



SUÈDE

# Multi activités en Laponie Suédoise



Multi-activités



Durée 6 jours



Niveau Facile



## Descriptif :

Partez à l'aventure dans le nord de la Suède ! Vous serez logé au cœur de la Laponie suédoise en cabane pour un impact minime sur l'environnement. Profitez de toutes les activités incontournables de la Laponie en hiver, uniquement pour vous et vos proches! Ce séjour est limité à 3 personnes, vos guides francophones vous seront donc entièrement dédiés et feront tout pour vous laisser des souvenirs inoubliables.



## Les points forts :

- Nuits en chalet en pleine nature
- Activités traditionnelles hivernales
- Découverte de la Suède en hiver

€ Budget

## Budget :

A partir de 1845€ par personne.

Disponible à partir de la dernière semaine de décembre.

D'autres dates sont possibles sur demande, nous consulter.

Ce séjour peut être adapté selon vos envies en sur-mesure: Les dates et la durée peuvent être modifiées, nous consulter

## Le prix comprend :

- 6 nuits en chalets
- Les repas du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 7
- Les activités décrites au programme
- Assistance logistique sur place
- L'encadrement par des guides francophones
- Le prêt du matériel pour les activités
- Assistance téléphonique disponible 24h/24 - 7j/7

## Le prix ne comprend pas :

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les boissons alcoolisées durant le séjour
- La randonnée chiens de traîneau : 3450 Sek/personne à régler sur place
- Ski nordique à la station de Vuollerim : 350 Sek/personne à régler sur place
- Les dépenses personnelles
- Le transport aérien

## Assurances au choix

- Assurance multirisque : 4,1 % du voyage par personne
- Assurance multirisque avec extension épidémie : 5,1 % du voyage par personne
- Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) : 5 % du voyage par personne
- Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) : 6,1 % du voyage par personne



## Jour par jour

## Jour par jour :

### Voyagez sur mesure !

Nous vous proposons un itinéraire que nous avons conçu. Celui-ci est indicatif et modulable. Sans engagement, prenez contact avec l'un de nos conseillers spécialistes. Il se fera un plaisir de composer avec vous l'itinéraire de votre choix, jour par jour dans un devis personnalisé et détaillé.

### JOUR 1

#### 📍 Arrivée à Luleå

Accueil à l'aéroport de Luleå. Route jusqu'à Vuollerim (130km), présentation de votre lieu de séjour, dîner au fire place et nuit au guesthouse KuksaCabin. Si les conditions sont favorables, c'est parti pour la chasse aux aurores boréales.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

---

#### JOUR 2

### 📍 Ski-Altai / raquette à neige

Petit-déjeuner, équipement et départ pour une première journée tout en douceur, pour prendre la température et s'acclimater. A l'aide de ski-altai ou de raquettes à neige, marche et découverte de la nature environnante pour arriver jusqu'à un petit lac au milieu de la forêt boréale. Déjeuner pique-nique autour d'un feu que nous construirons nous-même comme de vrais trappeurs. Retour jusqu'au chalet. Fin de journée libre, dîner et nuit. Si les conditions sont favorables, chasse aux aurores boréales.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

---

#### JOUR 3

### 📍 Motoneige

Petit-déjeuner, initiation, consignes de sécurité équipement et départ pour une randonnée arctique. A l'aide de nos motoneiges nous nous enfoncerons dans la forêt blanche. Nous emprunterons des pistes et des sentiers entre lacs gelés et taïga. Alternance de paysages figés par le froid. Sous la neige, la toundra étale son tapis de mousse et de lichen parmi les bouleaux arctiques et les saules nains. La lande marécageuse est elle aussi gelée abritant bruyère et baies. Un paysage de conifères, de pins, de sapins et d'épicéas formant par grand froid des arbres « candélabres ». Déjeuner pique-nique autour d'une fire place. Fin de journée libre, dîner et nuit au chalet.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

