

## CANADA - RETOUR AUX SOURCES (CANCTRS1)



**7h45**



**-6h**

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide. Vous trouverez dans cette fiche technique des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

**FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS DU 19/12/2022 AU 11/03/2023 inclus**



Bienvenue à la Pourvoirie du Cap au Leste ! Surplombant le majestueux fjord du Saguenay et au cœur de la forêt boréale enneigée, cette idyllique auberge en bois saura vous charmer par son authenticité, son ambiance chaleureuse et sa vue à couper le souffle. En couple, entre amis ou en famille, découvrez toutes les activités hivernales qui font la légende du Grand Nord québécois : motoneige, traîneau à chiens, balades en raquettes et initiation à la survie en forêt. À ce séjour au cœur de la nature, vous ajouterez les visites de Montréal et Québec.

## VOTRE VOYAGE

L'itinéraire est donné à titre indicatif. Il peut être modifié en fonction des arrivées et des départs des vols internationaux, des conditions climatiques, des transports intérieurs et des lieux d'hébergement. Nous vous indiquons le nombre de kilomètres parcourus ainsi que la durée estimée du temps de transport. Cette dernière peut varier en fonction des conditions climatiques et du trafic.



## ITINERAIRE

### Jour 1 : Paris – Montréal

Envol pour Montréal et transfert vers le centre-ville de Montréal. Installation à l'hôtel Delta 4\*. Dîner et temps libres. Vous pourrez, au gré de vos envies, découvrir le Vieux-Montréal, la rue commerçante Sainte-Catherine et son réseau souterrain, admirer la vue depuis le mont Royal et déguster quelques spécialités locales comme la poutine ou le sandwich "smoked meat" (à la viande fumée). Nuit.

### Jour 2 : Montréal – Québec – Sainte-Rose-du-Nord • (505 km/env. 5h45)

Route vers Québec. Déjeuner typique dans une cabane à sucre avec visite de l'érablière du Lac Beauport et de leur camp du trappeur. Puis, direction le nord, dans la région du Saguenay.

Installation pour 5 nuits à la Pourvoirie du Cap au Leste 4\* qui offre une vue époustouflante sur le fjord du Saguenay. Dîner. Nuit à la pourvoirie.

### **Jour 3 : Pourvoirie du Cap au Leste • Motoneige**

Paradis de la motoneige, explorez la région sur les sentiers balisés aux commandes de votre bolide. Avant le départ, rencontre avec votre guide motoneigiste qui vous fera découvrir cette activité phare du Québec et vous remettra votre combinaison "grand froid". Après quelques explications sur les rudiments de la conduite et les règles de sécurité, embarquez à 2 par motoneige pour une évasion grisante au travers des paysages sauvages. Déjeuner dans le village de Sainte Rose du Nord, moment idéal pour échanger vos premières impressions. Votre motoneige bien en main, c'est plus confiant que vous entamerez cette deuxième partie de la journée. Appréciez le fantastique décor qui défile au fur et à mesure que vous vous approchez de la pourvoirie. Dîner. Après cette journée, nul doute que vous dormirez comme un bébé ! *En option avec supplément (à partir de 85\$ CA par personne) : offrez-vous une sortie nocturne en traîneau à chiens (env. 1h30)*

### **Jour 4 : Pourvoirie du Cap au Leste • Raquettes, glissades et hockey**

Balade accompagnée en raquettes qui vous mènera jusqu'au phare qui trône sur la rive du fjord. Respirez et admirez la splendide vue depuis la terrasse du phare. Retour à l'auberge et déjeuner. Cet après-midi, initiez-vous au sport local : le hockey sur glace ...sans patins ! Et expérimentez les glissades sur chambre à air... Fous rires garantis ! Dîner. Soirée feu de camp à la belle étoile sur l'immense domaine du Cap au Leste. Tendez l'oreille pour écouter les bruits de la faune locale et ouvrez grands les yeux pour contempler le ciel étoilé. Si vous le souhaitez, prenez part à une marche aux flambeaux.

