOCALE EN ARMÉNIE :

- Si vous séjournez longtemps en Arménie, il peut être plus économique d'acheter une **carte SIM locale** auprès d'opérateurs tels que **VivaCell-MTS, Beeline, ou Ucom**.
- Vous pourrez obtenir une carte SIM dans les boutiques d'opérateurs ou à l'aéroport en Arménie. Assurez-vous que votre téléphone est **débloqué** pour accepter une carte SIM d'un autre opérateur.

4. UTILISER UNE **ESIM** POUR VOYAGER EN ARMÉNIE :

C'est une excellente option d'utiliser une eSim pour rester connecté sans avoir à changer de carte SIM physique lorsque l'on voyage en Arménie. Voici tout ce que vous devez savoir pour utiliser une eSIM :

Qu'est-ce qu'une eSIM ?

- Une **eSIM** (embedded SIM) est une carte SIM numérique intégrée dans votre téléphone, vous permettant de télécharger des forfaits mobiles sans insérer de carte SIM physique. Cela offre la flexibilité de basculer entre différents forfaits et opérateurs.
- Les smartphones compatibles eSIM incluent les iPhone à partir de l'iPhone XS, les Google Pixel, et certains Samsung Galaxy.

Avantages d'utiliser une eSIM en Arménie

- **Pas besoin de changer de carte SIM** : Vous pouvez conserver votre SIM physique pour vos appels locaux tout en utilisant une eSIM pour l'accès à Internet ou les appels internationaux.
- **Activation rapide** : Pas besoin de vous rendre dans une boutique physique, vous pouvez activer l'eSIM dès votre arrivée en Arménie ou avant de partir.
- **Multi-profils** : La possibilité d'avoir plusieurs forfaits eSIM sur votre téléphone peut être utile si vous voyagez dans plusieurs pays.

Fournisseurs internationaux d'eSIM pour l'Arménie

- Plusieurs fournisseurs proposent des forfaits eSIM adaptés aux voyageurs se rendant en Arménie. Ces forfaits sont généralement pour l'accès à Internet (data) uniquement :
 - **Airalo** : Fournit des forfaits data eSIM pour l'Arménie à des prix compétitifs, avec différentes options de volume de données (1 Go, 5 Go, etc.).
 - **Holafly** : Propose des forfaits eSIM avec Internet illimité pour l'Arménie.
 - **Nomad** : Offrant des forfaits eSIM pour les voyageurs, permettant une connexion rapide et stable.
 - **GigSky** : Une autre option populaire pour les voyageurs, avec des forfaits data adaptés aux courts séjours.

Opérateurs mobiles locaux en Arménie avec eSIM

- Certains opérateurs locaux en Arménie, comme **VivaCell-MTS** et **Beeline**, offrent la possibilité d'activer une eSIM, mais cette option est généralement réservée aux résidents ou aux personnes disposant d'une adresse locale.
- Pour les voyageurs, il est plus simple de souscrire à une offre eSIM internationale avant de partir ou dès votre arrivée.

Comment activer une eSIM en Arménie ?

- **Avant de partir** : Vous pouvez acheter une eSIM auprès de fournisseurs comme Airalo, Holafly ou Nomad. Vous recevrez un QR code à scanner avec votre téléphone pour activer la carte SIM numérique. Cela vous permet de commencer à utiliser les données mobiles dès que vous arrivez en Arménie.
- **En Arménie** : Si vous souhaitez activer une eSIM locale, vous devrez vous rendre dans une boutique d'un opérateur comme VivaCell-MTS ou Beeline avec une pièce d'identité (passeport) pour l'enregistrement.

Compatibilité des téléphones avec l'eSIM

- Vérifiez que votre téléphone est compatible avec l'eSIM. Si vous utilisez un téléphone qui n'est pas assez récent, il se peut qu'il ne soit pas compatible.
- Assurez-vous également que votre téléphone est **débloqué** pour pouvoir utiliser une eSIM avec un opérateur étranger.

Utilisation de l'eSIM pour les appels et les données

- **Données uniquement** : La plupart des forfaits eSIM internationaux pour l'Arménie sont destinés à un usage data uniquement (Internet). Pour les appels, vous pouvez utiliser des applications comme **WhatsApp**, **Skype**, **Messenger**, ou **Telegram** via votre connexion Internet.
- **Économies sur le roaming** : Utiliser une eSIM vous permet de réduire les frais d'itinérance élevés imposés par les opérateurs français lorsque vous voyagez à l'étranger.

Conseils pratiques pour l'utilisation de l'eSIM en Arménie :

- **Activer l'eSIM avant de partir** : Si vous achetez une eSIM via un fournisseur international, vous pouvez l'activer avant votre arrivée en Arménie pour vous connecter dès que vous atterrissez.
- **Gérer les données** : Si vous choisissez un forfait avec une limite de données, vérifiez régulièrement votre consommation pour ne pas dépasser le plafond.
- **Désactiver la SIM physique si nécessaire** : Si vous n'avez pas besoin de votre carte SIM physique pendant votre voyage, vous pouvez la désactiver pour économiser de la batterie.

