



## LAPONIE

### Danse avec les loups

8 jours / 7 nuits

Circuit découverte / randonnée (niveau modéré)



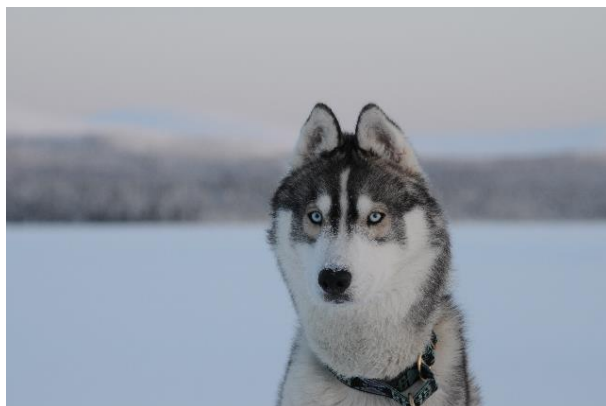
*Amoureux de la nature et des grands espaces, partez le temps d'une semaine, découvrir les splendeurs de l'hiver lapon !*

*Bien au-delà du cercle polaire, à la frontière entre la Suède et la Finlande, vous serez logé dans des chalets en pleine nature où règne une ambiance conviviale et authentique !*

*Au programme: traîneau à chiens, un raid traîneau de 2 jours avec une nuit dans une kota, une randonnée en raquettes et à skis pour découvrir la taïga et ses magnifiques paysages enneigés et une virée en motoneige! Ouvrez bien les yeux, vous risquez aussi de croiser rennes, lièvres, renards et lagopèdes !*

*Enfin, si la météo le permet, vous ferez la chasse aux aurores boréales et pourrez profiter d'un spectacle de toute beauté !*

*Un circuit authentique et dépaysant dans l'un des derniers grands espaces sauvages d'Europe.*



## POINTS FORTS

- Une semaine dans des grands espaces sauvages loin des centres touristiques
- Un programme multi activités complet
- Un hébergement chaleureux et convivial
- Un dépaysement total

## ITINERAIRE

### JOUR 1 : VOL PARIS KITTILA

Accueil dès votre arrivée à l'aéroport de Kittilä et transfert à votre hébergement. Dans la soirée ou le lendemain matin vous recevrez votre équipement grand froid.

Dîner et présentation du programme des activités qui vous attendent tout au long de la semaine.

*NB : l'ordre des activités sur cette fiche technique est à titre purement indicatif. Les programmes peuvent s'effectuer dans un ordre différent de celui de la présente fiche technique puisque vous êtes plusieurs groupes chaque semaine. Votre véritable planning vous sera communiqué par les responsables du lodge lors du dîner d'accueil.*

**Repas compris :** Dîner (selon horaires de vol)

**Transfert :** 2h30

**Hébergement :** Lodge

### JOUR 2 : JOURNEE MOTO NEIGE

La journée sera dédiée à une virée en moto neige. Vous serez deux par machine et vous vous relayerez pour le pilotage. Votre guide vous emmènera loin de tout pour éprouver les sensations que procure ce mode de progression typique des pays du Nord.

Une journée de conduite inoubliable où les pistes vous amèneront au cœur de la forêt boréale et des magnifiques paysages de la Laponie et parfois même sur quelques lacs gelés. Dans l'après-midi, retour au lodge pour retrouver la chaleur et le confort !

**IMPORTANT :** Pensez à prendre votre permis de conduire.

\*Il est possible de prendre l'option motoneige individuelle (85€/personne, à réserver à au moment de la réservation).

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner (pique nique) - Dîner

**Moto neige :** Parcours d'environ 60 km

**Hébergement :** Lodge

### JOURS 3 ET 4 : RAID EN TRAINEAU

Après le petit déjeuner, vous prendrez la route en direction de la Finlande où Pasi, Anna et leur équipe vous accueilleront sur leur base traîneau.

Premier contact avec leur meute d'Alaskans et d'Huskies et avec les mushers. Après quelques explications, un attelage de plusieurs chiens vous sera confié. Vous partirez alors seul sur votre traineau pour un raid entre forêts, lacs et marécages gelés, une expérience inoubliable !

Le premier jour, vous reviendrez au camp en fin d'après-midi, afin de vous occuper des chiens. Nuit dans une très belle «kota» traditionnelle, en mode trappeur avec poêle à bois et confort rustique.

