



Norvège, Suède, Finlande

évènement - Immersion arctique

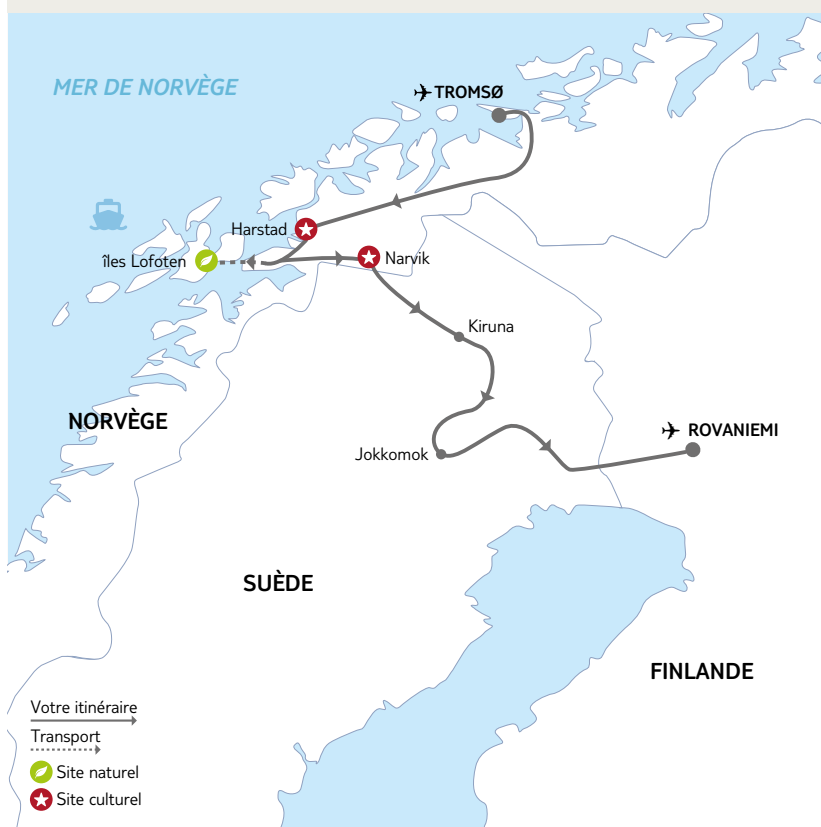
Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos évènements.

Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

Valable pour un départ le 30/01/2027

Nombre de participants : Minimum : 6 / Maximum : 30

Rythme : 4/5 Traditions : 5/5 Histoire & culture : 4/5



Ce voyage commencera au cœur des fjords arctiques et s'achèvera dans l'effervescence de l'un des plus anciens marchés d'Europe du Nord. Vous admirerez les paysages grandioses de Tromsø; longerez les fjords à bord de l'express boat jusqu'aux îles Lofoten, puis vous vous rendez à Kiruna et découvrirez son Icehotel sculpté dans la glace, avant de plonger dans l'univers du peuple sami lors du marché traditionnel de Jokkmokk; moment phare où culture, artisanat et traditions se rencontreront sous les lumières polaires. Le parcours se terminera à Rovaniemi, aux portes de la Laponie finlandaise, dans le village du Père Noël, pour une immersion totale dans la magie du Grand Nord.

Les **INCONTOURNABLES** Nouvelles Frontières

- Participation au marché annuel Sami de Jokkomok, l'un des plus anciens de la Laponie
- Express boat pour observer les fjords
- La découverte de Lofoten
- La visite de l'Ice Hôtel de Kiruna



Jour 1 : FRANCE / TROMSO

Rendez vous des participants à l'aéroport et envol à destination de Tromso. Arrivée et accueil par votre guide accompagnateur . Tour panoramique de Tromsø. Découvrez la capitale de l'arctique, véritable cœur de toutes les expéditions nordiques. Entre mer et montagnes, entre Fjords et modernité, profitez de cette ville unique au monde et de sa magnifique cathédrale arctique (extérieur).