### **Jour 5 : Pourvoirie du Cap au Leste • Traîneau à chiens**

Devenez "musher" le temps d'une demi-journée. Rencontre avec les huskies : fringants, les chiens n'attendent que vous pour partir en balade. Sous la houlette du guide-musher, vous apprendrez les rudiments de la conduite d'un attelage. Partez à la conquête des sentiers enneigés et glissez en parfaite harmonie avec la nature grandiose. Déjeuner à l'auberge. Après-midi détente pour profiter de la piscine et du sauna traditionnel qui offre un panorama de rêve. Dîner et nuit. En option, avec supplément (à partir de 80\$ CA par personne) : prolongez le plaisir en vous offrant une sortie nocturne en motoneige. Nuit.

### **Jour 6 : Pourvoirie du Cap au Leste • Raquettes et survie en forêt**

Ce matin, partez pour une balade en raquettes, guidée par un spécialiste de l'interprétation de la faune et de la flore. En sa compagnie, vous découvrirez la diversité des écosystèmes de la région. Déjeuner. Poursuivez par une initiation à la survie en forêt. Votre guide vous expliquera le principe de la pêche sur la glace et comment préparer un feu sur la neige pour se réchauffer et cuire le poisson sitôt pêché. Puis, vous apprendrez à construire un "quinzy", un abri d'origine amérindienne, cousin de l'igloo. Restitution de l'équipement. **Dîner et nuit à la pourvoirie.**

### **Jour 7 : Sainte-Rose-du-Nord – Québec – Wendake • (270 km/env. 3h30)**

Transfert vers Québec et visite libre de la ville. Fondée par Samuel de Champlain, la "vieille capitale" fut le premier centre urbain d'Amérique du Nord à figurer sur la prestigieuse liste des villes du Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Ne manquez pas le célèbre château Frontenac, les plaines d'Abraham, la place royale, le quartier du Petit-Champlain, etc. En option, avec supplément (à partir de 20\$ CA par personne - minimum de 10 personnes), visite guidée de Québec à pied. Déjeuner libre. Transfert vers Wendake et installation à l'Hôtel-Musée Premières Nations 4\*. Cet hôtel, aux

abords de la rivière Akiawenrahk, est également un musée consacré à la culture huronne-wendat. Les matériaux nobles comme la pierre, le cuir et le bois se conjuguent au design contemporain, créant une architecture remarquable qui vous fera vivre une expérience des plus authentiques. Dîner libre. Nuit à l'hôtel.

(Pour les arrivées des 19 et 26 décembre, l'hébergement s'effectuera dans le Vieux-Québec à l'hôtel Delta by Marriott 4\*).

**Jour 8 : Wendake – Montréal – Paris • (275 km/env. 3h)**

Le matin, vous remontez le cours du Saint-Laurent par la route jusqu'à Montréal. Déjeuner libre. Selon vos horaires de vol, temps libre pour "magasiner" avant votre transfert vers l'aéroport pour votre retour en France.

**Jour 9 : Arrivée à Paris**

Arrivée en France.

**REMARQUE**

**Attention :** Pour les arrivées des 19 et 26 décembre 2022, l'hébergement du jour 7 s'effectuera dans le Vieux-Québec à l'hôtel Delta by Marriott 4\*.

## FORMALITES & SANTE



### VALIDITE DU PASSEPORT POUR LE VOYAGE

Passeport obligatoire en cours de validité. Depuis le 10/11/2016, chaque voyageur doit obtenir une autorisation de voyage (**AVE** : autorisation de voyage électronique obligatoire), plusieurs jours avant son départ sur le site officiel :

<http://www.cic.gc.ca/francais/visiter/ave-commencer.asp> (7\$CA/pers., à payer en ligne) ; l'autorisation reste valable 5 ans.

**Attention : billet d'avion + AVE + passeport au même nom (nom de jeune fille pour les femmes mariées).**

**Enfants mineurs accompagnés d'un des deux parents :** l'enfant doit obligatoirement avoir son propre passeport valide.

**Enfants mineurs non accompagnés d'un des deux parents ou ne portant pas le même nom:** l'enfant doit obligatoirement avoir son propre passeport valide, accompagné d'une autorisation de sortie du territoire. Nous vous rappelons qu'une autorisation de sortie du territoire est nécessaire pour tout mineur résidant en France, quelle que soit sa nationalité, qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents ayant l'autorité parentale. Pour plus d'informations: <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1359>.

