



VOYAGE EN FAMILLE

ISLANDE

La terre dans tous ses états

L'Islande est la plus grande île volcanique au monde. Ici, tu auras vraiment l'impression de vivre le Voyage au centre de la Terre, de Jules Verne. Volcans, cratères, coulées de lave, mousses vert fluo et fumerolles s'échappant du sol... Dans ces paysages irréels, tu te sentiras complètement déconnecté de la réalité et, sans cesse, tu te poseras la question : "Suis-je sur Terre ou sur la lune ?".

ITINERAIRE

• J1 - Tout près du cercle polaire

Vol Paris/Keflavík. Transfert à Reykjavík.
Nuit en auberge de jeunesse

• J2 - Des fumerolles partout !

Première énigme sur le plateau de Hellisheidi. Randonnée à travers le massif de Hengill puis la vallée des Fumées. Baignade en rivière avant de continuer dans la vallée du Parlement de Thingvellir.
3 heures de marche, dénivelé + 200 mètres / - 200 mètres. Nuit sous tente

• J3 - Le Cercle d'or

Découverte du geyser Strokkur et des chutes d'eau de Gullfoss. Tu gagnes les hautes terres, le long du lit du fleuve glaciaire Thjórsá avant de te balader sur un beau destrier, le fameux cheval islandais.
1-2 h de balade à cheval.

Nuit au refuge

• J4 - Des collines multicolores

Tu parviens au massif du Landmannalaugar. Le trésor peut s'y trouver ! Baignade dans une source chaude. Tu poursuis jusqu'à la faille d'Eldgjá.
3 heures de marche, dénivelé + 300 mètres / - 300 mètres. Nuit sous tente

• J5 - Vers les icebergs de la lagune

Traversée d'étendues de sable noir jusqu'au monolithe d'Ingólfshöfði. Observation de goélands bruns et de phoques. La route passe le long du Jökulsárlón et atteint le parc national de Skaftafell.
2 heures 30 de marche, dénivelé + 200 mètres / - 200 mètres. Nuit sous tente

• J6 - Le domaine des grands labbes

Randonnée dans les contreforts de Skaftafell. Cap vers les gorges de Fjarðrárgljufur.
dénivelé + 200 mètres / - 200 mètres. Nuit au refuge

• J7 - Où sont les elfes ?

Vue sur les glaciers de la côte sud. Arrêt aux chutes de Seljalandsfoss. Descente en kayak le long du littoral avant de retrouver Reykjavík. Visite du Saga Museum. Nuit au Viking Village.
1-2 h de kayak.
Nuit à l'hôtel

• J8 - Le trésor est en poche !

Vol pour Paris.



◉ GENERAL

• Important itinéraire

Le déroulement du programme est donné à titre indicatif. Les étapes peuvent être modifiées sur place pour des raisons météorologiques, de sécurité, d'organisation, d'horaires d'avion ou tout événement inattendu. Dans ces moments difficiles, le guide fera le maximum pour atténuer les effets de ces événements indépendants de notre volonté.

◉ VOTRE VOYAGE

• Le prix ne comprend pas

- Les repas des J1 et J8.
- Les boissons.
- Les assurances.
- Les frais d'inscriptions

Le tuyau : manger à Reykjavik pour un budget raisonnable est possible si l'on choisit un plat unique dans une brasserie : une cuisine copieuse et de qualité pour environ 15 €

Un verre de bière (1/2 litre) coûte environ 7 € dans un café ou au restaurant, 2,5 € au monopole des alcools.

• On se dit tout !

- Participation aux tâches journalières:

Nous vous demandons de monter et démonter votre tente ainsi que la tente mess, de participer à la vaisselle et d'aider au chargement et déchargement du matériel transporté par le véhicule. Votre aide à la préparation des repas sera toujours la bienvenue.

• Formalités spécifiques

CI ou passeport en cours de validité.

Pensez à faire une photocopie de vos papiers (passeports, carte d'identité etc..) et à garder précieusement une copie au fond de votre sac.