Installation à votre hôtel Thon Tromso ou similaire dans la région.

Puis visite du musée Polaire de Tromso : Découvrez l'histoire fascinante de l'Arctique et la vie des explorateurs.

Dîner et nuit à l'hôtel Thon Tromso ou similaire dans la région.



Jour 2 : TROMSØ

Petit déjeuner buffet à l'hôtel.

Journée libre et déjeuner libre pour découvrir Tromso à votre rythme.

En option avec supplément, au départ de Tromso, vous pourrez participer à deux activités emblématiques de la Laponie : une sortie en motoneige ou une balade en traîneau à chiens, pour vivre une expérience nordique inoubliable.

En soirée, option avec supplément sortie aurores boréales au départ de Tromso.

Dîner et nuit à l'hôtel Thon Tromso ou similaire dans la région.



Jour 3 : TROMSO / HARSTAD (50 km / environ)

Petit déjeuner buffet à l'hôtel.

Départ pour une immersion authentique au cœur de la culture sami. Profitez d'une courte balade en traîneau tiré par les rennes, puis approchez le troupeau pour les nourrir à la main. Rencontrez des éleveurs samis qui partageront histoires, traditions et chants joik dans un lavvu traditionnel.

Déjeuner.

L'après-midi, prenez place à bord d'un express-boat partant de Tromsø vers Harstad afin de vivre une traversée marine à couper le souffle, au cœur des paysages arctiques. Le trajet, d'environ 3 heures, permet de longer des fjords majestueux et de découvrir des panoramas montagneux contrastés. C'est votre porte d'entrée vers les îles Vesteralen puis Lofoten.

Dîner et nuit au Thon Hotel Harstad, ou similaire dans la région.



Jour 4 : HARSTAD / LOFOTEN (270 km / environ)

Petit déjeuner buffet à l'hôtel.

Départ de Harstad en direction de Svolvær, considérée comme la « capitale » des Lofoten. Nichée entre montagnes abruptes et bras de mer, Svolvær séduit par son ambiance maritime typique, sa vie culturelle animée et ses panoramas spectaculaires.

À l'arrivée, tour panoramique de Svolvær pour découvrir ses principaux points d'intérêt, suivi d'un temps libre pour flâner entre galeries d'art, petits cafés et quais pittoresques.

Puis, déjeuner au restaurant.

L'après-midi, route vers Henningsvær, l'un des villages les plus emblématiques des Lofoten. Souvent surnommé « la Venise du Nord », Henningsvær est posé sur plusieurs îlots reliés par de petits ponts, offrant un décor d'une beauté saisissante. Son port animé, ses maisons colorées, ses ateliers d'artistes et son célèbre terrain de football en font un lieu authentique et plein de charme.

Vous continuerez ensuite en direction du Lofotr Viking Museum, situé à Borg. Installé à l'emplacement d'une ancienne ferme viking, le musée reconstitue la plus grande maison longue viking jamais découverte. Vous y découvrirez la vie quotidienne des chefs vikings, leurs traditions, leurs objets artisanaux et l'atmosphère immersive d'un véritable voyage dans le temps.

En fin d'après-midi, route vers votre hôtel au cœur des îles Lofoten, où vous vous installerez pour la nuit, entourés des paysages grandioses qui font la renommée de l'archipel.

Dîner et nuit au Live Lofoten Hotel, ou similaire dans la région.



Jour 5 : LOFOTEN (325 km / environ)

Petit déjeuner buffet à l'hôtel.

Départ ce matin en direction de Reine, considéré comme l'un des plus beaux villages des Lofoten. Entouré de pics abrupts plongeant dans un fjord d'un bleu profond, Reine offre un panorama d'une beauté presque irréelle. Ses rorbuer rouges, son atmosphère paisible et ses vues parmi les plus photographiées de Norvège en font une véritable carte postale vivante. Temps libre à Reine pour profiter des points de vue, flâner au bord du fjord ou simplement contempler ce décor exceptionnel.