Le deuxième jour, vous devrez vous occuper des chiens au réveil, juste avant le petit déjeuner. Vous partirez ensuite pour une seconde journée de raid.

Vous retournerez au lodge en début de soirée pour une douche chaude bien méritée et un sauna !

**Repas compris :** Petit déjeuner - Déjeuner – Dîner

**Transfert :** 1heure

**Raid :** 2 jours (30km/jour environ)

**Hébergement :** Kota (habitat traditionnel) le Jour 3, lodge le Jour 4



### **JOUR 5 : RANDONNEE EN RAQUETTES**

Le parcours sera adapté au niveau du groupe et de l'enneigement. Vous découvrirez les joies de la poudreuse (en général entre 50 cm et 1 mètre d'épaisseur !).

Vous prendrez un peu de hauteur en direction des collines. Vous marcherez le long d'une magnifique rivière et pourrez profiter de superbes paysages. Vous monterez ensuite sur la colline de Jerivaara qui domine la région autour de votre hébergement. Vous allez ainsi contempler une vue à 360° : cette colline est simplement magnifique si la neige est beaucoup tombée, en particulier en janvier et jusqu'à mi-février environ : un véritable paysage de carte postale !

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner – Dîner

**Marche** : Entre 3 et 6 heures en fonction du niveau des participants

**Hébergement** : Lodge

### **JOUR 6 : RANDONNEE SKI NORDIQUE**

Cette activité vous permettra de découvrir le quotidien des éleveurs de rennes à l'époque où les motoneiges n'existaient pas encore et où leur seul moyen de locomotion pour suivre et rassembler leurs rennes était le ski nordique.

Equipés de vos bottes grand froid et de vos skis, vous partirez pour une randonnée entre lacs et forêts magnifiques où il n'est pas rare de rencontrer des rennes, renards, lagopèdes ou encore des lièvres ! L'ambiance hivernale et le silence vous laisseront un profond sentiment de sérénité.

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

**Transfert** : 10 minutes

**Marche** : Environ 10 km

**Hébergement** : Lodge

### **JOUR 7 : JOURNEE LIBRE**

Vous pourrez décider de vous reposer au lodge et de profiter de la beauté de l'environnement et du silence, ou vous joindre à un groupe pour rencontrer Bertil, l'éleveuse de rennes, faire une autre journée raquettes, ski nordique, motoneige (*suivant disponibilité et en option, à réserver et à payer sur place*).

**Repas compris** : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner

**Hébergement** : Lodge

### **JOUR 8 : VOL RETOUR POUR LA FRANCE**

Selon vos horaires de vol, transfert à l'aéroport pour prendre votre vol retour.

**Repas compris** : Petit déjeuner

**Transfert** : 2 heures

#### **IMPORTANT :**

*Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.*

*Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout évènement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.*



## LE PRIX

### Le prix comprend

- Les vols internationaux
- Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- L'hébergement en lodge et kota comme indiqué au programme (en base chambre partagée de 4 personnes)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Les transferts comme indiqués
- Les activités comme décrites dans le programme (sujettes à modification en fonction de la météo)
- Le prêt du matériel et de l'équipement grand froid pour la réalisation des activités
- Un guide-accompagnateur spécialiste

### Le prix ne comprend pas

- Toutes prestations non mentionnées au programme
- Les repas non indiqués comme "compris" dans le programme
- Les activités en option à payer sur place
- La franchise en cas de casse de la moto neige (environ 1000€)
- L'option motoneige individuelle (85€ par personne)
- Les boissons
- Les pourboires
- Les dépenses personnelles
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier (15€)

*Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.*

## LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single
5. Des départs spéciaux pour les monoparentaux et leurs enfants

## VOTRE VOYAGE

### Le groupe

Il s'agit d'un circuit en regroupement avec des agences partenaires et donc non exclusif « Covoyageurs ». Vous serez 8 participants au maximum pour les activités mais 24 personnes au maximum dans le lodge.



## Niveau

Circuit Découverte / randonnée de niveau modéré (1 jour de marche). Nul besoin ici d'être un sportif de haut niveau, il faut aimer la vie en extérieur et avoir un minimum de condition physique. Ce séjour est un peu engagé car les activités sont longues et vous avez un raid traîneau de 2 jours avec nuit dans une kota.