**Conseil : gardez sur vous en permanence une photocopie de votre passeport. Notez aussi le numéro de votre billet d'avion.**

*Ces informations sont données sous toute réserve de modifications. Nous vous invitons à vérifier les formalités avant votre départ.*

### ADRESSE UTILE

Ambassade du Canada  
130 rue du Faubourg Saint-Honoré 75008 Paris  
01 44 43 29 00

### SANTE, VACCINS, RECOMMANDATIONS SANITAIRES

À titre informatif (sous réserve d'une confirmation médicale) : pas de vaccin/traitement obligatoire/recommandé. Compte tenu du coût élevé des frais médicaux au Canada, nous vous conseillons de prendre une assurance médicale avant votre départ. En effet, la Sécurité Sociale Française ne rembourse pas les frais médicaux à hauteur de ceux engagés au Canada. N'hésitez pas également à prendre contact avec votre mutuelle en amont afin de connaître vos modalités de remboursement à l'étranger. En cas de problème sur place, sachez que le numéro d'appel d'urgence est le 911 !

## INFORMATIONS PAYS

### Histoire et politique

Le Canada est un État fédéral constitué de dix provinces et de trois territoires. De par son histoire, le Canada est une monarchie constitutionnelle. C'est-à-dire que le Canada reconnaît un monarque comme chef de l'État, mais une Constitution (*un texte de loi qui fixe l'organisation et le fonctionnement de l'État*) limite ses pouvoirs. Le système politique du Canada est connu sous le nom de système de Westminster (*système démocratique basé sur le modèle du Royaume-Uni*). Le Canada a un système parlementaire avec de fortes traditions démocratiques. La plupart des pratiques législatives sont dérivées du Parlement britannique. C'est pourquoi on parlera de démocratie parlementaire.

### Economie

Le Canada est la dixième puissance économique mondiale en 2014 avec un produit intérieur brut de 1 887 milliards de dollars. L'économie canadienne est fortement liée à l'économie des États-Unis, en raison de la proximité géographique et de traités commerciaux : le traité sur l'automobile (1965-2001), l'accord de libre-échange canado-américain (ALE ou FTA en anglais) de 1989 et l'Accord de libre-échange nord-américain (ALÉNA) de 1994. Le Canada dispose de grandes réserves de ressources naturelles (bois, pétrole, minerais) et d'une population active très formée, et a connu une croissance annuelle moyenne de 3 % depuis 1993.

### Culture et religion

Le Canada est un pays marqué par une **grande diversité ethnique et religieuse**, avec une majorité de catholiques. Parmi les nombreuses communautés, on compte aussi des protestants, des musulmans, des orthodoxes, des juifs et des hindouistes. Sans oublier les cultes des peuples des premières nations.

### Langue

Le Canada a deux langues officielles, le français et l'anglais. Au Québec, c'est le français qui a la priorité et celui-ci est d'ailleurs fortement revendiqué !

### Souvenirs et Artisanat

Le sirop d'érable est le produit emblématique du Canada par excellence. Il existe toutes sortes de dérivés : sucre d'érable (bonbons), beurre d'érable (à tartiner), sucette à l'érable, tire d'érable, cornets à l'érable, biscuits feuille d'érable, etc. Le Caribou est cet alcool réputé : il est fait à base de vin (ou porto) et d'alcool blanc. Vous trouverez une variété impressionnante de t-shirts (ou maillots) dans les boutiques souvenirs. Du classique "J'aime le Canada" aux t-shirts avec des expressions québécoises imprimées. Le chapeau de trappeur est le fameux chapeau de fourrure avec une queue "à la Davy Crockett". Les prix affichés sont hors taxes. Celles-ci varient en fonction des Provinces mais sont en moyenne de 15%. N'oubliez pas de les ajouter au tarif indiqué pour avoir une idée du prix réel de l'article.



### **Savoir-vivre et coutumes**

Les Québécois sont réputés, à juste titre, pour leur sens de l'accueil et leur gentillesse. Il est très facile d'établir de bons contacts avec eux, à condition de respecter ces deux règles du savoir-vivre québécois : simplicité et amabilité. Cela pourra vous surprendre mais les Québécois adoptent le tutoiement aisément... avec respect et bienveillance. Lorsque vous rentrerez dans une boutique, on vous accueillera avec un "Salut, tu vas bien ?". Dans ce pays majoritairement anglophone, le québécois est forcément influencé par l'anglais : la réponse à votre merci sera "Bienvenue" (you are welcome), le dentifrice se dit "pâte à dents" (toothpaste) et lorsqu'on se promène, "on va prendre une marche" (take a walk). Bref, tendez bien l'oreille, vous apprendrez certainement de nouvelles expressions !