Puis départ en direction du nord des Lofoten, à travers les routes enneigées qui serpentent au cœur de cet archipel majestueux. Montagnes sculptées par le vent, petites baies abritées, villages de pêcheurs isolés... la route devient ici un véritable voyage au pays de la lumière arctique.

Déjeuner en cours de route .

L'après-midi, poursuite vers Lødingen, que nous rejoindrons en fin de journée. Vous embarquerez alors à bord du ferry pour Bognes, traversée qui vous ramènera progressivement vers la partie continentale de la Norvège tout en offrant de magnifiques vues sur les montagnes environnantes.

À l'arrivée à Bognes, route vers votre hôtel pour la nuit, où vous vous installerez après cette journée riche en paysages et en découvertes.

Dîner et nuit au Tysfjord hotel Tursitsenter, ou similaire dans la région.



Jour 6 : NARVIK / KIRUNA (270 km / environ)

Petit déjeuner buffet à l'hôtel.

Après une courte traversée en ferry, vous prendrez la route en direction de Narvik, ville chargée d'histoire et entourée de sommets impressionnants plongeant directement dans les fjords. À l'arrivée, vous découvrirez le Musée de la guerre de Narvik, un musée moderne et immersif retraçant les événements marquants de la Seconde Guerre mondiale dans la région, notamment la bataille de Narvik. Une visite captivante qui mêle récits humains, documents historiques et installations interactives.

Déjeuner au restaurant.

Dans l'après-midi, vous poursuivrez votre voyage vers Kiruna, en empruntant l'une des plus belles routes des Alpes scandinaves. Ce trajet spectaculaire vous mènera entre plateaux enneigés, vallées glacées et paysages naturels préservés, typiques du Grand Nord suédois.

À votre arrivée à Kiruna, vous visiterez le célèbre Icehotel, véritable chef-d'œuvre éphémère sculpté chaque hiver dans la glace du fleuve Torne. Chambres artistiques, salons de glace, sculptures lumineuses : une création unique mêlant art, nature et savoir-faire traditionnel.

Enfin, vous prendrez la direction de votre hôtel pour votre installation et la nuit.

Dîner et nuit au Best Western Arctic Eden, ou similaire dans la région.



Jour 7 : MARCHE DE JOKKOMOK (470 km / environ)

Petit déjeuner buffet à l'hôtel.

Départ matinal en direction de Jokkmokk, pour découvrir un événement exceptionnel : le fameux marché d'hiver de Jokkmokk, l'un des plus anciens et des plus emblématiques marchés sami de toute la Laponie. Depuis plus de 400 ans, ce rassemblement unique met à l'honneur la culture autochtone : artisanat traditionnel, vêtements en peau de renne, bijoux en étain tressé, sculptures en os, spécialités culinaires locales, et rencontres avec les éleveurs de rennes. L'atmosphère y est chaleureuse et authentique, animée par des démonstrations culturelles, musiques, conférences et animations hivernales.

Temps libre pour découvrir à votre rythme les étals du marché, profiter des stands gastronomiques, admirer les artisans au travail ou simplement vous imprégner de cette ambiance laponne unique.

Déjeuner libre sur place, avec de nombreuses possibilités de restauration proposant des spécialités locales.

Dans l'après-midi, départ en direction de la Finlande. Vous traverserez de vastes forêts enneigées et les paysages immaculés de la Laponie, avant d'arriver à votre hôtel pour la nuit.

Dîner et nuit à l'hôtel Kievari Ylitornio, ou similaire dans la région.



Jour 8 : ROVANIEMI (120 km / environ)

Après le petit déjeuner, départ en direction de Rovaniemi, capitale de la Laponie finlandaise. Située sur le cercle polaire arctique, Rovaniemi allie modernité et traditions nordiques, avec ses forêts enneigées, ses rivières glacées et une ambiance unique qui en fait le cœur culturel et touristique de la région.