---

#### JOUR 4

### 📍 Journée trappeur & Cercle Polaire

Petit déjeuner et départ pour une grande journée de découverte. En 4x4 nous partons en direction de Nattavaara vaste superficie de forêt primaire bordant le parc national de Muddus classé au patrimoine mondial région de Laponie en 1966. Fortement marquée par les dernières glaciations, la partie sud que nous parcourons est constituée de plaines, de tourbières et d'une vaste forêt de taïga. Les paysages sont typiques et très authentiques. Nous évoluons essentiellement sur des pistes. Nous observerons les traces avec l'idée d'apercevoir, renne, élan et lagopède. A deux reprises nous passerons le cercle polaire. Déjeuner au surprenant fire place d'Arctic Circle Lodge où deux cabanes en rondins pourront même nous abriter en cas de météo extrême. Une journée d'exploration visuelle pour les amoureux de nature et les amateurs de photographie.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

---

## JOUR 5

### 📍 Village Sami de Jokkmokk

Petit déjeuner et départ pour le village de Jokkmokk (courbe de la rivière en langue Sâme). Situé à 15 kilomètres au nord du cercle polaire, Jokkmokk rassemble chaque année depuis six cent ans toutes les communautés du dernier peuple autochtones d'Europe SAMI, éparpillées de la Norvège jusqu'à la péninsule de Kola en Russie. Le village est empreint de cette culture nous y visiterons le musée Ajtte dédié à l'histoire et aux coutumes Sami. Nous découvrirons également l'artisanat lié à cette culture puis shopping. Déjeuner à Jokkmokk. Fin de journée libre. En soirée possibilité d'une session de ski Nordique à la station de notre village. Dîner et nuit.

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

---

## JOUR 6

### 📍 Journée libre ou chien de traîneau

Petit déjeuner et départ pour une randonnée au traîneau à chiens. Indissociable de l'esprit du grand nord, Huskys, Malamutes et Groenlandais n'ont qu'une envie, courir. L'excitation est bien palpable avant le départ mais une fois sur la piste plus aucun bruit si ce n'est le crissement de la neige sous les patins de votre traîneau. A deux sur votre traîneau, vous serez à tour de rôle passager et conducteur. Une excellente manière de découvrir cette formidable activité tout en profitant des paysages. Déjeuner autour du feu dans une magnifique kota (tippee en bois). Après déjeuner, vous profiterez d'un moment en compagnie des loulous pour des câlins et des caresses. Plus tard, retour au chalet, fin de journée libre, dîner et nuit. Si la météo le permet chasse aux aurores boréales.

\*Places limitées pour l'activité

🏠 Hébergement : [Chalet](#)

---

**IMPORTANT: L'ordre des journées est donné à titre indicatif. Pour votre sécurité, ce programme peut être modifié en fonction des conditions climatiques.**

**Ce séjour peut être adapté selon vos envies en sur-mesure: Les dates et la durée peuvent être modifiées, nous consulter**

+ En savoir +

## Détail du voyage

## Nombre de participants

De 1 à 3 participants

---

## Niveau

A partir de 14 ans uniquement.

---

## Esprit du voyage

Vous êtes pris en charge par vos guides francophones qui seront là pour vous.

La promesse d'un séjour rien que pour vous, une expérience permettant de s'initier à la vie dans le grand Nord

---

## Alimentation

Pension complète, petit-déjeuner, déjeuner et dîner au chalet

---

## Hébergement

Le Brändön Lodge dispose de fantastiques cabanes pour deux personnes, avec une salle de bains, une cuisine, un salon. Chaque chambre dispose de deux lits simples. Dans une chambre, les lits simples peuvent, sur demande, être transformés en lit double. Draps et serviettes inclus.

---

## Déplacement

Vols non-inclus.

Transfert aéroport / chalet inclus, nous communiquer vos horaires de vols

---

## Budget & change

Les Suédois n'ont pas adhéré à l'Euro.

1 Euro = 10.27 SEK (Janvier 2019)

Monnaie : couronne suédoise

Sur place, vous n'aurez pas besoin d'avoir beaucoup de monnaie. Quelques couronnes pour vos dépenses personnelles suffiront. Comptez 500 SEK

---

## Pourboires

Aucune politique de pourboire effective en Suède

---

## Equipement



## Matériel fourni sur place

Nous mettrons à votre disposition des équipements de grande qualité et d'une légèreté impressionnante, pour que vous passiez un séjour agréable sans souffrir d'inconfort:

Il faut prévoir toutes les sous-couches (voir paragraphe suivant)

---



## Vêtements à prévoir

Pour la suite du séjour, voici une liste d'équipement à prévoir :

Prévoir un système "3 couches" :

Pour l'habillement, la méthode multicouche est la meilleure. Il s'agit de porter plusieurs couches de vêtements dont les plus rapprochées du corps laissent facilement échapper la sueur. Les autres couches conservent la chaleur ou préservent le corps des conditions extérieures.