## INFORMATIONS CIRCUIT

### BON A SAVOIR

- Ce circuit peut regrouper des voyageurs d'autres agences.
- De 14 à 18 personnes maximum durant les activités.
- La durée et l'ordre des activités est donnée à titre indicatif et peut être modifiée en fonction des conditions climatiques ou autres événements imprévus.
- Un accès piscine et sauna durant le séjour à la Pourvoirie du Cap au Leste.
- Pour la pratique de la motoneige, un permis de conduire valide et une carte de crédit internationale au nom et prénom du conducteur sont requis, il faut être âgé d'au moins 21 ans pour la conduite et de minimum 12 ans pour être passager.

### REMARQUE

- Les kilomètres ainsi que la durée estimée du temps de transport sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction des conditions climatiques, du trafic, des hôtels réservés et des routes empruntées.
- Pour des raisons techniques, l'itinéraire proposé peut être inversé et l'ordre des visites modifié, mais cela ne change en rien l'intérêt ou la faisabilité du programme.
- Certaines visites et autres activités en extérieur, dépendent des conditions météorologiques.
- En cas de non disponibilité de la classe de vol prévue, des suppléments seront appliqués et à régler par le client au moment de la réservation.

### ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT

Parlant français, votre guide-accompagnateur est un local, spécialisé sur ce type de circuits. Vous le rencontrerez à l'arrivée de votre vol. Il vous fera partager l'amour pour son pays, ses connaissances sur les régions visitées, tout en assurant la coordination au bon déroulement du programme.

### NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Ce circuit ne comporte pas de difficultés particulières.

### LISTE DES HEBERGEMENTS (à titre indicatif)

---

**Montréal** : Hôtel Delta 4\* ou similaire.

**Sainte-Rose-du-Nord** : Pourvoirie du Cap au Leste 4\*.

**Wendake** : Hôtel-Musée Premières Nations 4\* et à **Québec** : Hôtel Delta by Marriott 4\* pour les départs du 19 et 26 décembre 2022).



### **LA POURVOIRIE DU CAP AU LESTE**

Surplombant le majestueux fjord du Saguenay, la Pourvoirie du Cap au Leste offre un hébergement en chalets en bois construits dans la plus pure tradition québécoise. Ceux-ci s'intègrent dans leur environnement naturel, et offrent confort et atmosphère chaleureuse. Les chambres n'ont pas de télévision ni de téléphone afin de vous permettre de profiter de la nature et de lâcher prise.

- La pourvoirie se compose de 5 chalets composés de 1 à 10 chambres.
- Logement en chambre standard : trois chalets à proximité de l'auberge principale et un chalet en contre-bas, comptent un salon commun avec poêle à bois et 6 à 9 chambres standards pour 2 à 4 personnes maximum, composées d'un lit double plus un lit simple ou 2 lits superposés. Toutes les chambres sont équipées d'une salle de bain privée avec douche.
- En option, avec supplément, logement en chambre Deluxe : deux chalets à mi-pente de l'auberge principale, comptent 6 chambres supérieures vue fjord pour 2 à 4 personnes maximum. Garnis d'un balcon commun sur les façades face au fjord, ces chalets abritent des chambres spacieuses, équipées d'un lit double auquel s'ajoutent 2 lits simples pour les occupations triple ou quad. Toutes les chambres sont équipées d'une salle de bain privée avec douche.
- Petite piscine et sauna accessible 1 fois par semaine.
- 1 restaurant de cuisine traditionnelle.
- 1 bistro-bar avec vue sur le fjord.
- Wifi gratuit à l'auberge principale.

### **VENTE DE CIRCUIT SANS LES VOLS DU PACKAGE**

**Vente de la prestation terrestre au Canada sans les vols du package ou avec un retour différé :**

Cette option est possible, sur demande. Nous consulter.

### **INFORMATIONS PRATIQUES**

Ce séjour multi-activités offre une formule complète aux journées bien remplies. Il est important d'être ponctuel aux rendez-vous donnés par le guide car les retards peuvent remettre en cause l'organisation des activités prévues.