Départ vers le Village du Père Noël, lieu emblématique où le mythe prend vie. Traversez le cercle polaire et profitez des boutiques de souvenirs, animations thématiques et de l'atmosphère magique qui ravira petits et grands.

Transfert à l'aéroport de Rovaniemi. Assistance aux formalités d'enregistrement et envol à destination de Paris.

JOUR 2 : SAFARI EN MOTONEIGE

Safari en motoneige encadré par un guide local, sur des sentiers sécurisés.

1 à 1,5 heure de conduite (2 personnes par motoneige, échange possible).

Arrêts pour photos, jeux dans la neige et observation des paysages.

Après l'activité : Soupe de poisson chaude (option végétarienne disponible) et boissons chaudes.

Inclus :

Transfert panoramique en bus et ferry (~70 min chaque trajet)

Guides anglophones expérimentés

Tenue thermique complète (combinaison, bottes, gants, casque)

Soupe chaude et boissons

À savoir :

Conduite réservée aux +18 ans avec permis de conduire valide

Durée du tour ajustable selon conditions météo/neige

Motoneige partagée à 2 personnes. Minimum 2 pax

EUR 300 par personne

JOUR 2 : BALADE EN CHIEN DE TRAINÉAUX

Départ depuis le centre ville de Tromsø à 08 :30

Lieu de l'activité : Breivikeidet, à 45 min de Tromsø, au pied des Alpes de Lyngen.

1 heure de conduite de traîneau à chiens sur des sentiers et en terrain ouvert. Briefing inclus. Vous alternez les rôles de conducteur et passager. Groupes de 3-4 équipes.

Après l'activité : Pause au chaud avec déjeuner et boissons chaudes. Présentation sur les élans, rennes et huskies d'Alaska.

Inclus :

Transferts aller-retour en autocar confortable

Guides anglophones expérimentés

Tenue thermique complète (combinaison, bottes, gants, bonnet, chaussettes)

Boissons chaudes et déjeuner (soupe avec pain)

Remarques : Durée variable selon météo et conditions de neige.

Minimum 2 pax

EUR 355 par personne

JOUR 2 : SAFARI AURORES BOREALES

Départ depuis le centre-ville de Tromsø à 17 :30 ou 18 :30

Activité : Trajet en bus confortable vers un camp privé pour observer les Aurores Boréales. Le camp est équipé de chauffage, toilettes et tenues thermiques.

Repas chaud (soupe ou ragoût), boissons chaudes et snack local inclus. Guides anglophones dédiés.

Photos : Portraits et paysages pris par les guides, photos incluses pour usage sur réseaux sociaux. Trépieds disponibles pour vos propres photos.

Inclus :

Bus confortable avec Wi-Fi et toilettes

Guide anglophone expérimenté

Accès à un camp privé sécurisé avec repas et boissons

Tenues thermiques, trépieds pour photos

Photos de l'Aurore Boréale prises par les guides

À savoir :

Prendre vêtements chauds, bottes, gants, bonnet et écharpe

Minimum 2 pax

EUR 170 par personne



**NOUVELLES
FRONTIERES**



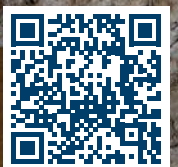
NOUVEAU

Voyagez avec l'essentiel.

Billets d'avion, carnet de voyage, itinéraire détaillé...

Retrouvez tout votre voyage sur l'appli **Nouvelles Frontières** 

Téléchargez
l'appli





Norvège

FORMALITÉS & SANTÉ

Décalage horaire : Pas de décalage horaire.