LES ENFANTS

A compter du 12 juin 2006, les enfants mineurs doivent être titulaires d'un passeport individuel. Toutefois, les passeports délivrés antérieurement au 12 juin 2006, qui font apparaître des enfants mineurs de moins de 15 ans sur le passeport de leurs parents, demeurent valables jusqu'au terme de leur validité normale. L'inscription sur le livret de famille ne suffit pas. A noter qu'un mineur voyageant sans ses parents devra également se munir d'une autorisation de sortie du territoire que vous pourrez obtenir auprès des services de votre préfecture de police.

• Caractéristiques du circuit

CLIMAT

Le climat général en Islande, contrairement aux idées reçues, est tempéré frais. Seul l'intérieur du pays enregistre en hiver de très grands froids. En été, la température moyenne est de 10 à 12 °, mais pratiquement, elle varie de 5 à 25°. Les chutes de neige sont vraiment rares. L'inconstance du temps qui provient de la rencontre entre les masses polaire, dense et sec du Groenland, avec un front d'air tiède et humide d'origine tropicale est la caractéristique essentielle du climat islandais. C'est pourquoi nous vous recommandons de vous équiper à la fois en vue du grand soleil et de la pluie. Attention, en septembre, les nuits sont plus fraîches (en dessous de 0°C).

Pour des informations plus précises, vous pouvez consulter le site météo sur Internet : www.vegagerdin.is/vefur2.nsf/pages/english.html (état des routes) et www.vedur.is/english/ (météo).

Bulletin météo en Anglais

Du 1er juin au 1er septembre, un bulletin d'information en anglais est délivré par ICELANDIC Broadcasting Corporation. Pour les nouvelles internationales et la météo, vous pouvez écouter la radio (FM 93.5 ou 92.4).

NIVEAU

Tranquille. 1 h à 3h de marche facile par jour avec légers dénivelés, bains dans les sources chaudes et découverte des sites naturels les plus marquants. Voyage itinérant.



• Budget sur place

On ne peut pas obtenir de Couronnes Islandaises en France. A votre arrivée à l'aéroport, vous trouverez un bureau de change.

Vous pourrez aussi changer dans certains hôtels de Reykjavik, à l'Office du Tourisme et bien entendu dans les banques. Presque tous les villages ont une banque et une poste.

Les banques sont ouvertes du lundi au vendredi de 09h15 à 16h00.

1 € = 180 IKR (en date du 25 janvier 2010)

Vous pouvez vous munir d'euros en liquide ou en chèques de voyage. Les cartes de crédit internationales sont acceptées aux guichets des banques et dans presque tous les commerces (Les cartes Visa, Master-Card, Euro-Card sont les plus répandues).

A votre retour, ne ramenez pas de devises islandaises en France, vous ne pourriez les échanger. Nous tenons à insister sur la facilité d'utilisation des cartes de crédit et ce, pour des sommes faibles. Ce qui permet de ne pas emporter trop d'argent liquide sur soi. Par exemple, il est possible d'acheter une bouteille de soda d'une valeur de 3 € et de la payer par carte.

• Pourboires

Nous vous recommandons un montant entre 20 et 30 € par participant. Ce sont des règles de savoir-vivre évidentes mais il ne nous paraît pas inutile de vous les rappeler. Toutefois, il est important de considérer que le pourboire, demeurant facultatif (n'étant pas une partie du salaire), doit être accordé en fonction de votre niveau de satisfaction du travail et des petites attentions de l'équipe locale.

• Aérien

Vols réguliers : Islandair, Iceland Express.

• Transport

Le réseau routier s'étend sur 12955 km dont 2458 km de pistes qui nécessitent l'utilisation d'un véhicule 4*4, le reste se répartissant entre routes goudronnées et routes carrossables.

Distances

Le tour de l'île « La route n°1 » : 1351 km

Reykjavik-Akureyri : 389 km

Akureyri-Egilsstadir : 266 km

Egilsstadir – Höfn : 247 km

Reykjavik-Egilsstadir : 654 km

Reykjavik-Höfn : 459 km

Reykjavik-Isafjordur : 457 km

• Encadrement

Accompagnateur islandais francophone ou français connaissant l'Islande.