### **TRAÎNEAU À CHIENS**

L'activité se fait à 2 par traîneau. Un conducteur debout en arrière et un passager assis dans le traîneau. Une alternance de conduite peut se faire durant la journée. Noter que la région du Saguenay présente un relief accidenté, l'activité est sportive, vous aurez, par moment, à aider les chiens pour monter certaines côtes.

## MOTONEIGE

### Permis de conduire et conduite

La pratique de la motoneige demande une bonne condition physique. **Cette activité est ouverte à tous à partir de 21 ans pour le pilote (possédant un permis de conduire valide)**. Le permis de conduire et la carte de crédit internationale devront être présentés lors des formalités de prise en charge de la motoneige. Par contre, il n'est pas nécessaire d'avoir un permis international. Le passager n'est pas obligé de posséder un permis de conduire. Même s'il est aisé de conduire une motoneige, la pratique de cette activité nécessite prudence et sens des responsabilités comme sur une route régulière. La conduite se fait sur des sentiers spécifiques et réglementés. Les parcours évoluent à double sens sur lac ou en forêt. Le respect du code de la route et des limitations de vitesse sont de la responsabilité de tout conducteur.

### Enfants

L'âge minimum pour être passager est minimum 12 ans. L'autorisation d'être passager pour un enfant dépend de la taille de l'enfant. Les pieds doivent toucher les cale-pieds de la motoneige afin d'offrir une assise sécuritaire. Le casque obligatoire doit aussi être à la taille de la tête de l'enfant pour être maintenu en place. Merci de noter que la place en arrière du guide-motoneige n'est disponible que pour les enfants d'une famille composée de 2 adultes + 3 enfants de 12 à 20 ans ou 1 adulte et 2 enfants de 12 à 20 ans. Une décharge des responsabilités devra être signée sur place.

### Assurance et rapatriement

L'assurance médicale et rapatriement n'est pas incluse dans nos forfaits. Il vous est fortement conseillé de consulter votre assureur afin de vérifier avant votre départ que vos polices d'assurances couvrent les risques liés à la pratique d'activités récréatives au Canada. L'assurance responsabilité civile (obligatoire) est incluse dans tous nos programmes à hauteur de 2 000 000 \$ CA. Cette assurance responsabilité civile couvrira le client des dommages occasionnés aux tiers. **Nous offrons le rachat franchise sur la location de la motoneige ramenant ainsi la caution à 0\$ sur les bris de la motoneige** en cas d'accident et lors d'une utilisation normale du véhicule.

Le rapatriement d'une motoneige endommagée et non utilisable dont la cause est imputable au conducteur, ainsi que l'abandon de la motoneige, reste à la charge du client et n'est pas couvert par notre assurance rachat-franchise. Ces frais sont à régler sur place par le client. Si la motoneige brisée est inutilisable et que le client désire une autre motoneige, l'attribution d'une autre machine est possible dans la limite des stocks disponibles. Une caution de 1 750 \$CA sera prise par empreinte de carte de crédit sur cette seconde motoneige attribuée.

Au Québec, chaque conducteur est responsable de sa motoneige. Qu'il soit ou non fautif des dommages causés à son véhicule (même en cas de feu, vol et vandalisme).

Notre but étant de vous procurer le séjour le plus plaisant possible, nous vous demanderons de garder en tout temps la maîtrise de votre véhicule, il en va de votre sécurité et de celle des autres usagers.

**A noter**

Si un groupe compte un nombre impair de participants et que l'activité est prévue sur une base de deux personnes par motoneige (DUO), un supplément sera appliqué pour la personne devant être seule (SOLO) sur une motoneige.

La consommation de boissons alcoolisées ou de substances illicites n'est pas autorisée avant toute activité de motoneige. En vertu de la Loi gouvernementale provinciale du Québec sur les véhicules hors route (Chap.V1-2, R.1 – Article 70), « Nul ne peut conduire ou avoir la garde d'une motoneige alors qu'il est sous l'influence de l'alcool ou d'une drogue ».

