

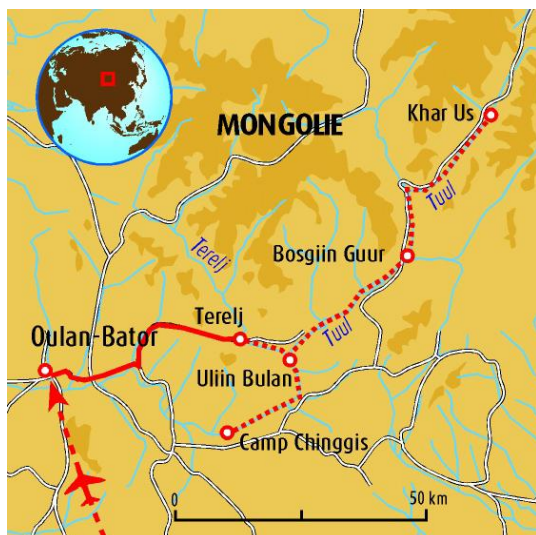


## CIRCUIT ACCOMPAGNÉ



### MONGOLIE

## Traîneau en terre mongole Noël et Jour de l'an



Une fantastique balade en traîneau à chiens, au cœur d'un parc national, dans les vallées qu'empruntèrent les hordes de Gengis Khan. Une invitation à parcourir cette nature des plus sauvages, où évoluent harmonieusement pasteurs nomades, faune et flore. Sous la conduite des chiens alaskans huskies et accompagné par un musher français passionné, vous glisserez à travers d'immenses et saisissants paysages endormis, plongés dans un silence absolu dont le ciel intensément bleu est l'unique écho.

### • ITINÉRAIRE

#### • J1 - Ulan-Bator - Terelj

Arrivée à l'aéroport international et transfert à votre hôtel. Visite de la ville et du grand monastère Gandan, le plus important de la capitale. Ulan-Bator est construite sur les berges de la rivière Tuul, anciennement Urga, en l'honneur du fils d'un grand seigneur Mongol. La ville est divisée en plusieurs quartiers qui présentent de grandes diversités, on peut aussi y voir des yourtes en plein centre ville. Après le repas de midi, départ en voiture pour rejoindre notre camp de base dans le parc national de Terelj. Installation dans votre yourte, temps libre, balade dans les alentours. Les forêts présentent une grande variété d'essences. Nature sauvage et nomades, avant de rejoindre la chaleur de la yourte.

#### • J2 - Terelj - Bosgiin Guur

Transfert en voiture, jusqu'à Uliin Bulan, à la jonction entre les rivières Terelj et Tuul : c'est là que débute l'aventure en traîneau. Itinéraire en traîneau sur la rivière Tuul au pied de petites montagnes boisées. Plusieurs familles de nomades vivent dans cette vallée. La faune sauvage n'est jamais bien loin, et le silence renforcé par le froid crée une atmosphère des plus irréelles. La glace sur la rivière Tuul est surprenante et changeante : bleue un jour, elle peut s'assombrir jusqu'à devenir noire, les craquements sont constants sous les patins, provoquant des bruits étranges... Parfois, l'eau de la rivière s'infiltre à travers ses craquelures et forme des petites lagunes d'eau libre sur la surface de la glace. En hiver, la nature est reine de ces lieux. Nous atteignons pour la nuit Bosgiin Guur, où Enkhtaivan et Mungoo ont établi leur campement d'hiver. Nous passerons la nuit sous yourte ou dans leur petite cabane en bois.

#### • J3 - Bosgiin Guur - Khar Us

Départ en direction de Khar Us. Sur cet itinéraire, le cours de la rivière Tuul devient plus calme, se divise en plusieurs bras et se perd en d'interminables méandres. Nous atteignons en milieu d'après-midi le camp de Khar Us (les eaux noires), où vivent cinq familles regroupées pour mieux affronter les rigueurs de l'hiver. Nous sommes accueillis par Tsodoo et sa



famille pour la nuit, dans leur yourte d'hôtes. Ce camp est le dernier de la vallée, ensuite seule la faune sauvage hante ces lieux magnifiques. Nomade dans l'âme, Tsodoo ne manque jamais une occasion de nous suivre dans nos circuits, c'est pour quoi il nous accompagnera et transportera avec des chevaux de bât le matériel pour équiper notre refuge. Mais pour cette première soirée en sa compagnie, nous profiterons du confort de la yourte !