. La couche de base (à même la peau)

Sous vêtement chaud complets (collant et haut à manche longue)

. La couche intermédiaire

Un pull chaud ou fourrure polaire épaisse

. La couche extérieure

Elle vous coupe du vent et de la neige. Nous conseillons une veste de type GoreTex ou veste de ski chaude.

### Liste des vêtements conseillés:

- Chaussures imperméables ou chaussures de randonnée d'hiver ou après ski
- Tenue confortable pour les moments en chalet
- Des paires de chaussettes de laine
- Une veste chaude (veste de ski chaude ou doudoune)
- Un pantalon de ski ou combinaison
- Des pull-over chauds ou fourrures polaires
- Des sous-vêtements haut et bas. C'est la première isolation que vous aurez, soignez-la. Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles séchent très rapidement
- Une paire de gants imperméable / moufle (la chaleur circule mieux dans les moufles)
- Une paire de sous-gants
- Bonnet de laine
- Cache-cou ou passe-montagne
- Un maillot de bain
- Une serviette

N'hésitez pas en emporter le maximum d'équipement. Mieux vaut en avoir trop que pas assez et ne jamais sous-estimer le froid.

---



## Équipement à prévoir

- 1 paire de lunettes de soleil (type glacier)
- 1 sac 20L/30L pour vos activités à la journée
- 1 masque de ski (facultatif mais utile)
- 3 à 4 Chauffe main (pour les plus frileux)
- 1 trousse de toilette (à mettre en soute)
- 1 tube de crème solaire
- 1 tube de vaseline contre le froid
- 1 bâtonnet pour les lèvres
- Médicaments personnels
- Une lampe frontale



## Pharmacie

Il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels (aspirine, pansements, désinfectant local, coton, etc...).

# Formalités & santé

## Passeport

Passeport impérativement valide (vérifier la date d'expiration dès maintenant).

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site [diplomatie.gouv.fr](http://diplomatie.gouv.fr) )
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site [diplomatie.gouv.fr](http://diplomatie.gouv.fr)

## Visa

Pas de visa obligatoire pour les ressortissants européens.

## Carte d'identité

Carte d'identité impérativement valide (vérifier la date d'expiration dès maintenant)

À compter du 1er janvier 2014, la durée de validité des cartes nationales d'identité (CNI) délivrées aux personnes majeures passera de 10 à 15 ans. Attention, cette prolongation ne concernera pas les CNI délivrées aux mineurs qui resteront toujours valables 10 ans. Un décret vient en effet d'être publié en ce sens au Journal officiel du vendredi 20 décembre 2013. Cet allongement de 5 ans concernera à la fois : les nouvelles CNI délivrées à partir du 1er janvier 2014, les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013. Pour les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, cette prolongation de 5 ans n'impliquera aucune démarche particulière de la part des usagers, la date de validité inscrite sur le titre n'étant pas modifiée. Pour chaque pays acceptant la carte nationale d'identité comme document de voyage, le ministère de l'intérieur propose une fiche d'information traduite.

<http://www.interieur.gouv.fr/Actualites/L-actu-du-Ministere/Duree-de-validite-de-la-CNI>

---

## Vaccins

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives.

---

## Recommandations sanitaires

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs"

---

## Spécificités

Le voyage que vous avez choisi peut vous exposer à des températures très froides et dans des zones géographiquement éloignées de centre de soins médicaux. Nous vous proposons donc une liste de pathologies qui, bien que ne contre-indiquant pas formellement la réalisation de ce voyage, devraient vous encourager à consulter votre médecin traitant pour lui faire part de ce projet.