5. UTILISER DES APPLICATIONS VOIP (APPELS VIA INTERNET) :

- Si vous avez accès à une connexion Wi-Fi ou un forfait de données, vous pouvez passer des appels via des applications comme **WhatsApp**, **Skype**, **Telegram**, ou **Viber**. Cela permet de réduire les coûts des appels internationaux.

DÉCALAGE HORAIRE

Le décalage horaire entre la France et l'Arménie varie en fonction de l'heure d'été en France. L'Arménie utilise le fuseau horaire **UTC+4** et ne change pas d'heure.

- **Heure standard** (en hiver, de fin octobre à fin mars) : L'Arménie est en avance de **3 heures** par rapport à la France.
- **Heure d'été** (de fin mars à fin octobre) : L'Arménie est en avance de **2 heures** par rapport à la France.

DURÉE DU VOL

Le temps de vol direct entre Paris et Erevan est en moyenne de 4h50.

ELECTRICITÉ

En Arménie, les types de prises électriques utilisés sont de type **C** et **F** :

1. **Type C** : La prise européenne standard avec deux broches rondes, couramment utilisée dans de nombreux pays d'Europe.
2. **Type F** : Similaire à la prise de type C, elle a également deux broches rondes mais comprend des clips de mise à la terre sur les côtés.

DÉTAILS TECHNIQUES :

- **Tension** : 230V
- **Fréquence** : 50Hz

Si vos appareils supportent 230V et 50Hz, vous n'aurez besoin que d'un adaptateur de prise. Si vos appareils fonctionnent à une tension différente, vous devrez vous munir d'un convertisseur de tension.

NUMÉROS UTILES

- **Police** : 102
- **Pompiers** : 101
- **Ambulance** : 103

DIALOGUER POUR MIEUX PARTAGER

Parler quelques mots dans la langue locale est un signe de respect et d'ouverture envers la culture d'un pays. Même si l'on ne maîtrise pas la langue, connaître des expressions simples comme « bonjour », « merci », ou « s'il vous plaît » facilite les interactions et crée un lien de proximité avec les habitants. Cela démontre un effort d'intégration et peut susciter des échanges plus chaleureux et authentiques. En plus de montrer une curiosité pour les coutumes locales, cela permet souvent de mieux comprendre la culture et d'enrichir son expérience de voyage.

Voici un lexique arménien/français pour vous aider à communiquer avec les locaux lors de votre voyage en Arménie. Ce lexique couvre les bases essentielles pour communiquer lors de situations courantes. Avec un peu de pratique, vous pourrez engager des conversations simples et profiter pleinement de votre expérience sur place :

SALUTATIONS ET EXPRESSIONS COURANTES

Arménien	Français
Բարեւ (Barev)	Bonjour
Բարի լուիս (Bari luis)	Bonjour (le matin)
Բարի երեկո (Bari yereko)	Bonsoir
Պարտաւորաբար (Hajghoutyoun)	Au revoir
Կհնդրում Էմ (Khndrum em)	S'il vous plaît
Շնորհակալ Էմ (Shnorhakal em)	Merci
Ներե՛տե՛ք (Nere'tek)	Excusez-moi / Pardon
Այո (Ayo)	Oui
Չ (Voch)	Non
Լավ (Lav)	Bien / D'accord
Կհնդրեմ (Khndrem)	De rien

QUESTIONS DE BASE

Arménien	Français
Ինչ'պէս Էք (Inch'pes ek)	Comment allez-vous ?
Ինչպէս Է անտէ՛նում օրը (Inchpes e ants'num ore)	Comment se passe la journée ?
Ինչ Է սա (Inch e sa)	Qu'est-ce que c'est ?

Arménien

Վորտեղ (Vortegh e)
Լիչկան (Lichkan e)
Կարոց (Karogh em)

Français

Où est... ?
Combien ça coûte ?
Puis-je... ?

NOMBRES

Arménien Français

Մեկ (Mek) Un
Երկու (Merku) Deux
Յեղ (Yerek) Trois
Չորս (Chors) Quatre
Հինգ (Hing) Cinq
Վեց (Vets) Six
Յոթ (Yot') Sept
Ութ (Ut') Huit
Ուն (Inn) Neuf
Դաս (Das) Dix

DIRECTION ET TRANSPORT

Arménien

Français

Այ (Aj) Droite
Ծախ (Dzakh) Gauche
Սրից (Sghigh) Tout droit
Քանգար (Kangar) Arrêt (de bus par exemple)
Տեղափոխ (Stepoghnt'yun) Ambulance
Օգնե՛ք (Ognek' indz) Aidez-moi

À LA TABLE

Arménien

Français

Սուրճ (Surdj) Eau
Խաչ (Hats') Pain
Կաֆե (Kafé) Café
Վին (Vini) Vin
Սնունք (Snelik) Nourriture



Arménien

Français

Գլխիկ) (Tchash)

Repas

Կոչում (YES) ktsankanayi) Je voudrais