AFRIQUE UNIE · CARNET DE VOYAGE

Ouganda en 13 jours : l'itinéraire jour par jour

L'Ouganda réunit sur un même circuit les chutes spectaculaires du Nil, les savanes de l'Albertine, les chimpanzés des forêts de Kibale, les lions grimpeurs d'Ishasha et les gorilles de montagne de Bwindi, avant le repos au bord du lac Bunyonyi. Ce voyage de treize jours suit la grande boucle de l'Ouest, avec des journées de route souvent longues : voici les étapes, les temps de trajet et les réservations à anticiper.

Jour par jour

Jour 1 · Arrivée à Entebbe, au bord du lac Victoria (nuit : Entebbe)
L'aéroport international se trouve à Entebbe, petite ville verdoyante au bord du lac Victoria, bien plus reposante que Kampala pour une première nuit. Si votre vol arrive tôt, promenez-vous dans le jardin botanique, planté au début du XXe siècle, où l'on croise singes et calaos, ou visitez le centre d'éducation à la faune, qui recueille des animaux blessés. Les amateurs d'oiseaux peuvent réserver pour le lendemain matin, avant de partir vers le nord, une sortie en pirogue dans le marais de Mabamba, l'un des meilleurs endroits pour apercevoir le bec-en-sabot, oiseau préhistorique à l'allure étonnante. Dînez de tilapia grillé face au lac.

Jours 2-4 · Les rhinocéros de Ziwa et les chutes Murchison (nuit : Parc des chutes Murchison)
Prenez la route du nord, trois à quatre heures en contournant Kampala, jusqu'au sanctuaire de Ziwa, où l'on approche à pied, avec un ranger, les seuls rhinocéros blancs sauvages du pays. Deux à trois heures de plus mènent au parc des chutes Murchison, le plus grand du pays. Le lendemain, traversez le Nil en bac pour un safari sur la rive nord, parmi les girafes de Rothschild, les éléphants, les buffles et les lions, puis embarquez l'après-midi pour la croisière qui remonte le fleuve jusqu'au pied des chutes. Le troisième jour, montez au sommet des chutes, où le Nil s'engouffre dans une gorge de sept mètres de large avec un grondement assourdissant.

Jours 5-6 · Fort Portal et les chimpanzés de Kibale (nuit : Fort Portal)
La route vers Fort Portal, par Hoima, est longue : six à sept heures avec les arrêts. On arrive dans une région de collines couvertes de plantations de thé et de lacs de cratère. Le lendemain matin, partez pister les chimpanzés dans le parc national de Kibale, qui abrite l'une des plus fortes densités de primates d'Afrique : la rencontre est très probable, et l'on observe aussi colobes et cercopithèques. Le Royaume-Uni a émis en 2026 des recommandations spécifiques pour le secteur sud du parc : vérifiez-les avant de réserver. L'après-midi, marchez dans le marais de Bigodi, géré par la communauté locale, puis faites le tour des lacs de cratère au coucher du soleil.

Jours 7-8 · Le parc Queen Elizabeth et le canal de Kazinga (nuit : Parc Queen Elizabeth)
Deux à trois heures de route vers le sud suffisent pour rejoindre le parc Queen Elizabeth, au pied des monts Rwenzori. Le matin, partez en safari dans les plaines de Kasenyi, territoire des lions et des cobs de Buffon. L'après-midi, la croisière sur le canal de Kazinga, qui relie les lacs George et Édouard, est l'un des moments forts du voyage : hippopotames par centaines, éléphants venus boire, crocodiles et oiseaux. Le lendemain, descendez vers le secteur d'Ishasha, au sud, où les lions ont pris l'habitude de se reposer dans les branches des figuiers. Le parc est proche de la frontière congolaise : consultez les conseils officiels avant de partir.

Jours 9-10 · Les gorilles de la forêt impénétrable de Bwindi (nuit : Bwindi)
D'Ishasha, deux à trois heures de piste mènent à Buhoma, l'entrée nord de la forêt de Bwindi ; d'autres secteurs, comme Ruhija ou Rushaga, sont accessibles selon le permis obtenu. Le jour du trek, rendez-vous tôt au poste des rangers : la marche peut être courte ou durer plusieurs heures sur des pentes raides et glissantes, avant l'heure passée près d'une famille de gorilles. Les permis sont limités, se réservent longtemps à l'avance, et l'âge minimum est de quinze ans. Le second jour, faites une marche en forêt jusqu'aux cascades ou une visite organisée avec des membres de la communauté batwa, premiers habitants de la forêt.