#### • J4 - Khar Us - Jonction rivière Khagiin - Khar Us

Le circuit de cette journée nous emmènera dans une partie plus minérale des montagnes, toujours plus proche du lac noir de Khagiin. Il n'y a plus de nomades dans cette zone, mais il n'est pas rare de rencontrer des cavaliers qui coupent à travers les montagnes pour passer d'une vallée à l'autre. Une étape de 40 kilomètres pour atteindre la jonction de la Tuul avec la Khagiin, Un endroit d'une beauté sauvage incroyable. Retour au camp d'hiver de Tsodoo pour une nouvelle nuit sous la yourte.

#### • J5 - Khar Us - Bosgiin Guur

35 kilomètres pour atteindre le campement d'Enkhtaivan, plus bas dans la vallée. Les chiens sont toujours avides de courir sur la glace, sans aucune appréhension, reniflant ça et là les traces de loups. Pour rejoindre le campement, nous empruntons le même chemin qu'à l'aller, sur la rivière. Cela nous offre l'opportunité de mieux observer autour de nous empreintes, paysage... Installation dans la yourte ou dans la cabane en bois d'Enkhtaiven et Mungo.

#### • J6 - Bosgiin Guur - Uliin Bulan - Terelj

Départ de Bosgiin Guur. Nous glissons à nouveau sur la rivière Tuul jusqu'à la jonction avec la Terelj. Plus que quelques kilomètres pour atteindre notre point d'arrivée, où nous attendent véhicule et remorque. Derniers moments de traîneau et échanges avec les nomades. Nuit sous yourte.

#### • J7 - Terelj - Ulan-Bator

Retour sur Ulan-Bator et installation à l'hôtel. Achats en ville ou au grand marché. Dîner. Nuit à l'hôtel.

#### • J8 - Départ d'Ulan-Bator

Transfert de bonne heure à l'aéroport international et vol pour Paris. Arrivée dans la journée.

## • FORMALITE ET SANTE

---

#### • Formalités spécifiques

L'obtention d'un visa est nécessaire pour entrer en Mongolie, les visas de tourisme sont d'une durée de 30 jours, il est toutefois possible de demander une extension au service d'immigration à l'arrivée à Ulan-Bator.

Toutes les formalités pour l'obtention du visa sont faites à l'ambassade de Mongolie à Paris.

#### • Passeport

Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de retour, pour les ressortissants français, belges ou suisses. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

Si vous voyagez avec vos enfants, sachez que, dorénavant, les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir un passeport individuel. Toutefois, si l'enfant, de moins de quinze ans, est porté sur votre passeport délivré avant le 12 juin 2006, cette inscription est valable jusqu'au terme de la validité du passeport.

Un mineur voyageant seul n'a pas besoin d'autorisation de sortie du territoire s'il a un passeport individuel.

#### • Visa

Visa obligatoire. Fournir un formulaire de demande complété, une photo d'identité, une attestation d'assurance et une attestation de voyage (établie par votre agent de voyage). Visa touristique valide trois mois pour un séjour de 30 jours maximum. Coût : 60 euros environ. Attention ! si l'on fait sa demande sans intermédiaire, il faudra se rendre soi-même à l'ambassade : les services consulaires mongols ne délivrent pas de visa par correspondance.

#### • Informations complémentaires

Dans le cas où vous ne pourriez pas effectuer ces demandes par vous-même, vous pouvez vous adresser à la société : 4V Services - 44, rue Louis Roche, 92230 Gennevilliers ( : 01 46 88 94 94

#### • Vaccins obligatoires

Pas de vaccins obligatoires.



## • Vaccins conseillés

Les conditions d'hygiène souvent précaires réclament que le voyageur soit efficacement protégé contre :

- tuberculose,
- diphtérie,
- tétanos,
- poliomyélite,
- hépatites A et B,
- coqueluche (dont la réapparition chez les adultes, même en France, justifie la vaccination pour tout voyage).

Et, pour les séjours prolongés et aventureux :

- typhoïde,
- rage.

## • Prévention Paludisme

Absent de toute la région.

## • Autres risques

Risque alimentaire : c'est le risque principal pour le voyageur en Mongolie. Les conditions de transport précaires des denrées périssables et les ruptures de la chaîne du froid expliquent la fréquence des toxi-infections alimentaires, depuis les banales « turistas », jusqu'aux problèmes plus graves des salmonelloses, de l'hépatite A et du choléra, qui sévit fréquemment sous forme d'épidémies régionales. On aura en permanence à l'esprit les précautions détaillées dans « Santé des voyageurs » : lavage des mains, aliments cuits et chauds, boissons capsulées ou thé brûlant. Pour les séjours hors agglomération, il est impératif d'emporter un purificateur d'eau (se reporter à ce propos à ce que nous disons dans le « Carnet de santé »).

La circulation du virus de la grippe aviaire sur les oiseaux migrateurs, dans l'est de la province de l'Arkhangai, impose de renoncer à se baigner dans les lacs de la région et de ne pas manipuler les oiseaux morts.

## • Informations pratiques

Les infrastructures sanitaires sont précaires dans l'ensemble. En cas de problème grave, il faudra prendre conseil auprès de la compagnie d'assistance et des services de l'ambassade de France à Oulan-Bator (tél. 976 11 32 45 19 ou 976 11 32 96 33).

## • PAYS ET CLIMAT

### • Climat

La Mongolie est le « pays du ciel bleu », elle jouit en effet de plus de 250 jours d'ensoleillement par an. Il faut dire qu'en toute saison le vent pousse les nuages... Climat continental classique : des hivers secs et froids (jusqu'à -50°) et des étés chauds (jusqu'à 45°, dans le désert de Gobi). Les températures sont assez homogènes sur l'ensemble du pays. Les précipitations (pluie, neige) se raréfient d'ouest en est ; « ça tombe » entre mars et octobre. Certaines années, le mois de mai peut être encore un mois d'hiver : froid, brouillard, tempêtes de neige... Températures moyennes en été, 20° ; en hiver, -24°.

### • Climat et Informations régionales

Le pays

La Mongolie est située entre la Russie et la Chine, 2 voisins qui ont l'un après l'autre envahi le pays. Depuis peu, la Mongolie a ouvert ses portes, ce qui explique l'actuel développement du pays. Le départ des Russes, début 1990 a marqué cette ouverture, renforcée en 1992, par l'adoption d'une nouvelle constitution.

La Mongolie est particulièrement intéressante, par la diversité de ses paysages, les steppes, bien sûr, mais aussi les montagnes avec l'Altaï à l'ouest et le Khenty à l'est, les différents Gobi, car il y a en Mongolie, plusieurs déserts appelés Gobi, tous dans le sud, à la frontière chinoise, mais il y a aussi l'Ovökhongay et l'Arkhangay avec un relief de collines, dû à une activité volcanique très ancienne, on peut y voir des volcans éteints et aussi de sources d'eau chaude puis, il y a au nord, la province de Khuvsgul avec l'immense lac du même nom, appelé "perle bleue de la Mongolie".

La steppe, image de la Mongolie, ne couvre en fait que 20% du pays.

La Mongolie est aussi le berceau de plusieurs ethnies, les deux plus représentées étant les Kalkha avec 2 millions environ, ce qui représente 80% de la population, puis les Kazakhs avec un peu plus de 100 000 personnes, vivant surtout à l'extrême ouest du pays, l'ethnie minoritaire étant les Tsaatans, avec quelque 400 représentants, vivant au nord du pays, dans la province de Khuvsgul, avec une concentration à Tsaagan Nuur.



La population totale est de 2 500 000 habitants, pour une densité très faible d'environ 1,6 habitant au kilomètre carré et certaines régions avec une densité de seulement 0,6 habitant/km<sup>2</sup>. Néanmoins, le développement de la population mongole est très rapide avec un taux de croissance de 2,8% et une population actuelle dont plus de la moitié a moins de 30 ans.

La culture mongole est à peu près la même pour les différentes ethnies, sauf pour les Kazakhs, qui sont musulmans mais vivant sous la yourte, et les Tsaatans qui pratiquent le shamanisme et vivent sous des tipis.

La majorité des Mongols est bouddhiste et de nombreux temples sont présents dans le pays ainsi qu'au cœur de la capitale.

La yourte, emblème de la Mongolie dont l'origine remonte à des centaines d'années, est présente partout dans le pays, y compris au cœur d'Ulan-Bator, la capitale. C'est l'habitation typique des nomades ; sa grandeur et la richesse de ses ornements diffèrent en fonction du niveau de vie de la famille, elle est le cœur de l'esprit nomade, tout le monde est le bienvenu sous la yourte, et à l'intérieur, il existe un "code de bonne conduite" très respecté.

Autre emblème de la Mongolie, le cheval, présent partout dans la culture et l'histoire du pays, c'est la fierté du nomade, il représente aussi une richesse.

Une famille de nomades qui possède un troupeau de chevaux est une famille généralement aisée. Le cheval est tellement ancré dans la culture mongole, que de nombreux termes du langage courant font référence au cheval, comme "aller voir son cheval", qui signifie aller faire ses besoins, le mot "iaduu", qui signifie pauvre, est en fait issu du verbe "iadakh signifiant aller à pied.

## La langue

Différents dialectes qui sont suffisamment proches pour que tout le monde comprenne.

Les Kazakhs parlent une langue proche du turc, les Uriankhai plus couramment appelés Tsaatans parlent ouïgour.

Par la présence importante de Russes il y a peu de temps, ainsi que l'obligation de parler russe pour les Mongols qui souhaitaient poursuivre leurs études, une grande partie de la population parle aisément russe. Dans la capitale il est aussi très courant de rencontrer des personnes parlant l'anglais, ceci s'expliquant par l'importance économique que revêt le tourisme.

## La monnaie

L'unité monétaire Mongole est le tögrög, dont l'abréviation est T, on trouve des billets de 20 000, 10 000, 5 000, 1 000, 500, 100, 50, 20 et 10 tögrögs, quelques pièces de monnaie existent, mais ne sont que très rarement utilisées. En septembre 2010, 1\$ US vaut 2 440 T et 1€ vaut 3 110 T.

Le \$ et l'€, sont facilement échangeables à Ulan-Bator, de même, la carte visa et autres cartes bancaires courantes sont aisément utilisables dans la capitale; de même les voyageurs chèques sont facilement échangeables.

Il y a à Ulan-Bator de très nombreuses banques, dont certaines sont ouvertes 24h/24h

## Le climat

La Mongolie est située sur un plateau d'altitude et bénéficie d'un climat hyper continental, c'est-à-dire avec des étés très chauds et des hivers très froids

En été, les températures peuvent atteindre les 35°C avec une moyenne d'environ 25°C, même si 70% des précipitations annuelles tombent en été, il s'agit très souvent de courtes pluies.

Dans le Gobi, il n'est pas rare de voir le thermomètre grimper jusqu'à 45°C

L'hiver est très froid avec une moyenne de -24°C, mais il peut y avoir des chutes importantes de la température à -40°C et à Khuvsgul où le thermomètre peut avoisiner les -50°C .

Le climat est particulièrement sec et l'absence d'humidité rend le froid très supportable à condition d'être bien équipé et surtout il fait soleil presque tout le temps. Les chutes de neige ne sont pas très abondantes, mais la neige ne fond pas de tout l'hiver, ce qui permet d'avoir un enneigement suffisant. Toutefois, les vents violents balayent la neige sur le lac et il est très fréquent de trouver de vastes étendues totalement déneigées. Le lac se fige vers mi-décembre et commence à dégeler fin avril, début mai. Le printemps et l'automne sont des saisons très courtes en Mongolie et en quelques jours, on y voit défiler toutes les variations climatiques de nos saisons européennes.

Ces 2 saisons sont ainsi marquées par des variations importantes de la température et des vents violents.



# Grand Nord Grand Large

LE VOYAGE D'EXPÉRIENCES

Dans les camps de nomades, ainsi que dans les autres camps, les yourtes sont chauffées, mais il peut arriver qu'au milieu de la nuit la température descende en dessous de -5°C pendant quelques heures, d'où l'importance d'avoir un bon sac de couchage.

## Les fêtes

Les fêtes les plus importantes sont le nouvel an chinois, Tsagaan Saar, au mois de février, où les festivités durent environ 1 semaine ; ainsi que la fête nationale, Naadam, le 11 juillet ; où de nombreuses courses de chevaux sont organisées durant 3 à 4 jours.

Le pays entier vit alors au rythme des courses de chevaux, spécialement élevés et entraînés pour l'occasion.

## L'environnement naturel

Les 2/3 de la population sont concentrés sur la capitale, les autres villes présentant peu d'importance sont au nombre de 5 ou 6, les autres agglomérations ne regroupent que 3 à 5 000 habitants, ensuite il existe de nombreux petits hameaux, laissant de nombreux espaces totalement vierges, habités çà et là au gré des déplacements des nomades.

De nombreuses zones protégées et parcs nationaux ont été créés depuis 1990, actuellement 15% environ du pays est ainsi protégé et les autorités des divers Aimags espèrent bien augmenter ce chiffre.

## La faune

La faune est nombreuse, du fait de la faible densité de population, mais la chasse intensive menace quelques espèces, comme l'Argali ou la panthère des neiges.

En fonction des régions on trouve quelque 138 espèces de mammifères, dont certaines rares ou en voie de disparition.

Les animaux les plus nombreux sont les loups, renards, cerfs, chevreuils, ours, antilopes, écureuils, marmottes, sangliers, lièvres.

Dans les différents Gobi sont présents des ânes sauvages, saïga, gazelles, quelques rares chameaux sauvages, différents du chameau très utilisé en Mongolie, qui est le chameau de Bactriane, on y trouve aussi le cheval de Przewalski pour lequel existe un programme de réintroduction et l'ours du Gobi.

Dans les massifs montagneux, comme l'Altaï, on trouve l'Argali, le plus gros mouton du monde avec quelque 140 kg de muscles et dont la hauteur au garrot est d'environ 1,30m, ainsi que l'ibex, chèvre sauvage dont le trophée est très recherché par les chasseurs.

Le léopard des neiges se trouve encore dans l'Altaï et fait partie des espèces protégées.

Plus de 450 espèces d'oiseaux ont été répertoriées, dont 80 sédentaires. L'Arkhangay est l'une des régions où l'on peut voir la plus grande variété d'oiseaux ; de nombreuses oies sauvages ainsi que des grues cendrées sont présentes dans tout le pays.

Les rapaces sont aussi très nombreux en Mongolie, aigles, vautours fauves, vautours noirs, gypaètes, faucons et busards sont facilement observables.

On peut voir aussi dans un secteur très restreint du Gobi, des Condors vivant dans une zone de canyons rocheux.

Les poissons sont aussi très nombreux dans les multiples cours d'eau, bien que le développement de la pêche commence à s'y faire sentir.

Le plus fameux des poissons de Mongolie est le Taïmen, carnassier géant qui peut atteindre 2m de long.

## La flore

La flore est aussi très importante en Mongolie, plus de 2 800 plantes y ont été référencées, dont 1/3 est utilisé en médecine traditionnelle locale.

De nombreuses espèces sont endémiques, comme le célèbre Saxaoul que l'on ne trouve que dans le désert du Gobi.

## Sécurité

Il n'y a pas de problème particulier pour la sécurité, bien que la petite délinquance se développe petit à petit dans la capitale.

Il est toutefois recommandé de faire attention à son sac dans les lieux publics, bus, grands magasins, poste, marchés, etc....



Il est aussi recommandé de ne pas exhiber des objets de valeur. Le salaire moyen à Ulan-Bator étant de 90 \$/mois, un appareil photo qui représente un salaire annuel devient vite très convoité.

Aucune vaccination spécifique n'est nécessaire.

Pour votre pharmacie, rien de particulier non plus, si ce n'est peut-être quelques médicaments au cas où vous auriez un peu de mal à vous habituer à la nourriture mongole.

## • VOTRE VOYAGE

---

### • Caractéristiques du circuit

Circuit itinérant en conduite d'attelage.

Accompagné par un guide expérimenté, chacun conduit son propre attelage de 5 à 6 chiens selon la taille et la force des participants. Vous parcourez chaque jour des distances entre 28 et 50 km.

### • Hébergement

En yourte chez l'habitant et en hôtel tout confort à Ulan-Bator.

Les conditions d'hébergement sous les yourtes (8 personnes) sont rustiques et correspondent à celles des nomades. Par conséquent vous n'aurez pas de moment d'intimité, mais convivialité garantie !

Il n'y a pas d'électricité ni de douche pendant le raid. Prévoir des lingettes pour la toilette.

### • Nourriture

En pension complète pendant le raid.

La nourriture mongole est principalement à base de viande.

Pour des raisons aisément compréhensibles liées au froid, les légumes ne sont pas très présents dans la cuisine traditionnelle. Il est tout de même possible de trouver des légumes depuis l'ouverture du pays et à Ulan-Bator. Il est aussi possible de trouver une grande diversité de cuisines. De très nombreux restaurants proposent des plats chinois, européens, indiens...

Dans les campagnes, il est seulement possible de trouver des plats mongols : le célèbre Buuz, sorte de ravioli cuit à la vapeur, le Khuushuur, sorte de ravioli aplati et frit, ainsi que des plats à base de pâtes, comme le Tsuivan avec des pâtes de blé et le Puntuuz avec des pâtes de riz.

Les laitages sont aussi présents dans l'alimentation, mais rien de tout cela ne ressemble de près ou de loin aux laitages européens.

Les conditions de froid ont conduit à une alimentation très riche en graisse, ainsi les morceaux de gras sont très prisés dans les campagnes et les plats traditionnels sont souvent assez gras.

### • Encadrement

Musher francophone et accompagnateur montagne (20 ans d'expérience dans les expéditions en traîneau à chiens).

### • Rendez-vous

Ulan-Bator.

### • Fin du séjour

Ulan Bator

### • Transports aériens

Les vols ne sont pas inclus. Nous consulter pour la réservation des vols internationaux.

Le départ de Paris se fait la veille.

### • Informations pratiques

Il y a 7 heures de décalage avec la France, avec un changement horaire été/hiver aux mêmes dates. Quand il est 14h à Paris il est 21h à Ulan-Bator.



## • VOTRE BUDGET

---

### • Le prix comprend

- L'accompagnement d'un musher francophone et accompagnateur montagne (20 ans d'expérience dans les expéditions en traîneau à chiens)
- Le matériel nécessaire à la pratique du traîneau
- L'hébergement en yourte chez l'habitant et en hôtel tout confort à Ulan-Bator
- La pension complète
- Tous les transports et transferts en Mongolie
- Visite et guide à Ulan-Bator

### • Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription
- Les assurances
- Les frais de visa
- Les vols internationaux
- Les éventuelles nuits supplémentaires à Ulan-Bator
- Le supplément petit groupe
- Les boissons autres que eau, thé, café et jus pendant les repas

### • Pourboires

Contrairement à la France, le pourboire reste encore très présent en Asie en général et en Mongolie en particulier. Indépendant du niveau de salaire, le pourboire est pris par les mongols comme un signe d'appréciation. Il n'est nullement obligatoire et dépend donc de votre satisfaction et de votre bon cœur. La moyenne est de 30 à 40 € par personne pour la totalité de l'équipe.

## • VOTRE EQUIPEMENT

---

### • Bagages

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

#### 1 - Le sac à dos :

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée.

Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo...), de valeur (lorsque votre hébergement ne dispose pas de coffre-fort) et pour vos éventuels médicaments.

Il sera en cabine lors des transports aériens. Généralement, le poids des bagages cabine est limité à 10 kg par personne.

#### 2 - Le grand sac de voyage souple :

Il doit contenir le reste de vos affaires. Il sera en soute lors des transports aériens. Vous recevrez avant votre départ des étiquettes "bagage", qui vous permettront d'identifier vos bagages avec vos nom et adresse, et faciliteront le regroupement des sacs aux arrivées à l'aéroport. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation ou billet.

Nos recommandations si vous prenez l'avion :

Enregistrez en bagage en soute le maximum de choses et ne conservez dans votre bagage à main que ce qui est absolument indispensable à votre voyage.

Equipez-vous pour l'avion de votre tenue de randonnée, et de vos affaires de première nécessité (en cas de problème d'acheminement de vos bagages).

Merci de noter que les contrôles de sécurité sont devenus très stricts aux aéroports : mettez les couteaux, ciseaux, limes à ongles et piles de rechange dans votre sac de soute.

Quels sont les produits liquides interdits en cabine ?

Les liquides, aérosols, gels et substances pâteuses : eau minérale, parfums, boissons, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, mascara, soupes, sirops, dentifrice, savons liquides, déodorants... sauf s'ils sont rangés dans un sac en plastique transparent fermé, d'un format d'environ 20 cm x 20 cm (type sachet de congélation) et qu'ils sont conditionnés dans des flacons ou tubes de 100 ml maximum chacun. Un sachet peut contenir plusieurs tubes, flacons,...

Quelles sont les exceptions autorisées en cabine?



# Grand Nord Grand Large

LE VOYAGE D'EXPÉRIENCES

- Les médicaments liquides (insuline, sirops...) : vous pouvez les emporter en cabine à condition de présenter aux agents de sûreté une attestation ou une ordonnance à votre nom. Il n'y a aucune restriction pour les médicaments solides (comprimés et gélules).
- Les aliments liquides pour bébés : il n'y a pas de restriction sur ces produits. Pensez à prendre des contenants qui se referment : il pourra en effet vous être demandé de goûter ces aliments !

Comment se fait le passage du contrôle de sûreté ?

- Retirez votre veste ou votre manteau.
- Présentez à part :
  - Tous vos grands appareils électriques : ordinateur portable, gros appareil photo numérique, lecteur DVD...
  - Votre sac plastique transparent contenant vos flacons et tubes.
  - Vos médicaments accompagnés d'une ordonnance ou d'une attestation.
  - Vos aliments liquides pour bébé.
  - Vos achats réalisés dans les boutiques des aéroports qui auront dû être mis sous sac plastique scellé par votre vendeur. Attention : toutes les boutiques ne proposeront pas ce sac. Renseignez-vous avant de faire vos achats ! Les achats de liquides réalisés après le contrôle de sûreté s'effectuent librement sous réserve des limitations douanières. Attention cependant aux correspondances : renseignez-vous avant tout achat.

## • Vêtements

- Sous-vêtements en capilène, collant et maillot de corps
- Pantalon en fibre polaire
- Sur-pantalon style gore-tex
- Sweat-shirt polaire, prévoir 2 épaisseurs si nécessaire
- Veste polaire, coupe-vent
- Sur-veste style veste de montagne en gore-tex, ou anorak en duvet ou synthétique, suffisamment épais
- Chaussettes de montagne, prévoir 2 à 3 paires de chaussettes à la fois
- Chaussures style trappeur, fourrées assez grandes pour pouvoir mettre 2 paires de chaussettes (Sorel, Bafin, etc...)
- Gants en polaire
- Sur-gants ou grosses moufles pour pouvoir enfiler par dessus les gants
- Lunettes de montagne avec protection latérale et montures en plastique (et non en métal)
- Capuche chaude, bonnet, cagoule, ou autre protection de la tête
- Protège oreilles, en polaire, ou autre

## • Equipement

- Pharmacie personnelle
- Produits anti-froid, pour le visage et les lèvres
- Lingettes hygiéniques
- Un thermos incassable
- Couverture de survie en aluminium plastifié
- Duvet style haute montagne
- Intérieur de duvet en capilène, si possible

Tout ce matériel est disponible dans n'importe quel magasin montagne ou grande surface spécialisée "sport & outdoor".

Ce matériel spécialement étudié pour les régions polaires peut-être loué sur place sous réserve de disponibilité (nous consulter):

- surveste grand froid
- sac de couchage basses températures
- bottes type Sorel
- gants

Tarif forfaitaire (demander le bulletin de location)

## • Couchage

1 sac de couchage chaud (préférable sac en synthétique); prévoyez un drap en fourrure polaire qui vous fera gagner deux à trois degrés en température. Un sac de couchage vendu entre -5° et -10°C (température confort) est idéal.

Possibilité de location du forfait couchage.

## • Matériel fourni

Matériel nécessaire à la pratique du traîneau.



## • **TOURISME RESPONSABLE**

---

### • **Protection des sites**

L'équilibre écologique des régions que vous allez traverser est très précaire. La permanence des flux touristiques, même en groupes restreints, le perturbe d'autant plus rapidement. Dans l'intérêt de tous, chaque participant est responsable de la propreté et de l'état des lieux qu'il traverse et où il campe le cas échéant. La lutte contre la pollution doit être l'affaire de chacun. Même si vous constatez que certains sites sont déjà pollués, vous devez ramasser tous vos papiers, mouchoirs en papier, boîtes, etc...

Nous sommes engagés dans une démarche de tourisme responsable. Nous souhaitons vous faire connaître et vous associer à notre action aux côtés d'Agir pour un Tourisme Responsable (ATR). Pour plus d'infos avant de partir, vous trouverez la charte éthique du voyageur en cliquant sur le lien ci-dessous.

<http://www.gngl.com/voyage/ATR-developpement-durable.aspx>

Lisez également notre charte GNGL :

<http://www.gngl.com/voyage/Charte-GNGL.aspx>

### **INSCRIVEZ-VOUS DES MAINTENANT SUR NOTRE SITE**

Voyager dans l'arctique, c'est s'engager :

**LIRE LA CHARTE GNGL** du voyageur dans l'arctique.



Pour chaque personne inscrite sur ce voyage, Insolites Bâtisseurs, la fondation de Grand Nord Grand Large, plante 70 arbres.