• Nourriture

Nous nous efforçons de vous offrir une alimentation variée et équilibrée à base de produits islandais. Petits déjeuners copieux et variés, déjeuners pique-nique. Les dîners sont des repas chauds.

Toutefois, ne vous faites pas d'illusions. Un pays aux trois quarts désertique, grand comme un cinquième de la France et peuplé de 320 000 habitants ne pourra jamais proposer la même variété que les terroirs de votre pays.

Et pourtant ! Vous aurez l'occasion de déguster du poisson frais, de la viande d'agneau sauvage, d'excellents produits laitiers. Les Islandais produisent sous serre quantité de légumes frais : Tomates, poivrons, concombres, salades vertes, champignons de Paris... Les pommes de terre locales sont fermes et parfumées, de même que les carottes qui sont souvent cultivées sans traitements.

Petits déjeuners et dîners chauds, préparés et pris en commun sous la tente mess et sous la conduite de votre guide, déjeuners pique-nique en pleine nature, tel sera votre quotidien. Parions et espérons qu'à l'arrivée vous aurez été agréablement surpris.

• Hébergement

Nuits en camping, refuge et auberge de jeunesse.

◉ EQUIPEMENT

• Pharmacie personnelle

- Elastoplast et double peau.



- Antidiarrhéique.
- Antalgique.
- 1 collyre.
- Médicament pour la gorge.
- 1 anti-inflammatoire.
- 1 antibiotique à spectre large.
- Vos médicaments personnels.
- Crème solaire à ne pas oublier.

• Bagages

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Votre sac de voyage :

Il contiendra toutes vos affaires pour vos 8 jours de voyage. Pensez à voyager léger. Les bagages sont acheminés en 4x4 d'étape en étape.

- Votre sac à dos de la journée :

Chacun porte un petit sac à dos pouvant contenir les vivres de la journée (pique-nique, gourde, vêtement de pluie, veste chaude, l'appareil photo...)

• Vêtements

CONSEIL : De manière générale, nous vous conseillons de vous munir de vêtements qui sèchent rapidement, type Goretex.

Évitez les vêtements en coton, pas du tout adaptés à ces latitudes.

- parka ou veste de montagne.
- 1 vêtement haut et bas de protection contre la pluie (ciré marin, veste et sur-pantalon ou Gore Tex). Évitez le K-way, trop fragile, ainsi que la cape de pluie peu adaptée en raison du vent.
- chapeau de pluie / soleil (ou bonnet), gants, écharpe.
- 2 pantalons de toile épaisse.
- 2 pulls chauds ou laine polaire.
- 1 ou 2 pulls légers ou sweat shirts.
- 2 chemises chaudes.
- sous-vêtements chauds de type thermolactyl.
- plusieurs paires de chaussettes épaisses.
- maillot de bain et serviette de bain.
- serviettes de Toilette.

• Equipement

Les chaussures :

- une paire de chaussures de randonnée solides, imperméables et faites à vos pieds.
- une paire de tennis
- une paire de chaussons ou de sandales (on se déchausse dans chaque habitation)
- Bâton(s) de marche télescopique pouvant se ranger en soute (facultatif).
- Lunettes de soleil haute protection.
- Etuis et sac photo / piles de rechange.
- Films photo 50 / 100 iso.
- Paire de jumelles (facultatif).
- Loupe pour les botanistes (facultatif).
- Serviette éponge séchant rapidement.
- Petite trousse de toilette.
- Papier hygiénique + briquet.
- Epingle à nourrice, kit de couture, élastique.
- Couteau de poche (attention, pensez à le mettre dans le soute de l'avion).
- Gourde Thermos incassable minimum 1 litre.