- Pathologies cardiovasculaires : maladie des coronaires (antécédent d'infarctus, de pontage, de stent, de spasme des coronaires ou angor de Prinzmetal) ; hypertension artérielle sévère non contrôlée par les traitements ; insuffisance cardiaque
- Pathologies respiratoires : bronchite chronique (BPCO), asthme (sous traitement au long cours, ou avec survenue de crises récentes)
- Pathologies neurologiques : épilepsie non contrôlée par le traitement (survenue de crises récentes)
- Pathologies endocrinologiques : diabète insulino-requérant déséquilibré. A noter que l'insuline peut geler et s'inactiver ; il est conseillé de toujours la garder dans une poche intérieure pour la protéger du froid.
- Autres : syndrome de Raynaud sévère (en raison d'une augmentation de la fréquence et de l'intensité des crises), drépanocytose, insuffisance rénale sévère, pathologies psychiatriques non équilibrées

De manière générale, toute pathologie chronique évolutive et non stabilisée est à prendre en charge avant d'entreprendre un voyage. Emportez vos traitements habituels ainsi qu'une ordonnance écrite en DCI (nom international des médicaments).

Cette liste est non exhaustive et nous vous conseillons de consulter votre médecin traitant pour faire une évaluation de votre état de santé et bénéficier de recommandations sanitaires. Il est également conseillé de mettre à jour les vaccinations habituelles et de commander gratuitement la carte européenne d'assurance maladie (<https://www.ameli.fr/assure/adresses-et-contacts/lobtention-dun-document/commander-une-carte-europeenne-dassurance-maladie-ceam>).

---

# “ Välkommen ”

Terre scandinave située à l'extrême Nord de l'Europe, la Suède attire les voyageurs adeptes des régions polaires par ses grands espaces et son histoire viking. Bordée à l'Ouest par la Norvège et à l'Est par la Finlande, la Suède a une taille similaire à celle de la France mais est sept fois moins habitée que cette dernière. De grands espaces dont 96 000 lacs, de nombreux fjords et des forêts de pins, occupent une grande partie du territoire. Afin de préserver cette nature fragile, le pays a reconnu 27 parcs nationaux pour permettre à de nombreuses espèces végétales et animales de se développer.

En hiver, la nature suédoise est silencieuse, mais si vous tendez bien l'oreille, vous pourrez peut-être entendre le glissement silencieux de traîneaux sur la neige. Pour visiter les paysages presque figés d'une quiétude absolue du pays, plusieurs options s'offrent à vous : le chien de traîneau pour vivre une expérience 100% nordique et authentique, la randonnée en raquettes à neige ou encore l'itinérance en ski de randonnée nordique et pulka (luge d'expédition).

À partir de début avril, la Suède se transforme laissant place au soleil de minuit. Le jour permanent chasse la nuit polaire pour permettre à ses voyageurs de profiter plus longtemps des paysages. Pour les amateurs de sport outdoor et d'aventure, la Suède offre de nombreux chemins de randonnée et la possibilité de beaux treks, parfaits pour s'évader et déconnecter de la vie quotidienne.

DÉCOUVREZ

## la Suède

### Quelques chiffres

---



Superficie :

**528 860 km<sup>2</sup>**



Population :

**10 040 995 habitants**



Décalage horaire :

**Aucun**

## Infos pratiques

---



Langue :

**suédois**

La langue officielle est le suédois mais une grande partie de la population parle également très bien l'anglais. Il est toutefois toujours apprécié de voir que les voyageurs tentent de parler la langue du pays.

Quelques phrases de base :

« *God morgon* » : Bonjour

« *God kväll* » : Bonsoir

« *Tack för hjälpen* » : Merci pour votre aide

« *Nej* » : Non

« *Ja* » : Oui

« *Hur säger jag « \_\_\_ » på svenska?* » : Comment dit-on « \_\_\_ » en suédois ?



Electricité :

**230 V**

Prises de type F identiques aux prises françaises.

Si vous dormez à l'auberge ou en chalet vous pourrez régulièrement charger les batteries de vos appareils électroniques. Attention, il n'y a pas l'électricité dans les cabanes !



Monnaie & change :

**Couronne suédoise**

Possibilité de payer en carte bleue, moyennant des commissions avec votre banque.

## Géographie

---

La Suède est bordée à l'Ouest par la Norvège et à l'Est par la Finlande.

Le pays fait partie de la Scandinavie. Il compte 96 000 lacs.