Cette semaine de découverte de la Laponie et de ses activités hivernales est à la portée du plus grand nombre pour peu que l'on soit motivé, un minimum sportif et que l'on aime les activités en extérieur. Attendez-vous à bouger... Vous n'avez pas besoin d'une condition physique d'athlète mais il faut au moins aimer marcher durant 4 à 6 heures, en particulier pour la raquette et le ski nordique.

Le froid : vous serez bien équipés puisque nous vous fournissons les bottes, une salopette et une veste grand froid. Cela ne sera donc normalement pas un problème si vous respectez les consignes de notre fiche équipement et même s'il est possible que le thermomètre descende en dessous des -30°C ! Plus vous bougerez, moins vous aurez froid. Il est aussi possible d'acheter du matériel au lodge si le vôtre n'est pas adapté aux températures sur votre semaine.

Un petit conseil : plutôt que de rester passifs, participez et aidez vos guides. Fendez du bois, cassez la glace, cherchez de l'eau... Plus vous en ferez, plus vous aurez chaud et plus vous en saurez sur la vie dans le grand nord !

## Encadrement

L'encadrement est assuré par des guides spécialistes de leur discipline respective et passionnés par la Laponie.

## Activités

- Traineau à chiens : vous faites un vrai raid traîneau, 1 personne par traîneau, avec environ 30 km par jour et donc réservé à des personnes motivées pour vivre une telle aventure en pleine nature avec les chiens !

De plus, c'est un séjour où vous apprenez à vous occuper réellement de vos chiens pour vraiment comprendre ce qu'est la vie de chien de traîneau et de musher : votre participation active est donc indispensable sur ce séjour !

C'est une activité où vous êtes très impliqués et les chiens ne sont pas juste un moyen de locomotion pour se faire plaisir, ce sont des êtres vivants et des athlètes passionnants dont il faut s'occuper !

La sécurité est assurée par une motoneige qui reste dans les environs si besoin mais pas juste devant les traîneaux pendant le raid.

- Motoneige : Pensez bien à emporter avec vous votre permis de conduire ! Si vous souhaitez avoir votre propre motoneige, il est nécessaire de prendre l'option motoneige individuelle (100€ par personne) au moment de réserver le séjour et sous réserve de disponibilité.
- Ski nordique et raquettes : Il faut avoir un minimum de condition physique, puisque vous marcherez environ 4 à 6 heures par jour.

## Activité en option pour la journée libre

Ces activités sont proposées en fonction du nombre de guides disponibles et toujours avec un minimum de 4 personnes par groupe. Le choix de ces activités se fait sur place, ainsi que le paiement. Voici la liste des activités guidées possibles en option pendant votre séjour :

- Activité motoneige, 2 personnes par motoneige, 40km : 130€ par personne. Possibilité d'avoir une motoneige individuelle selon disponibilité, 85€ de plus par personne.
- Activité motoneige, 2 personnes par motoneige, 60km : 170€ par personne. Possibilité d'avoir une motoneige individuelle selon disponibilité, 85€ de plus par personne.
- Activité ski nordique depuis le lodge : 50€ par personne.
- Activité raquettes depuis le lodge : 50€ par personne.
- Activité raquettes après transfert voiture d'environ 45mn, vers les arbres candélabres (plutôt janvier et début février quand les arbres sont pleins de neige) : 50€ par personne.



- Raquettes dans les arbres candélabres : après un transfert voiture d'environ 45mn, randonnée de plusieurs heures à raquettes au milieu des arbres candélabres quand ils sont momifiés par la neige et la glace (principalement en décembre-janvier et début février) et vue magnifique sur la région depuis le sommet : 60€ par personne.
- Rencontre avec un éleveur Sami et ses rennes : vous passez une demi-journée avec Bertil, notre ami éleveur de rennes qui va vous parler de la culture Sami et de la vie d'éleveur de rennes en Laponie. Vous pourrez même donner à manger à ses rennes, vous serez au milieu d'eux. Déjeuner avec Bertil. Vous reviendrez ensuite au lodge pour apprendre à découper des blocs de glace à la scie pour ouvrir la « piscine » dans le lac ! 90€ par personne.
- Sortie nocturne à raquettes : vous partez dans la forêt avec vos frontales pour vivre une toute autre expérience que de jour ! Vous vous arrêterez avec votre guide pour faire un feu et profitez de la nature et de cette ambiance particulière pendant la nuit. Cette option est possible seulement quand il fait beau pour contempler les magnifiques ciels étoilés et surtout pour maximiser les chances d'observer les aurores boréales en pleine nature. 40€ par personne.