+ 1h en hiver

Temps de vol : 2h20 sans escale, 4h20 avec escale

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

- **Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité** pour la durée du séjour.
- **ATTENTION** : L'archipel du Svalbard n'appartenant pas à l'espace Schengen, il est nécessaire de présenter un passeport en cours de validité pour s'y rendre.
- Pour un séjour en Norvège inférieur à 3 mois, le visa n'est pas exigé.
- Afin de pouvoir bénéficier d'une prise en charge par la Sécurité sociale, les Français doivent être munis d'une carte européenne d'assurance maladie.
- Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent disposer d'une autorisation de sortie de territoire.

FORMALITÉS SANITAIRES

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

Monnaie

La devise nationale est la couronne norvégienne (NOK). Les règlements par carte bancaire sont acceptés quasiment partout, mais vous devrez payer des frais sur les transactions. Nous vous conseillons de prévoir des espèces, que vous pourrez retirer dans l'un des nombreux distributeurs automatiques disponibles à travers tout le pays.

Savoir-vivre et coutumes

Les Norvégiens sont des gens simples, discrets et honnêtes. Pour se saluer, ils ne s'embrassent pas mais se serrent la main. Le tutoiement, en revanche, est immédiat et universel.

Pour les grandes occasions, les Norvégiens continuent de porter le bunad, leur costume national. Vous pouvez admirer cette tenue folklorique à l'occasion des parades de la fête nationale, le 17 mai, ou encore lors de cérémonies privées ou familiales.

Souvenirs et artisanat

En Norvège, l'artisanat est roi. Profitez de votre voyage pour refaire votre décoration intérieure en vous procurant porcelaines, argenterie ou broderies. Vous pourrez aussi rapporter un bonnet en tricot ou un pull norvégien typique à un ami frileux, ainsi que du saumon pour les gourmands ou les gourmets. Le roi des souvenirs reste néanmoins le troll : le petit lutin scandinave constitue un cadeau incontournable, qui plaira aux petits comme aux grands.

Climat

La Norvège a un climat particulier. Il s'agit en effet d'un pays nordique donnant sur une mer traversée par un courant chaud, le Gulf Stream. C'est la raison pour laquelle le pays est moins froid que vous ne pourriez le penser, en particulier le long de la côte ouest, où les températures ne descendent que rarement au-dessous de -10 °C. La Norvège est un pays très étendu en latitude, avec un littoral accidenté, des plateaux et des chaînes de montagnes, aussi y trouve-t-on différents types de climats. La mer, dont la température ne descend jamais sous les 5 ou 6 °C, réchauffe l'hiver. En cette saison, la température dépasse d'ailleurs 0 °C dans le sud du pays. Même aux îles Lofoten et Vesteralen, situées au-dessus du cercle polaire arctique, l'hiver voit parfois tomber de la pluie au lieu de la neige. En continuant vers le nord, on descend de quelques degrés au-dessous de 0 et la neige se fait moins rare. L'été, les températures peuvent atteindre 30 °C, bien qu'elles tournent plutôt autour de 17 °C en moyenne.

Repas

Pour les repas libres, prévoir un budget allant de 10 € (pour un sandwich) à 30 € (pour un dîner à 3 plats). La bière est d'excellente qualité, omniprésente et lourdement taxée, comme toutes les boissons alcoolisées en Norvège. Comptez environ 60 couronnes norvégiennes pour une bière et au minimum 300 couronnes pour une bouteille de vin au restaurant.

En Scandinavie, le petit déjeuner est le repas le plus important de la journée. Au buffet du matin, vous trouverez des céréales, du pain, des toasts, de la charcuterie (saucisson de porc ou de renne, mortadelle), des harengs en sauce, du saumon, du fromage, des œufs et de la confiture. Pour le déjeuner et le dîner, boulettes de viande, ragoûts, cabillaud et truite sont souvent consommés cuits ou fumés, agrémentés de différentes sauces.

Langue

Le bokmaal et le nynorsk sont les deux langues officielles de la Norvège, où l'anglais est couramment pratiqué. Les Lapons parlent le saame.

BOUCLER SA VALISE

Bagages

Prévoyez une valise fermant à clef, un petit bagage à main pour vos affaires de la journée et une pochette ou une ceinture de voyage pour vos papiers. De plus, gardez toujours sur vous les médicaments qui vous sont indispensables.

Vêtements

• Hiver :

Habillez-vous chaudement ! Prévoyez des vêtements adaptés à la pratique des sports d'hiver : sous-vêtements chauds en thermolactyl (maillots de corps, collants et/ou fuseau et/ou caleçon en polaire, chaussettes fines et épaisses), veste et pantalon chauds et étanches, pulls à col roulé en laine et en polaire, gants en thermolactyl à enfiler sous les moufles, écharpe, bonnet, doudoune et parka. Privilégiez le micro-polaire, la laine ou les matières synthétiques, avec des vêtements respirants, et bannissez le coton et le jean. Complétez vos bagages avec des lunettes, une crème hydratante (sans eau) pour les lèvres et une crème de protection solaire, qui vous seront utiles dès la mi-janvier. Munissez-vous également d'un sac souple pour transporter vos affaires personnelles lors des excursions, et d'un masque anti-froid – que vous trouverez en magasin de sport – pour les activités optionnelles.

• Été :

En Norvège, le temps est susceptible de changer d'un jour à l'autre quelle que soit la saison. Mieux vaut donc vous montrer prévoyants en emmenant quelques vêtements légers et superposables, à enlever ou rajouter en fonction du temps, avec au moins un pull-over chaud, une veste imperméable et/ou un parapluie, ainsi que des chaussures de marche confortables. Pour un séjour estival, prévoyez léger mais souvenez-vous que les soirées et les nuits peuvent être assez fraîches.

Chaussures

L'hiver, des chaussures fourrées ou des bottes après-ski sont indispensables.

Le reste du temps, vous serez bien souvent en pleine nature et les trottoirs de Bergen sont pavés à l'ancienne : privilégiez donc une paire de tennis et / ou des chaussures de randonnée.

Matériel à prévoir

- des lunettes de soleil ;
- des jumelles, qui peuvent vous être utiles pour l'observation de la faune et de la flore ;
- un produit anti-moustique pour passer des nuits d'été tranquilles, doublé d'une crème pour vous promener en toute quiétude (les moustiques sont une plaie durant toute la saison estivale).

POUR EN SAVOIR PLUS

Courant

220V. Les prises sont identiques à celles que l'on trouve en France. Vous n'aurez donc pas besoin d'adaptateur.

Pourboires

Si votre voyage vous apporte satisfaction, vous pouvez laisser un pourboire au chauffeur et au guide : prévoyez environ 4 € par jour et par personne pour le guide et 2 € par jour et par personne pour le chauffeur.



RÉSOLUTION TROP FAIBLE Suède POSITION D'ARRIVÉE

FORMALITÉS & SANTÉ

Décalage horaire : +1h (Finlande). Pas de décalage horaire (Suède, Norvège)

Temps de vol : 2h15 et 2h45 sans escale

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

- Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité pour la durée du séjour.
- Pour un séjour en Suède inférieur à 3 mois, le visa n'est pas exigé.
- Afin de pouvoir bénéficier d'une prise en charge par la Sécurité sociale, les Français doivent être munis d'une carte européenne d'assurance maladie.
- Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.
- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire.

FORMALITÉS SANITAIRES

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

Climat

L'été, de mi-juin au mois d'août, est la saison la plus agréable pour visiter la Suède. Les jours sont longs et ensoleillés, avec des températures qui peuvent aller jusqu'à 30 °C.

Repas

Pour vos repas libres, prévoir un budget de 10 € (pour un sandwich) à 30 € (pour un dîner à 3 plats).

En Scandinavie, le petit déjeuner est le repas le plus important de la journée. On est souvent surpris de trouver, au buffet du matin, des céréales, du pain, des toasts, de la charcuterie (saucisson de porc ou de renne, mortadelle), des harengs en sauce, du saumon, du fromage, des œufs et de la confiture. Pour le déjeuner et le dîner, boulettes de viande, ragoûts, cabillaud et truite sont souvent consommés cuits ou fumés, agrémentés de différentes sauces.

Monnaie

La devise nationale de la Suède est la couronne suédoise (SEK). Les règlements par carte bancaire sont acceptés quasiment partout, moyennant des frais bancaires sur chaque transaction. Nous vous conseillons par conséquent de disposer d'espèces, que vous pourrez vous procurer dans les nombreux distributeurs automatiques disponibles à travers tout le pays.

Souvenirs et artisanat

Vous pourrez rapporter de Suède différents ustensiles et objets de décoration en bois, comme un cheval de Dalécarlie ou une tasse, la "kuska" lapone, mais aussi des objets en porcelaine, en verre ou en céramique.

Langue

En Suède, la langue officielle est le suédois mais l'anglais est couramment pratiqué. Outre l'anglais, très bien parlé par les habitants, beaucoup d'entre eux connaissent également l'allemand.

BOUCLER SA VALISE

La valise

Prévoyez une valise fermant à clef, un petit bagage à main pour vos affaires de la journée et une pochette ou une ceinture de voyage pour vos papiers. Gardez également sur vous les médicaments qui vous sont indispensables, accompagnés de votre ordonnance. Notez que le port des bagages n'est pas inclus.

Quelle que soit la saison, le temps est susceptible de changer d'un jour à l'autre. Mieux vaut donc emmener quelques vêtements légers, superposables (à enlever ou rajouter en fonction du temps), au moins un pull-over chaud, une veste imperméable et/ou un parapluie, ainsi qu'une paire de chaussures de marche confortables et une paire de tennis ou de chaussures de randonnée, car vous serez souvent en pleine nature. En été, vous pouvez voyager plus léger, tout en gardant à l'esprit que les soirées et les nuits peuvent être assez fraîches.

Glissez également dans vos affaires :

- vos lunettes de soleil ;
- des jumelles, qui pourront vous être utiles pour l'observation de la faune et de la flore ;
- un produit anti-moustique, pour passer des nuits tranquilles, doublé d'une crème pour vous promener en toute quiétude (nécessaires si vous voyagez l'été, car les moustiques sont une véritable plaie en cette saison).

POUR EN SAVOIR PLUS

Pourboires

Si le service apporté durant votre voyage vous a apporté satisfaction, vous pouvez laisser un pourboire au chauffeur et au guide (prévoir 4 € par jour et par personne).

Courant

En Suède, le courant est sur 220V et les prises identiques à celles que l'on trouve en France.

Savoir-vivre et coutumes

De manière générale, les Suédois sont accueillants et discrets. La ponctualité est une règle d'or du savoir-vivre local. Gardez à l'esprit que le marchandage ne fait pas partie des mœurs et qu'il est d'usage d'enlever ses chaussures avant d'entrer dans une maison ou un appartement.



RÉSOLUTION TROP FAIBLE Finlande POSITION D'ARRIVÉE

FORMALITÉS & SANTÉ

**Décalage horaire : + 1h en hiver
+1h (Finlande). Pas de décalage horaire (Suède, Norvège)**
**Temps de vol : 5h55 avec escale
2h15 et 2h45 sans escale**

FORMALITÉS ADMINISTRATIVES*

- **Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité** pour la durée du séjour.
- Pour un séjour inférieur à 3 mois, le visa n'est pas exigé.
- Afin de pouvoir bénéficier d'une prise en charge par la Sécurité sociale, les Français doivent être munis d'une carte européenne d'assurance maladie.
- Il est recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux et de rapatriement sanitaire.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

- Les **mineurs** voyageant seuls, avec un seul de leurs parents ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire et de la photocopie du titre d'identité de l'un de leurs parents.

FORMALITÉS SANITAIRES

- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

INFORMATIONS PAYS

Climat

En Finlande, les températures sont marquées par l'influence d'un climat plus continental et plus sec. Elles peuvent descendre jusqu'à - 30 °C l'hiver.

L'été est donc relativement chaud, avec des températures au-dessus des 20 °C, mais aussi très lumineux car la Finlande bénéficie de longues journées ensoleillées.

Dans l'extrême nord du pays, le soleil ne se couche pas de mi-mai à fin juillet.

Gastronomie

En Finlande, le petit déjeuner est le repas le plus important de la journée. Au buffet du matin, vous trouverez des céréales, du pain, des toasts, de la charcuterie (saucisson de porc ou de renne, mortadelle), des harengs en sauce, du saumon, du fromage, des œufs et de la confiture. À midi et au dîner, vous pourrez vous régaler de boulettes de viande ou de ragoûts, mais également de cabillaud et de truite, souvent consommés cuits ou fumés et agrémentés de différentes sauces.

Monnaie

En Finlande, la monnaie utilisée est l'euro. Notez que les banques et les distributeurs sont rares dans le nord du pays. Il convient donc de prévoir des espèces.

Savoir-vivre et coutumes

De manière générale, les Finlandais sont accueillants tout en étant discrets. La ponctualité est une règle d'or du savoir-vivre local. Attention, le marchandage ne fait pas partie des mœurs. En Finlande, le tutoiement est courant, même avec des inconnus. En revanche, on ne s'embrasse pas : on se sert la main. Enfin, une invitation au sauna ne se refuse pas. C'est LE lieu de sociabilité par excellence !

Souvenirs et artisanat

L'artisanat lapon est notamment réputé pour ses tasses de bouleau (kuksa), ses peaux de renne ou encore ses objets en corne.

Langue

Une très large majorité de Finlandais parle le finnois, tandis que les Lapons parlent le sami. L'anglais et l'allemand sont également beaucoup pratiqués en Finlande.

BOUCLER SA VALISE

Valise

Prévoyez une valise fermant à clef, un petit bagage à main pour vos affaires de la journée ainsi qu'une pochette ou une ceinture de voyage pour vos papiers. Vous garderez sur vous les médicaments qui vous sont indispensables.

Chaussures / vêtements

• En hiver :

Habillez-vous chaudement ! Optez pour des vêtements adaptés à la pratique des sports d'hiver : sous-vêtements chauds en thermolactyl (maillots de corps, collants et/ou fuseau et/ou caleçon en polaire, chaussettes fines et épaisses), veste et pantalon chauds et étanches, pulls à col roulé en laine et en polaire, gants en thermolactyl pour enfiler sous les moufles, écharpe, bonnet, chaussures fourrées ou bottes après-ski, doudoune et parka. Privilégiez la micro-polaire, la laine ou la matière synthétique, pour des vêtements respirants, et bannissez le coton et le jean. Dès la mi-janvier, glissez également dans vos bagages une paire de lunettes de soleil, de la crème hydratante sans eau pour les lèvres et une crème de protection solaire.

Un sac souple pour vos affaires personnelles lors des excursions vous sera également utile, ainsi qu'un masque anti-froid pour les excursions optionnelles (disponible dans les magasins de sports).

• En été :

Privilégiez les vêtements légers et confortables tels que tee-shirts et pantalons de randonnée. Pensez aussi à une paire de chaussures de marche.

Pour le soir, prévoyez une polaire légère ou un ou deux pull-overs.

Vous vous protégerez du soleil avec une casquette ou un chapeau, des lunettes de soleil ainsi qu'une bonne crème solaire. Enfin, prévoyez un répulsif contre les moustiques.

POUR EN SAVOIR PLUS

Courant

220 V. Les prises sont identiques à celles que l'on trouve en France.

Pourboires

Si votre voyage vous a apporté satisfaction, vous pouvez laisser un pourboire au chauffeur et au guide (prévoir environ 3 € par jour et par personne pour le guide et 2 € par jour et par personne pour le chauffeur).