Jours 11-12 · Repos au bord du lac Bunyonyi (nuit : Lac Bunyonyi)
Selon le secteur de Bwindi, comptez une heure et demie à quatre heures de route jusqu'au lac Bunyonyi, près de Kabale. Ce lac d'altitude aux eaux calmes, parsemé de petites îles et entouré de collines en terrasses, est l'endroit idéal pour souffler après les treks. Faites le tour des îles en pirogue, montez à pied vers un point de vue, ou ne faites rien d'autre que regarder la brume se lever le matin. La baignade y est souvent pratiquée, mais demandez conseil sur place, la bilharziose étant présente dans de nombreux plans d'eau du pays. Les écrevisses du lac figurent au menu de nombreux restaurants.

Jour 13 · Retour vers Entebbe (nuit : Vol retour)
Le retour par la route vers Entebbe est une très longue journée, sept à neuf heures selon la circulation à l'approche de Kampala. Faites une pause à l'équateur, à Kayabwa, où un monument marque la ligne. Pour gagner du temps, des vols intérieurs relient les petits aérodromes de Kisoro et de Kihihi, près de Bwindi, à Entebbe en une heure et demie à deux heures environ, avec des bagages limités. Dans tous les cas, prévoyez une marge confortable avant votre vol international, ou une nuit de plus à Entebbe si votre départ a lieu le lendemain matin.

Se déplacer

Le plus courant est un circuit en 4x4 avec chauffeur-guide : les distances sont longues, certaines pistes difficiles en saison des pluies, et le chauffeur connaît les parcs. On roule à gauche. La location sans chauffeur est possible, mais déconseillée pour un premier voyage. Ne roulez pas de nuit. Des vols intérieurs relient Entebbe aux parcs pour raccourcir les trajets. Les abords de la frontière avec la RD Congo et certaines zones sont officiellement déconseillés, et le Royaume-Uni déconseillait en 2026 les déplacements non essentiels à Jinja : consultez les conseils de votre pays avant de partir.

Quand partir

Les saisons sèches, de juin à septembre et de décembre à février, sont idéales : pistes praticables, animaux concentrés autour des points d'eau et treks moins glissants. Les saisons des pluies, de mars à mai et d'octobre à novembre, rendent certaines routes difficiles, mais les paysages sont superbes et les permis plus faciles à obtenir. Les températures restent douces toute l'année, et les nuits sont fraîches à Bwindi et au lac Bunyonyi.

Infos pratiques

Ouganda

Formalités	Selon votre passeport : visiterafriqueunie.com/visa/ouganda/
Fièvre jaune	Certificat exigé de tous les voyageurs
Paludisme	dans tout le pays
Monnaie	Shilling ougandais (UGX)
Langues	Anglais, swahili, luganda
Prises	type G · indicatif +256 · UTC+3
Urgences	police 999 · ambulance 999 ou 0752 756004 · pompiers 999 ou 112
Ambassade de France	Kampala · +256 205 479 888

Check-list du départ

Documents

☐ Passeport valide au moins six mois après le retour, avec des pages vierges
☐ Visa ou e-visa (imprimé si demandé)
☐ Carnet de vaccination international (fièvre jaune si exigée)
☐ Attestation d'assurance voyage et numéro d'assistance
☐ Copies papier et numériques du passeport et des réservations
☐ Billets, réservations et adresses enregistrés hors ligne
☐ Permis de conduire international si vous louez un véhicule

Santé

☐ Consultation voyage faite et vaccins à jour
☐ Traitement antipaludique si votre médecin le recommande
☐ Trousse : pansements, désinfectant, antidiarrhéique, sels de réhydratation
☐ Répulsif anti-moustiques adapté aux tropiques
☐ Crème solaire, chapeau et lunettes de soleil
☐ Médicaments personnels et ordonnances

Argent et connexion

☐ Banque prévenue, carte Visa ou Mastercard (et une carte de secours)
☐ Espèces en euros ou en dollars, billets récents et en bon état
☐ eSIM ou carte SIM locale prévue
☐ Adaptateur de prise adapté au pays
☐ Batterie externe et câbles
☐ Cartes hors ligne téléchargées
☐ Application Afrique Unie installée

Dans le sac

☐ Vêtements légers et couvrants (soleil, moustiques, lieux de culte)
☐ Une polaire pour les soirées, les safaris à l'aube et l'altitude
☐ Chaussures de marche et sandales
☐ Lampe frontale
☐ Gourde (idéalement filtrante)
☐ Petit sac de jour et pochettes étanches
☐ Cadenas pour les bagages

Avant de fermer la porte

☐ Conseils aux voyageurs de votre pays relus
☐ Voyage déclaré au service consulaire de votre pays (s'il le propose)
☐ Itinéraire et contacts laissés à un proche
☐ Enregistrement en ligne fait et franchise bagages vérifiée

Carnet créé à partir de visiterafriqueunie.com/itineraires/ouganda-en-13-jours/ · informations vérifiées en novembre 2026 sur les sources officielles. Les règles d'entrée, de santé et de sécurité changent : revérifiez-les avant le départ (conseils officiels de votre pays, ambassade du pays visité).