### Aurores boréales

Les aurores boréales représentent un phénomène naturel extraordinaire que de nombreuses personnes dans le monde rêvent de voir. En fonction de l'activité solaire, la zone d'observation des aurores sur terre varie. Il s'agit d'un anneau plus ou moins large. Dans tous les cas, votre lodge se trouve idéalement placée sur «la route des aurores» officiellement désignée par les 3 pays scandinaves comme la zone optimum pour voir ce spectacle incroyable ! Elles sont visibles jusqu'à 200 nuits par an sur cette fameuse route entre septembre et avril. Soyez donc vigilants et sortez dehors le soir quand il fait nuit et que le ciel est dégagé car elles peuvent durer seulement 20 secondes comme des heures entières, mais bien sûr elles ne sont jamais garanties ! Tous les soirs, nous guetterons le ciel, les sites internet de météo et de prévision d'aurores boréales afin de mettre le maximum de chances de votre côté pour les admirer et les photographier.

### **Transport**

Véhicules privés, motoneige.

### **Portage des bagages**

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...).

### **Repas/Boissons**

- Les petits déjeuners et dîners sont pris à l'hébergement.
- Les déjeuners sont pris sous forme de pique-nique sur le terrain.

La cuisine lapone n'est pas vraiment «gastronomique» : un menu unique sera proposé chaque soir, simple mais copieux car quand il fait très froid dehors, il faut une cuisine adaptée !

### **Hébergement**

Vous logerez dans un magnifique lodge situé sur plusieurs hectares en pleine nature, dans une forêt d'épicéas et face à un immense lac.

Cette base aventure accueille environ 24 personnes chaque semaine, dans une ambiance conviviale et détendue.

Le lodge comprend un bâtiment principal de 350 m2 où vous passerez beaucoup de temps en dehors des activités en extérieur. Vous y trouverez un salon très confortable avec vue sur le lac et les hautes collines de la région, une salle à manger pour les repas, un grand sauna avec douches si vous souhaitez profiter des traditions nordiques.

Il y a également à disposition le wifi et un ordinateur pour les personnes qui le souhaitent.

La nuit, vous serez logés dans un chalet indépendant d'environ 30 m2 chacun réservé pour 4 personnes. Il se compose d'une pièce avec WC et lavabo, un coin douche, un coin salon/canapé, une kitchenette équipée, un coin repas et 2 petites chambres avec chacune un lit superposé.

*Remarque : le ménage dans les chambres est fait avant l'arrivée de chaque occupant et non pendant le séjour. De plus, l'esprit du lodge est plus celui d'une chambre d'hôtes que d'un hôtel.*

Lors du raid, vous serez logé dans une magnifique kota traditionnelle de Finlande qui se trouve à côté du camp de base d'Anna et Pasi. Vous dormirez sur des couchages en bois avec tapis de sol, peaux de rennes et duvets. Il y a un poêle à bois pour chauffer. Bien sûr, c'est en mode trappeur, donc ni électricité, ni eau courante !

### **Aérien**

Les vols entre Paris et l'aéroport de Kittilä s'effectuent sur des compagnies régulières ou charter.

Vous recevrez votre convocation aéroport avec vos horaires d'avion définitifs quelques jours avant le départ. Pour vos réservations de pré et post acheminements, nous vous conseillons d'acheter des prestations (avion, train, hôtels, etc.) modifiables ou remboursables afin d'éviter tous risques de perte financière en cas de modification ou annulation de votre voyage.

Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants (liste non exhaustive) :

- Instruments tranchants comme les couteaux, rasoirs, limes à ongles, ou les ciseaux dont la lame dépasse 6cm
- Liquides, aérosols, gels et pâtes dans des contenants de plus de 100 ml (boissons, eau minérale, soupes, parfums, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, dentifrice, savons liquides, déodorants, etc...)
- Piles

Si vous avez des médicaments type inhalateur (asthme), traitements insuline, ou autres, munissez-vous d'une prescription de votre médecin ou de votre pharmacien.