Le territoire est plat et compte de multiples îles dans le Sud. Le Nord est quant à lui plus montagneux notamment sur la fameuse Kungsleden.

## Us et coutumes

---

Les Suédois sont connus comme un peuple accueillant et chaleureux. Les pourboires sont en général compris dans la note mais on peut choisir d'arrondir au skr supérieur.

"Allemansrätten" est un concept suédois qui réside dans le droit d'avoir accès à la nature que ce soit terrestre ou maritime. Il est ainsi libre à tout le monde de pouvoir bivouaquer tant que cela ne dérange ni les habitants, ni la faune sauvage.

# Saisons, climat, festivités

## Printemps



Le printemps en Suède est une saison pleine de vie durant laquelle la neige fond. La nature suédoise reprend alors peu à peu ses droits. Les journées s'allongent et les aurores boréales continuent d'illuminer les nuits en Laponie jusqu'en mars.

### Activités

---



## Été



L'été annonce le début de la saison du soleil de minuit et du jour polaire. C'est la période où les journées rallongent et où les Suédois peuvent profiter de nombreuses activités en plein-air pour découvrir le pays et ses grands espaces : randonnées, trek, canôe, kayak....

### Activités

---



## Automne



À l'automne, les paysages de Suède se colorent. Les journées raccourcissent et les deviennent plus fraîches. C'est le moment parfait pour les amateurs d'activités outdoor de profiter des paysages colorés. Dans le Nord, les aurores boréales illuminent le ciel de Laponie.

### Activités

---



## Hiver



L'hiver en Suède, les paysages se recouvrent d'un épais manteau blanc, les températures descendent bas et les aurores boréales illuminent les nuits. C'est la période parfaite pour découvrir la laponie suédoise en randonnée raquettes ou en ski de randonnée nordique.

### Activités



# Climat & ensoleillement

## Stockholm

|                       | JANV.    | FÉVR.    | MARS     | AVR.     | MAI      | JUIN      | JUIL.     | AOÛT      | SEPT.    | OCT.     | NOV.    | DÉC.     |
|-----------------------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|---------|----------|
| Durée du jour         | 06h00    | 09h22    | 11h50    | 14h35    | 17h05    | 18h41     | 17h58     | 15h38     | 12h57    | 10h20    | 07h46   | 06h15    |
| Températures moyennes | -5° / 0° | -5° / 0° | -3° / 4° | 1° / 10° | 5° / 15° | 10° / 19° | 13° / 22° | 12° / 20° | 8° / 16° | 4° / 10° | 0° / 5° | -3° / 1° |

## Quand partir pour

|                        | JANV. | FÉVR. | MARS | AVR. | MAI | JUIN | JUIL. | AOÛT | SEPT. | OCT. | NOV. | DÉC. |
|------------------------|-------|-------|------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|
| Trek                   |       |       |      |      |     |      | ✓     | ✓    | ✓     |      |      |      |
| Randonnée              |       |       |      |      |     |      | ✓     | ✓    | ✓     |      |      |      |
| Croisière en voilier   |       |       |      |      |     |      | ✓     | ✓    |       |      |      |      |
| Observation animalière |       |       |      | ✓    | ✓   | ✓    | ✓     | ✓    | ✓     |      |      |      |
| Chien de traîneau      |       |       | ✓    | ✓    | ✓   |      |       |      |       |      |      |      |
| Ski                    | ✓     | ✓     | ✓    | ✓    |     |      |       |      |       |      |      |      |
| Raquettes à neige      | ✓     | ✓     | ✓    | ✓    |     |      |       |      |       |      |      |      |

## JOURS FÉRIÉS

# et festivités



### 06 juin : Fête nationale

Autrefois appelée "Svenska Flaggans dag". C'est le jour pour célébrer les nouveaux ou nouvelles Suédois(es) qui ont reçu la nationalité.



### Entre le 21 et 25 juin : Midsommar

La fête de Midsommar est l'une des plus célèbre et importante fête en Suède. Il s'agit de célébrer le solstice d'été et le jour le plus long de l'année. Couronnes de fleurs, fraises, et danses sont au programme !

NOTRE CAMP DE BASE

# en Suède



## Stockholm

### Stockholm

📍 [59.334591, 18.063240](#)

Camp de base en construction.