• Couchage

- un sac de couchage chaud, en fibres synthétiques de préférence (indice -15°)

• Informations régionales

INFORMATIONS UTILES

Dernière mise à jour le 29/03/2010

ISL01F • La terre dans tous ses états • Page 4 sur 8



Conseil Islandais du tourisme : Gimi Laekjargata 3 –tél : 552 74 88
Höfudborgarstofa – le syndicat d’initiative de la ville de Reykjavík : www.visitreykjavik.is/, Adalstræti 2 – tel. 590 15 00
Ambassade de France : Tungata 22 – tél : 551 76 21
Icelandair : Laugavegur 7 – tél : 505 03 00
Terminal de bus BSI : Vatnsmyrarvegur 10 – tél : 552 23 00
Location de vélos : Central Reykjavik Travel Service – Tél : 511 24 42
Laverie self service : Baronsstigur 3 – tél : 552 74 99

REYKJAVIK

Centre d’informations touristiques : Bankastræti 2 – 101 Reykjavik

Si vous passez quelques temps à Reykjavik :

Thjóðminjasafn : le musée national qui a réouvert ses portes en septembre 2004 après six années de restauration.
Sudurgata 41 – tel. 530 22 00. Ouvert tous les jours entre 11h00 et 17h00. Fermé les lundis et les jours fériés en hiver.
Prix : 600 IKR – gratuit en-dessous de 18 ans - Gratuit le mercredi.

Thjodmenningarhusid - Culture House : La plupart des vieux manuscrits islandais du Moyen Age y sont exposés.
Hverfisgata 15 – Tél : 545 14 00. Ouvert tous les jours de 11h00 à 17h00.
Prix : 300 IKR, gratuit pour les enfants de moins de 16 ans. Gratuit pour tous le dimanche.

Listsafn Islands - The National Gallery
Nombreuses expositions d’art scandinave.
Adresse : Frikkirkjuvegur, 7 – Tél : 515 96 00 (en centre ville, au bord du lac Tjörnin)
Ouvert tous les jours de 11h00 à 17h00, sauf le lundi. Cafétéria.
Prix : 400 IKR par personne, gratuit pour les enfants de moins de 12 ans. Gratuit pour tous le mercredi.

Arbejarsafn - Arbaer Open air Folk Museum :
Musée en plein air retraçant l’évolution de l’habitat en Islande.
Artunsholt – Tél : 577 11 11. Ouvert tous les jours du 1er juin au 31 août, de 09h00 à 17h00 du mardi au vendredi et de 10h00 à 18h00 le samedi et le dimanche. Fermé le lundi.
Prix : 500 IKR, gratuit pour les moins de 18 ans. Cafétéria ouverte de 11h00 à 17h30.

Listasafn Einars Jonssonar – Einar Jonsson Sculpture Museum
Musée du sculpteur Einar Jonsson.
Adresse : Njardargata. – Tél : 551 37 97
Ouvert de 14h00 à 17h00, tous les jours sauf le lundi du 01/06 au 15/09. Le reste de l’année, le samedi et dimanche de 14h00 à 17h00. Fermé en décembre et en janvier.
Prix : 400 IKR par personne, gratuit pour les enfants de moins de 16 ans.

Listasafn Ásmundar Sveinssonar – Ásmundarsafn :
Musée installé dans l’ancienne maison du sculpteur Ásmundur Sveinsson.
Sigtún – tel. 553 21 55.
Ouvert tous les jours entre 10h00 et 16h00 de mai à septembre et de 13h00 à 16h00 d’octobre à avril.
Prix : 500 IKR - gratuit en-dessous de 18 ans, gratuit les lundis.

The Volcano Show : Projections de programmes commentés sur l’activité volcanique en Islande. Tous les jours à 10h00 et 20h00. Hellusundi 6A, Reykjavik. Tel : réservations : 551 32 30 ou 552 25 39.
Prix : 750 IKR pour les adultes et 200 IKR pour les enfants pour 1 h de projection, 950 IKR pour les adultes et 250 IKR pour 2 h de projection.

The Blue Lagoon : A 40 minutes de Reykjavik (bus de Grindavik), ouvert tous les jours. Résurgence d’eau de mer chaude aux propriétés curatives ; baignade au milieu des vapeurs, dans un décor insolite de coulées de lave, un des lieux favoris des islandais. Inoubliable. Prix : 1300 IKR, enfant de moins de 12 ans gratuit. Location de serviette de bain : 300 IKR.

Piscines d’eau chaude naturelles :
Parmi les plus agréables : Laugardalssundlaug, Sundlaug Vesturbæjar et la piscine d’Árbæjarsundlaug ainsi que celle de Seltjarnarnes.

Où manger à Reykjavík ?