Pour plus de précisions, consultez :

<http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagage-de-cabine/>

## **AVANT LE DEPART**

### **Formalités d'entrée:**

- Pour tous les ressortissants français, la carte nationale d'identité ou le passeport dont la validité est au moins égale à 6 mois à compter de la date de retour en France, est obligatoire. Il est toutefois recommandé de se munir d'un passeport, seul document reconnu par certains établissements (hôtels, banques,...)
- Aucun visa n'est nécessaire.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et sauf dispense, un visa est obligatoire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade de Finlande de votre pays de résidence.
- Les mineurs domiciliés en France et se rendant seuls en Finlande ou accompagnés d'une personne ne disposant pas de l'autorité parentale doivent être munis d'une autorisation de sortie du territoire et de la photocopie du titre d'identité de l'un de leurs parents.





Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site Service public : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1359>

*Nous vous recommandons de vérifier les informations ci-dessus avant votre départ auprès des autorités concernées (ambassades, consulats), puisque des modifications peuvent avoir lieu.*

**IMPORTANT :** Veuillez noter que lors de votre inscription, vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement.

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

#### **Pour plus d'informations :**

Ambassade de Finlande en France

1, Place de Finlande - 75007 Paris

Te : 01.44.18.19.20

Courriel : [sanomat.par@formin.fr](mailto:sanomat.par@formin.fr)

<http://www.finlande.fr/>

Ambassade de France en Finlande

Itäinen Puistotie 13 - 00140 Helsinki

Tel : 00358 961 8780

Courriel : [ambassade.france@welho.com](mailto:ambassade.france@welho.com)

Site Web : <https://fi.ambafrance.org>

Un site utile : <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/finlande>

#### **Santé**

- Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour entrer en Finlande, Il est conseillé de mettre à jour les vaccinations habituelles : diphtérie-tétanos-poliomyélite ainsi que rubéole, oreillons, et plus particulièrement la rougeole.
- Selon les lieux fréquentés et la durée du séjour, la vaccination préventive contre l'encéphalite à tique d'Europe centrale pourra être conseillée (séjour en zone rurale ou forestière). Il est conseillé de prendre l'avis de son médecin traitant ou d'un centre de conseils aux voyageurs.
- Une visite chez votre dentiste est nécessaire avant de venir si cela fait plusieurs mois que vous n'y avez pas été car avec la différence de températures, une carie peut mal réagir.  
Si vous avez la maladie ou le syndrome de Raynaud, merci de prendre vos précautions avec votre médecin et de nous le signaler au moment de votre inscription et il faut éviter de venir au mois de janvier.

*Demandez l'avis de votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.*

#### **Equipement**

##### **Bagage :**

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 12-15kg avec un seul bagage par personne.





Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 35/40L).

Tenue de voyage : vous allez débarquer de l'avion et marcher dehors avant d'avoir vraiment accès à vos bagages, puis au véhicule qui fait le transfert. Pensez donc à vous habiller chaudement (type tenue de ski classique) avec dans vos poches, votre bonnet, vos gants et aux pieds, au moins des chaussures de randonnée.

### **Vêtements :**

- Matériel grand froid (fourni durant le séjour) :

- un sac de couchage en duvet pour les raids à skis et pour le raid traîneau
- une veste et une salopette/pantalon grand froid, en particulier pour les activités motoneige et traîneau (marque Bergans)
- des bottes grand froid (marque Baffin)

Il vous faudra en plus :

- pantalon de ski
- veste type Gore tex ou anorak de ski pour les activités raquettes et skis
- sous-vêtements synthétiques (style Damart) et par-dessus des T shirts techniques manches longues plus ou moins épais. Notre avis : portez un seul haut en dessous de votre polaire en laine Merinos : ils sont très chauds, très agréables
- plusieurs polaires plus ou moins chaudes
- un bon collant spécifique pour le sport dans le froid (marque Odlo par exemple)
- une paire de chaussettes très chaudes si possible en laine (ou alors une marque excellente pour les grands frileux : la Tepap de Lorpen)
- cagoule polaire ou bonnet, voire avec un masque néoprène intégré pour les personnes sensibles du nez, des joues et de la mâchoire. L'idéal est d'avoir une bonne cagoule bien englobante et un masque néoprène à part, ainsi vous le mettez que s'il fait très froid. Pas besoin de masque néoprène pour les personnes venant en mars
- moufles double couches
- 1 frontale car les journées sont courtes en décembre, janvier et février (pensez à des jeux de piles de rechange) et pour les aurores boréales
- lunettes de soleil ou masque de ski pour se protéger du vent et de la lumière, surtout en février et mars
- crème solaire et stick pour les lèvres (la crème solaire n'est franchement pas nécessaire jusqu'à mi février à peu près !)
- chauffeuses pour les personnes sensibles au froid
- tenue de ville confortable pour le soir après les activités,
- chaussures de randonnée un peu chaudes ou après ski pour vous rendre au bâtiment principal pour les repas (celles avec lesquelles vous venez en Laponie suffiront)