[http://www2.publicationsduquebec.gouv.qc.ca/dynamicSearch/telecharge.php?type=3&file=/V\\_1\\_2/V1\\_2R1.HTM](http://www2.publicationsduquebec.gouv.qc.ca/dynamicSearch/telecharge.php?type=3&file=/V_1_2/V1_2R1.HTM)

## EXCURSIONS OPTIONNELLES

**A réserver et à régler sur place, fournis à titre indicatif, sujets à modification et à reconfirmation sur place. Tarif par personne en \$ CA.**

### Excursion nocturne en traîneau à chiens 1h-1h30

**A partir de 85\$ CA par personne**

Minimum 5 personnes

Le silence qui accompagne les traces du traîneau est prenant, même en journée. À la nuit tombée, le sentiment de communion avec les grands espaces canadiens prend une dimension toute particulière. Les chiens, que la nature a doté d'une très bonne vision nocturne, vous emportent à travers les plaines enneigées dont le manteau immaculé scintille sous la lune.

### Excursion nocturne en motoneige 2h

**A partir de 80\$ CA par personne**

Minimum 4 personnes

Le sentiment de liberté qui s'empare de vous lorsque vous filez sur les pistes à la lueur de vos phares n'a pas d'égal. De la pourvoirie au petit village de Sainte-Rose-du-Nord éclairé par quelques lueurs de fenêtres, laissez-vous porter par l'atmosphère quasi mystique du Saguenay, de son fjord et de ses étendues blanches.

### Visite guidée de la ville de Québec 2h

**20\$ CA par personne** de 10 à 18 personnes

**30\$ CA par personne** de 6 à 9 personnes

**40\$ CA par personne** de 4 à 5 personnes

Seule ville fortifiée en Amérique du Nord, elle est inscrite sur la liste des biens du patrimoine mondial de l'Unesco depuis 1985. Québec vous invite, du haut de ses imposants remparts, à remonter le cours des siècles : le Château Frontenac, les Plaines d'Abraham, la Citadelle, le quartier Petit-Champlain. Une visite inoubliable vous attend (*pourboire au guide de ville compris*).

## INFORMATIONS PRATIQUES



Avec majoritairement un climat continental humide, le Canada est soumis à des écarts de température importants entre les saisons. Des hivers rudes neigeux avec des températures pouvant descendre jusqu'à  $-20^{\circ}\text{C}$  en janvier et des étés chauds avec un thermomètre qui peut grimper jusqu'à  $30^{\circ}\text{C}$  en août.



Pour les repas non compris, prévoir entre 10 et 50 \$CAD par personne, du « fast food » à la brasserie. Au restaurant, il est obligatoire de laisser 15% pour le service car il n'est jamais inclus dans les additions. Les serveurs, qui ont un salaire fixe très bas, vivent grâce aux pourboires. Si vous payez avec une carte de crédit, 3 choix de pourcentage vous seront suggérés ou vous pouvez rentrer vous-même le montant souhaité. Ne manquez pas de goûter à la célèbre poutine !



Le pourboire (tip ou gratuity) fait partie de la culture, même s'il est en fonction de la satisfaction du client (et rares sont les clients insatisfaits par le service des canadiens), il est d'usage de laisser un pourboire au guide et au chauffeur en remerciement de leurs services. Nous conseillons 4 à 5 \$CA/jour/pers. au guide et 3 à 5 \$CA/jour/pers. au chauffeur. Pour les services combinés d'un chauffeur-guide, nous recommandons un minimum de 5 \$CA/pers./jour passés en circuit. La somme habituelle pour les guides locaux offrant les tours de ville, est de 3 \$CA/pers/guide. On laisse aussi 15% au chauffeur de taxi.



Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV sera une protection efficace pour votre objectif. Un téléobjectif de 80-135 ou 200 mm est très apprécié pour les photos d'animaux. Votre aimable diplomatie et votre courtoisie sont indispensables pour vous faire accepter des peuples rencontrés.



110 / 115 Volt. Les prises de courant canadiennes ont des fiches plates. Il est donc nécessaire de se munir d'un adaptateur universel.

## BOUCLER SA VALISE



Prévoyez une valise à roulette fermant à clef. Un petit bagage à main, pour vos affaires de la journée, une pochette ou ceinture de sécurité pour vos papiers.

### Chaussures :

Prévoyez des bottes chaudes (type Moon boots ou Sorel) pour les activités de traîneau à chiens et raquettes. Ces bottes doivent bien tenir aux pieds. Prévoyez aussi des chaussons ou pantoufles pour le soir.

### Vêtements :

Nous vous conseillons d'apporter :

- Gilets de laine et pull à col roulé ;
- Veste d'hiver (veste de ski ou équivalent)
- Chemises chaudes à manches longues ;
- Polaire ou sweat molletonné (bref, des vêtements chauds et souples)
- Sous-vêtements chauds et longs et/ou collants chauds ;
- Pantalons souples et amples, style jogging (éviter les jeans, inconfortables) pour mettre sous l'habit ;
- Pantalon hivernal chaud imperméable (pantalon de ski ou équivalent)
- Chaussettes épaisses en laine ou synthétiques et chaussettes plus minces ;
- Bonnet, gants de soie et de laine ou moufle ;
- Nécessaire de toilette ;
- Tube de baume anti-gerçures pour les lèvres ;
- Écharpe de laine ou col amovible en polaire ;
- Caméscope et appareil photographique ;
- Lampe de poche ou lampe frontale (sortie nocturne) ;
- Lunettes de soleil et lunettes de ski et... maillot de bain.

Le port de vêtements en coton est déconseillé. Nous recommandons fortement le port du faux-col lors des journées très froides. Possibilité d'acheter sur place des cagoules et faux-col (passe-montagne).

### **Vêtements Grand Froid pendant votre séjour à la Pourvoirie du Cap au Leste**

Un équipement est fourni pendant votre séjour à l'auberge. Celui-ci est parfaitement adapté et conçu pour offrir un confort optimum durant vos randonnées. Il se compose d'une veste, d'un pantalon et d'une paire de bottes que vous rendrez bien sûr avant de partir. Nous vous recommandons toutefois d'apporter vos mitaines ou gants.

Pour l'activité motoneige, cet équipement sera bien entendu complété par des gants de motoneige et un casque.

## VOYAGE ET PARTAGE

### **La vie en groupe**

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est nécessaire d'être ponctuel au rendez-vous donné par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent remettre en cause l'organisation des visites prévues.

### **Votre environnement**

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages. L'eau est un bien précieux dans de nombreux pays (désertiques ou non), ne la souillez pas (prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables). Les animaux que vous pouvez rencontrer sont chez eux, ne les dérangez pas et essayez de passer inaperçus... Enfin certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. Bref, ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide ! Si, malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons de la communiquer à votre agence.

### **Vos rencontres**

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont perçues différemment selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez, prenez le temps de créer des liens. Là aussi, écoutez les conseils de votre guide ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. Par exemple, si vous souhaitez prendre une personne en photo, demandez-lui toujours sa permission. Le meilleur moyen qu'elle accepte est d'avoir établi un contact préalable. Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté...) et éviter les comportements exubérants.

## RECOMMANDATIONS

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Assurez votre matériel vidéo et photo. - N'emportez jamais d'objets dont la perte serait source d'ennuis. - Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité. - Ne donnez pas l'impression de porter des objets de valeur en exhibant des T-shirt avec des marques apparaissant en gros. Cela vous fera paraître aussi riche que si vous portiez des bijoux. - Gardez un peu de monnaie sous la main, loin de vos économies, afin de ne pas devoir sortir une grosse somme à chacun de vos achats. - Suivez attentivement les conseils de vos guides locaux et accompagnateurs. - Ne laissez jamais vos objets de « valeurs » (argent, passeport, billets d'avions) « traîner » dans le véhicule, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel.

### BIBLIOGRAPHIE

Les Belles sœurs de Michel Tremblay.  
Un homme et son pêché de Claude-Henri Grignon.  
La Trilogie Le goût du bonheur (Gabrielle, Adélaïde, Florent) de Marie Laberge.  
Les Chroniques de Stéphane Laporte.  
Le plongeur de Stéphane Larue  
6 degrés de liberté de Nicolas Dickner

### MINI LEXIQUE

Bonjour : allo  
De rien, je vous en prie : bienvenue  
Cher : dispendieux  
Bavarder : jaser  
Petit déjeuner : déjeuner  
Déjeuner : dîner  
Dîner : souper  
Faire les magasins : magasiner  
Faire marcher : niaiser

**Nous vous souhaitons un très beau voyage !**