Tous les types de restaurants existent : MacDonald's, Relais et Châteaux, pizzerias, restaurants asiatiques, et la nouvelle cuisine islandaise type fusion à base d'agneau sauvage et de poisson frais.

Quelques prix à la carte : comptez de 7 à 14 € pour une entrée, de 15 à 29 € pour un plat de poisson, de 29 à 44 € pour un plat de viande, de 7 à 14 € pour un dessert.

Le tuyau : Manger en ville pour un budget raisonnable est possible si l'on choisit un plat unique dans une brasserie : une cuisine copieuse et de qualité pour environ 15 €

L'Etat détient le monopole de la vente des alcools et du tabac. Un verre de bière (1/2 litre) coûte environ 7 € dans un café ou au restaurant, 2,5 € au monopole des alcools.

Office National du Tourisme d'Islande se trouve désormais en Allemagne, voici l'adresse :

Frankfurter – Strasse 181 – D - 63263 NEU-ISENBURG – Allemagne – tél : 01 53 64 80 50

E-mail : islande@icetourist.de – Site internet : www.icetourist.de/islande/

• Esprit du voyage

La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la Nomade attitude : patience et tolérance.

◉ BIBLIOGRAPHIE

• Bibliographie

Bibliothèque des pays nordiques – 6 rue valette – 75 005 Paris – tél : 01 43 29 61 00

◉ INFORMATIONS GENERALES

• Protection des sites

Quelque soit l'environnement dans lequel le voyageur se déplace, urbain ou plus naturel, il est de sa responsabilité de respecter l'endroit qu'il traverse. Voici quelques principes de base, applicables partout dans le monde. Un second paragraphe vous présente le cas échéant les problèmes environnementaux spécifiques au pays concerné.

- Eviter de laisser certains déchets sur place et les rapporter avec soi si le pays ne dispose pas d'infrastructure d'élimination des déchets. Par exemple : les piles et batteries, les médicaments périmés, les sacs plastiques.

- La rareté de l'eau est aujourd'hui un problème mondial. Même si le pays visité n'est pas a priori concerné par le manque, quelques réflexes doivent désormais faire partie du quotidien : préférer les douches aux bains, éviter le gaspillage, signaler les fuites éventuelles des robinets.

- Dans la plupart des hôtels vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé pour éviter la surconsommation énergétique et les émissions de gaz à effet de serre afférentes, de la couper systématiquement lorsque vous n'êtes pas présents dans la chambre. La climatisation n'est d'ailleurs pas forcément absolument nécessaire sous tous les climats.

- En balade, dans certains écosystèmes fragiles, ne pas sortir des sentiers ou conduire hors-piste, limiter le piétinement et ne pas rapporter de « souvenir » : cueillir des fleurs rares, ramasser des fossiles ou des pétrifications, etc.

• Attitude responsable

1) L'ESPRIT ATR

Être membre d'ATR (Agir pour un Tourisme responsable), c'est s'engager sur la limitation des effets négatifs que peut avoir une activité touristique et développer cette activité dans un objectif durable.

Cet état d'esprit correspond pleinement à ce que nous sommes chez Nomade et surtout à ce que sont nos clients.

En un mot, c'est voyager dans une attitude responsable au regard des pays et des hommes, sans laisser de trace ou presque.

2) LA CERTIFICATION

En janvier 2010, nous avons eu le plaisir d'obtenir la certification ATR, délivrée par l'AFNOR, organisme certificateur indépendant.

Ce label "Tourisme responsable" confirme notre engagement de spécialiste de l'aventure dans sa pratique du tourisme responsable.

Cette certification a été délivrée suite à un audit réalisé au sein de l'agence en décembre 2009 permettant de vérifier les engagements suivants :

- Développer un tourisme qualitatif et minimiser les effets pervers de l'industrie touristique.



- Impliquer et privilégier les populations locales dans le développement.
- Veiller au respect des hommes, des usages et des cultures des pays visités.
- Sensibiliser nos clients à ces problématiques.
- Favoriser la transparence de l'information vis-à-vis de nos clients et veiller à la qualité des services offerts.
- Mettre l'humain au cœur de nos préoccupations.
- S'engager en matière de lutte contre le CO2, de gestion des déchets, de préservation de l'environnement, de management des équipes et de partage des résultats.

Ces principes doivent être partagés par les membres de l'entreprise mais aussi par l'ensemble de nos partenaires, prestataires ou réceptifs. Cela fait maintenant plusieurs années que Nomade Aventure s'engage dans l'esprit ATR. L'AFNOR vérifiera chaque année, au sein de l'entreprise, le respect de l'ensemble de ces critères de certification et l'évolution de nos actions.

Toute l'information concernant la labellisation ATR sur le site www.tourisme-responsable.org

3/ NOS ENGAGEMENTS...

Préserver la planète

- Nomade met le paquet... et s'oxygène à la compensation CO2 pour lutter contre le réchauffement climatique ! Même s'il n'est pas possible d'annuler les émissions de CO2 liées à un voyage en avion, on peut les compenser. C'est-à-dire participer volontairement, à hauteur du coût de ses émissions de CO2, à des projets de développement solidaire permettant de les absorber considérablement.

Dès à présent, nous avons décidé de prélever sur notre rémunération, une somme calculée sur la base du CO2 émis, en accord avec le protocole de Kyoto qui préconise une compensation d'au moins 20% dans l'immédiat. Par ailleurs, nous compensons depuis deux ans 100% des émissions de CO2 liées aux déplacements professionnels de nos équipes.

Ces sommes prélevées financent, via la fondation Nomade Aventure, des projets comme la reforestation responsable et la création de pièges à carbone.

Elles sont de 1€ pour la France, 2€ pour les voyages moyen-courriers et 7€ pour les long-courriers. Ainsi, nous compensons à 100% toutes les émissions de CO2 sur la France et 20% partout ailleurs.

- Dans le même ordre d'idée, l'ensemble de la chaîne de fabrication de nos brochures est certifiée FSC - PEFC : des papiers entièrement recyclables et exempts d'acide, fabriqués à partir de fibres et de bois provenant de forêts gérées durablement (moins de 4% des forêts de la planète le sont) aux imprimeurs labélisés, sans oublier les usines qui les fabriquent.

Contribuer au développement des pays et des régions

- Parallèlement, nous identifions des initiatives locales pouvant être soutenues par Nomade Aventure en tant qu'opérateur économique. Notre modèle initial n'a pas pris en compte dans l'aile : travailler avec des guides et des partenaires locaux, mettre à profit notre expérience dans l'étude et le suivi de projets simples et réalistes restent notre priorité, ainsi que vérifier la réalité des relations entre les différents acteurs, tel que le circuit de redistribution monétaire équitable entre les guides, les chauffeurs, les cuisiniers et les chameliers.

- Dès à présent, nous recensons, à travers nos voyages, les personnes, familles ou villages ayant besoin d'un financement au démarrage d'une activité. La réussite de cette démarche se fera par l'accompagnement du projet puis par la pérennisation de l'activité, notamment grâce à votre passage.

4) ACTIONS RESPONSABLES

Et vous, que pouvez-vous faire ? Adoptez la "Nomade attitude"

Nous vous recommandons d'adopter durant votre séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées dans la charte éthique du voyageur que vous avez reçue avec vos documents de voyage et que vous pouvez consulter à tout moment sur notre site internet www.nomade-aventure.com. Nous pouvons également vous l'envoyer par courrier, sur simple demande de votre part. Quelques conseils : évitez l'usage des bouteilles en plastique, les emballages en portions individuelles, et rappez tout ce que vous pouvez, en particulier les piles et emballages plastique, difficilement recyclables actuellement dans bon nombre de pays.

Enfin, ramenez-nous des nouvelles fraîches des pays visités en complétant le "Questionnaire qualité" au retour de votre voyage.

En voyageant avec Nomade, vous serez acteur d'un tourisme respectueux et solidaire, vous influerez sur l'évolution et le développement des populations rencontrées. Vous aurez aussi une responsabilité certaine et un rôle de garant de cette philosophie "Agir pour un Tourisme Responsable".



0 825 701 702
0,15 € TTC/min

www.nomade-aventure.com