Si bivouacs (nuits en dehors de la base aventure) :

- des chaussures de randonnée restent préférables à des «baskets» pour vous protéger de la neige
- la tenue avec laquelle vous avez réalisé l'activité : ou la tenue grand froid fournie, ou votre tenue personnelle
- chaussettes de rechange
- haut en laine ou synthétique
- polaire plus ou moins chaude

### **Couchage**

- un sac de couchage chaud vous sera fourni pour les nuits en dehors de la base aventure,
- prévoyez un «sac à viande» à mettre à l'intérieur du sac de couchage pour une question d'hygiène
- un tapis de sol simple en mousse vous sera fourni pour la nuit en cabane si vous faites un séjour avec raid à skis de 2 jours (Raid des loups) : si vous souhaitez un tapis de sol plus confortable type Thermarest, il sera nécessaire de le prévoir avec vous.

Petit équipement :

- des gants pour manipuler les chiens pour l'activité traîneau (des gants de travail pas chers feront parfaitement l'affaire)
- vos médicaments personnels
- thermos pour boire car même s'il fait froid, on se déshydrate. Privilégier les vrais thermos en inox si vous voulez vraiment garder la température toute la journée et mieux...L'idéal est 1 thermos par personne, minimum de 0,5l
- affaires de toilette (lingettes corporelles si bivouacs)
- papier toilettes + briquet pour brûler le papier
- maillot de bain pour le sauna,
- chaussons ou chaussures d'intérieur pour le lodge et les chalets : en effet, dans les pays nordiques, on enlève toujours ses chaussures à l'entrée des maisons et on reste en chaussettes. Si vous préférez, vous pouvez prévoir des chaussons ou autre à la place des chaussettes
- des boules Quies

Matériel photo / vidéo (facultatif)

- trépied obligatoire si vous souhaitez réaliser des photos d'aurores en pause longue,
- appareil photo débrayable en mode manuel avec pause longue, objectif grand angle idéalement qui ouvre au moins à f 2.8,
- éventuellement des petits gants fins pour faire les réglages mais sans avoir froid.

### Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : Aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire.

## INFORMATIONS PAYS

### Géographie & Climat

La Laponie est une région européenne quasi inhabitée, située au delà du cercle polaire et au nord de la Finlande, Norvège et Suède.

La température en Laponie peut varier de -40 °C en hiver (à l'intérieur des terres) à +27 °C l'été.

*Pour plus d'informations, n'oubliez pas de consulter les conditions météorologiques avant votre départ.*

### Budget & change

En Laponie suédoise, l'unité monétaire est la couronne suédoise. Toutefois, il est possible de régler en Euros pour tout achat effectué au Lodge.

Pensez au budget nécessaire pour vos dépenses personnelles et vos achats souvenirs.

### Pourboires

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire.

### Décalage horaire

Il y a + 1 heure de décalage par rapport à la France.

### Electricité

Prises de type européennes. Pas d'électricité dans la Kota.

### Photos & Vidéos



Pensez à vous munir de batteries ou recharges pour vos appareils.

Pour tout portrait photo ou vidéo des gens que vous allez rencontrer, pensez à leur demander leur autorisation.

## TOURISME RESPONSABLE

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

### Le Respect des Patrimoines

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

*Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :*

- *le respect des sites culturels: ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant!, ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

### Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

*Le respect des hommes se traduit par :*

- *une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie: respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*



- *la prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

### **Le Développement d'un Tourisme Equitable**

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

*Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :*

- *une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à maximiser les retombées économiques locales.*

### **La Qualité des Services et des Relations Humaines**

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !