

Islande – de Landmannalaugar à Þórsmörk

8 jours / 7 nuits - Niveau Modéré

PIOTR 1001 PAS _ Réalisable de fin Juin à mi-septembre 2019_8 à 15 personnes



VOTRE VOYAGE EN ACCOMPAGNÉ

PAYSAGES RENCONTRÉS

Soyons clairs d'emblee : les paysages d'Islande sont uniques à ce pays et ils n'évoquent en rien notre bonne vieille Europe. Ceux que vous allez rencontrer comptent parmi les plus jeunes de notre planète, alors qu'à quelques centaines de kilomètres plus vers l'ouest ceux du Groenland comptent parmi les plus vieux : entre 20 millions et 5 ans d'âge côté Islandais contre 2,5 milliards côté Groenlandais. Est-ce vraiment comparable ? Et encore, avec une éruption en moyenne tous les 5 ans peut-être aurez vous la chance de découvrir une coulée de lave encore fumante.

Car la conjugaison de deux phénomènes, la ride médié Atlantique qui sépare les continents européen et américain superposée à un point chaud, un endroit où l'écorce terrestre est moins épaisse que d'ordinaire explique l'intense activité sismique et volcanique de l'île de feu et de glace. De glace puisque la position septentrionale de l'île, qui flirte avec le cercle polaire, en fait une terre arctique. Même si les courants marins viennent s'en mêler et grâce au Gulf Stream adoucir un climat qui à latitude égale comme en Sibérie compte parmi les plus froids de la planète.

Que d'antagonismes qui ont façonné, et continuent à oeuvrer, un des pays les plus étonnantes qui soit. Issue du fond des océans l'Islande donne d'abord l'impression d'être un bout de lune échoué sur terre et on serait prêt à parier qu'elle vient tout droit de l'espace. Entre déserts de pierre, de lave, de cendre, de glace, entre fjords encaissés et hauts plateaux inhabités, entre toundra rase et espaces quasiment dépourvus de végétation, l'itinéraire que nous vous avons concocté passe en revue tous les plus beaux paysages de l'île. Et le reste, c'est un climat on ne peut plus instable mais créateur d'une gamme infinie de lumières diffusées parfois avec parcimonie, parfois sans retenue dans des quantités astronomiques de

ciels.

MILIEU NATUREL

L'Islande s'organise de part et d'autre du rift volcanique actif, qui change de place, mais suit l'axe sud-ouest nord-est dans la moitié méridionale de l'île pour se redresser sur un axe sud-nord dans la moitié septentrionale. Le long de ce rift les paysages datent d'hier, et ont à peine plus de 10 - 12.000 ans. À l'ouest et à l'est, de façon schématique, les fjords comptent parmi les plus vieilles terres de l'île mais n'ont pourtant que 16 à 20 millions d'années. La colonne vertébrale de l'île n'est qu'alignement de cratères, fissures éruptives d'où s'éparpillent une incroyable quantité de laves. Le feu a façonné ces paysages mais la glace lui mène la vie dure et les deux compères sont inséparables. Quelques chiffres : 1% des terres sont cultivées, 20% en pâturages et le reste est laissé à l'état sauvage. Faute d'autre choix d'ailleurs: 11 % de glaciers, et le reste n'est que pierre, lave, cendre...

Le plus célèbre trekking d'Islande relie Landmannalaugar et Thórsmörk, deux des sites les plus extraordinaires du pays, et peut aisément être prolongé jusqu'à l'océan en franchissant un col entre deux glaciers (dont le fameux Eyjafjallajökull) pour redescendre le long d'innombrables cascades. Des paysages entre univers désertiques volcaniques et vallées "luxuriantes", sans oublier les glaciers et autres merveilles.

Jour 1: Aéroport de Keflavík - Reykjavík

distance : 55 km

Vol Paris – Keflavik , arrivée à l'aéroport international de Keflavík. Accueil et transfert à votre hébergement à Reykjavík. Dîner gastronomique et nuit .

Le petit-déjeuner est inclus.

Jour 2: Reykjavík - Landmannalaugar

distance : 200 km

Transfert depuis votre hébergement dans la capitale jusqu'à la gare routière de Reykjavík.

Vous prenez le bus de ligne qui durant l'été emprunte les pistes de l'intérieur. Vous traversez les plateaux volcaniques d'Hellisheiði puis les campagnes du sud avant de longer le volcan Hekla et de traverser les prairies de Dómaladur. Arrivée à Landmannalaugar dans la réserve naturelle de Fjallabak. Le site de Landmannalaugar mérite plus qu'un passage éclair avant d'entamer votre trek. L'après-midi sera consacrée à une première randonnée dans le massif de roches rhyolitiques fortement colorées par la géothermie que l'on observe sous différentes formes, dont une agréable rivière d'eau chaude naturelle dans laquelle il fera bon vous baigner le soir venu.

Distance de l'étape : 8-10 km. Durée de marche : 3-4h.

Nuit au refuge de Landmannalaugar.

Jour 3: Landmannalaugar - Hrafntinnusker

Vous partez sur le mythique sentier de Laugavegur en direction du sud. Le chemin traverse des coulées de lave et monte sur les hauts plateaux dans un environnement de montagnes multicolores, de sources chaudes et de solfatares. Étape au refuge de Hrafntinnusker où vous retrouverez le véhicule d'assistance qui transportera la logistique durant le trek. Vous êtes à plus de 1000 mètres d'altitude. Et sur une autre planète. Distance de l'étape : 12 km. Durée de marche : 4-5h
Nuit au refuge de Hrafntinnusker.



Jour 4: Hrafntinnusker - Álftavatn - Hvanngil

Depuis Hrafntinnusker, vous jouez aux montagnes russes dans les ravines de Jökultungur et au milieu de nombreuses sources d'eau chaude, étonnantes tâches de couleurs dans ce paysage austère. Depuis les abords du sommet Háskerdingur, vous apercevez les calottes blanches des glaciers Myrdalsjökull et Eyjafjallajökull. Bientôt apparaît le lac d'Álftavatn, «le lac des cygnes».

Nuit au refuge de Hvanngil.

Distance de l'étape : 12 km. Durée de marche : 4-5h



Jour 5: Álftavatn - Emstrur

Près des écuries de Hvanngil, vous passez au pied du cône volcanique de Stórasúla, « le grand pilier », avant d'aborder les sables noirs du désert de Mælifellssandur. Cette traversée du désert vous conduira jusqu'à l'impressionnant canyon de la Markafljót qui s'enfonce sur plus de 200 mètres dans d'anciennes coulées de lave aux teintes multicolores.

Nuit au refuge de Emstrur.

Distance de l'étape : 16 km. Durée de marche : 6-7h



Jour 6: Emstrur - Þórsmörk - Húsadalur - Reykjavík

distance : 150 km

Vous descendez vers le ravin de la Fremri-Emstruá avant de longer la vallée du fleuve Markafljót. Progressivement la végétation devient plus abondante et les premiers bouleaux nains annoncent les « bois de Thór », Þórsmork. L'arrivée dans la vallée et sa belle forêt est féérique après la traversée de tous ces déserts.

Vous rejoignez Reykjavík en bus de ligne au départ de Húsadalur dans la vallée de Þórsmörk.

Transfert depuis la gare routière de Reykjavík jusqu'à votre hébergement dans la capitale. Distance de l'étape : 17 km. Durée de marche : 6-7h.

et diner gastronomique et nuit à Reykjavík.

Le petit-déjeuner est inclus.



Jour 7: Reykjavík

Journée libre à la découverte de la capitale. Déjeuner au restaurant, diner gastronomique et nuit à Reykjavík.

Le petit-déjeuner est inclus.

Jour 8: Aéroport de Keflavík

distance : 55 km

Transfert à l'aéroport international de Keflavík selon vos horaires de vols.

Résumé des prestations :

Jour 1 : Aéroport de Keflavík - Reykjavík

Inclus: transfert à votre arrivée, accompagnateur pendant le transfert, chambre avec sanitaires partagés, diner et petit déjeuner.

Jour 2 : Reykjavík - Landmannalaugar

Inclus: transfert dans Reykjavík, transport en bus, hébergement en sac de couchage, guide, nourriture.

Jour 3 : Landmannalaugar - Hrafntinnusker

Inclus: guide, nourriture, hébergement en sac de couchage, véhicule de soutien logistique.

Jour 4 : Hrafntinnusker - Álfavatn - Hvanngil

Inclus: guide, nourriture, véhicule de soutien logistique, hébergement en sac de couchage.

Jour 5 : Álfavatn - Emstrur

Inclus: guide, nourriture, véhicule de soutien logistique, hébergement en sac de couchage.

Jour 6 : Emstrur - Þórmörk - Húsadalur - Reykjavík

Inclus: guide, nourriture, véhicule de soutien logistique, transport en bus, transfert dans Reykjavík, chambre avec sanitaires partagés, diner et petit-déjeuner.

Jour 7 : Reykjavík

Inclus: chambre avec sanitaires partagés, déjeuner / diner et petit-déjeuner.

Jour 8 : Aéroport de Keflavík

Inclus: transfert aéroport

Le prix comprend :

- toutes les prestations spécifiquement mentionnées comme étant incluses dans la section "Résumé des prestations"
- 3 nuits à Reykjavík en guesthouse chambres doubles / twin avec sanitaires à partager, petit déjeuner inclus.
- 4 nuits dans le pays en refuge en dortoir en sac de couchage.
- la pension complète du diner du jour 1 au petit déjeuner du jour 8. Petits déjeuners et dîners préparés en commun avec le guide, déjeuners pique-nique (participation aux tâches quotidiennes requise : chargement et déchargement du véhicule, vaisselle, etc..)
- les transferts aller-retour entre l'aéroport de Keflavík et l'hébergement à Reykjavík, accompagné à l'aller.
- le transfert aller-retour entre l'hébergement à Reykjavík et la gare routière.
- le trajet en ligne de bus entre Reykjavík et Landmannalaugar.
- le trajet en ligne de bus entre Þórmörk et Reykjavík.
- les services d'un guide pendant 5 jours.
- un véhicule d'assistance 4x4 assurant le transport des bagages et de la nourriture pendant le trek.
- Les taxes de séjour

Ces prix ne comprennent pas :

- les boissons
- Les repas de midi des jours 1 et 8
- les douches dans les refuges (env. 5 € par personne par douche)
- toute prestation non mentionnée dans la rubrique « Le prix comprend »

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Niveau

5 à 6 heures de marche par jour environ. Dénivelé positif de 500 à 800 mètres. Bonne condition physique requise. Prévoyez un entraînement avant votre départ. Prenez toujours avec vous des vêtements chauds, un thermos avec de l'eau chaude et quelques

vivres de course.

Hébergement - repas

Hébergement :

Les nuits à Reykjavik, au nombre de 3, sont en guesthouse, en chambre de 2 avec sanitaires à partager.

Toutes les nuits en dehors de Reykjavik sont en refuge dortoir.

Repas :

La nourriture du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 8 est incluse dans le forfait. 3 dîners gastronomiques à Reykjavik.

Accès

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare, une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Si le séjour n'est joignable que par voie aérienne, nous vous suggérons la compensation le CO2. Pour vos préacheminements en véhicule personnel, pensez au covoiturage par exemple avec www.blablacar.fr.

Vols réguliers quotidiens depuis Paris sur Icelandair. Possibilité de vols low cost avec Transavia et WOW Air.

Service plus : Chamina Voyages réserve vos billets de train SNCF. Vous bénéficiez d'un tarif et d'une place garanties, vous pouvez alors vous inscrire en toute sérénité. Pour recevoir une proposition de chez vous à la gare de départ de la randonnée ou en préacheminement pour l'aéroport, contactez-nous : transport@chamina-voyages.com.

LE PAYS

CARTE D'IDENTITE

Capitale : Reykjavík.

Superficie : 103 000 km², dont 12 000 km² de glacier, 23 800 km² de zones cultivées et 64 500 km² de zone désertique.

Régime : république parlementaire.

Population : 295 000 habitants.

Langue officielle : l'islandais.

Religion : le protestantisme luthérien est largement majoritaire (religion d'état)

A LA DECOUVERTE DU PAYS

Deuxième île de notre continent après la Grande-Bretagne, située en plein cœur de l'Atlantique, coupée en son nord par le cercle polaire, elle mesure dans sa plus grande longueur 500 km. Pays le moins peuplé d'Europe, avec quelque 290 000 habitants disséminés sur la frange côtière qui offre au nord et à l'est une multitude de fjords et, sur la côte sud, de remarquables sandar (interminables étendues de sables volcaniques fins et noirâtres). Les 4/5èmes du territoire qui correspondent à l'intérieur du pays, d'altitude plus élevée, sont composés de fjöll (massifs montagneux), de hraun (champs de lave), de jöklar (glaciers), de fossar (chutes d'eau), de Jökulsá (rivières glaciaires), et sont le refuge de quelques rares animaux (notamment le renard et le lagopède), mais le lieu de nidification de millions d'oiseaux.

L'île est en constant renouvellement. Depuis Aristote, le mystère de la genèse et l'histoire de la Terre ont suscité les hypothèses les

plus folles, souvent prémisses d'une pensée scientifique. Alfred Wegener, en 1912, suggéra l'existence à l'origine d'un continent unique, la Pangée, et sa fracture ultérieure en éléments dérivants. A 99,9% d'origine volcanique, l'Islande existe essentiellement par la combinaison de deux facteurs : la présence d'un point chaud (mouvement de convection de grandes quantités de magma) et celle de la ride médio-atlantique. Les premières roches datées d'environ 17 millions d'années font de cette île une des terres les plus jeunes à la surface de notre planète, entre Groenland et Norvège, dont les gneiss datent, eux, de 3,8 et 3,5 milliards d'années. Avec une éruption en moyenne tous les 5 ans, et quelque 6000 séismes et microséismes annuels, le volcanisme islandais est l'un des plus actifs au monde et régénère l'île en son centre au fur et à mesure de sa destruction par les océans.

TRAVERSEE HISTORIQUE

VIII^e siècle - Des moines irlandais découvrent l'Islande.

874 - Installation permanente en Islande du premier colon venu de Norvège, Ingolfur Arnason.

930 - Fondation de l'Althingi, le Parlement qui se tenait en plein air une fois par an, à Thingvellir. 1000 - L'Islande adopte la religion chrétienne.

1262 - L'Islande perd son indépendance au profit de la couronne norvégienne.

1364 - Suite au traité de Kalmar, la Norvège et ses possessions passent sous domination danoise.

1402 - La peste noire ravage plus de la moitié de la population.

1550 - Le Danemark impose la réforme luthérienne. Le dernier évêque catholique islandais est exécuté. 1918 - L'Islande obtient son autonomie

1944 - L'île devient une république à part entière. Sveinn Björnsson est le premier président de la République islandaise.

1951 - Création de la base de l'OTAN et arrivée de 5000 G.I. en Islande

1972-76 - Guerre de la morue avec l'Angleterre, limite de pêche portée à 200 000 milles marin.

2006 - La base américaine de l'OTAN est fermée. L'ensemble des GI quitte le pays pour être redéployé dans le moyen-orient.

1999 - Forte de ses ressources géothermiques et hydroélectriques, l'Islande s'intéresse aux nouvelles énergies. Le pays envisage de ne plus avoir recours aux énergies fossiles dans les décennies à venir.

SUR LES CHEMINS

- Reykjavík et ses environs

La péninsule de Reykjanes, celle qui a la forme d'un orteil sur le coin sud-ouest de la carte, (c'est par là que vous atterrissez et repartez en France), les massifs des Bláfjöll et de Hengill et sa légendaire montagne tabulaire Esja, sans oublier l'océan omniprésent, Reykjavík dispose d'un cadre naturel exceptionnel. Le rift volcanique actif vient caresser les faubourgs de cette capitale tentaculaire (plus grande que Paris alors qu'on y compte environ 20 fois moins d'habitants !) et il suffit de parcourir quelques kilomètres pour traverser une coulée de lave vieille de seulement 700 ans !

Reykjavík étant la capitale de l'Islande, on y trouve de nombreux musées, galeries d'art et autres centres d'intérêts variés, tels que : Les musées : musée national, musée en plein air de Arbaer (sorte d'écomusée), fondation Arni Magnusson (on peut y consulter les vieux manuscrits des sagas islandais et autres fleurons de la littérature médiévale), musée d'art, musée Einar Jonsson (un des sculpteurs les plus doués en Islande), musée d'histoire naturelle, musée de la photographie, musée de la marine,...

Les galeries : Kjarvalsstadir (galerie de peinture), musée d'art moderne, maison nordique...

- La péninsule du Snæfellsnes

Longue échine montagneuse pointée en direction du Groenland et dominée par le volcanglacier Snæfellsjökull, immortalisé par le "Voyage au centre de la Terre" de Jules Verne, elle allie sur des distances incroyablement courtes glace, montagnes, étendues de lave, plages de sable blond si rare en Islande, des millions d'oiseaux en été. C'est "la montagne à la mer". Le piémont du glacier, sorte de Fuji-Yama sub-polaire, est aussi un chakra tellurique, un des points où se concentre l'énergie de la terre... et c'est vrai qu'on s'y sent très bien à peine arrivé.

- Les fjords du nord-ouest

Totalement oubliée à l'écart du reste de l'île, la presqu'île des fjords du nord-ouest est un vaste plateau raboté par les glaciers qui ont eu la bonne idée de creuser une quantité stupéfiante de fjords laissant derrière eux des parois abruptes couvertes d'herbe en été et de neige en hiver. Un peu délaissée par les guides elle est en quelque sorte "l'autre Islande" avec notamment les plus hautes falaises en Europe du côté de Látrabjarg.

- Le nord et le nord-est

Entre les plus grands fjords de l'île et la région du lac Mývatn, écosystème unique sous ces latitudes qui en fait une des plus grandes concentration de canards sauvages en Europe, c'est surtout l'une des régions volcaniques les plus variées du pays (cratères, marmites de boue bouillonnantes, pseudo-cratères, etc...). Mais aussi le parc national de Jökulsá à Fjöllum, traversé par l'impétueux fleuve glaciaire du même nom.

- L'est

Il se limite à une portion congrue du territoire islandais, coincé entre l'océan et le glacier Vatnajökull. Imaginez une succession de fjords séparés par des chaînes de montagnes aux pointes acérées, qu'une route unique vient parcourir.

- Le sud

La région la plus difficile à imaginer tant ses paysages sont inattendus : une plage de sable noir de près de 350 kilomètres de long, sédiments dégueulés lors des nombreuses éruptions des volcans sous-glaciaires qui la surplombent. Un capharnaüm de coulées de lave recouvertes de mousses, des canyons aux parois abruptes parcourus de rivières innombrables.

- L'intérieur

Il abrite la promesse d'un monde chaotique où la glace et le feu ont façonné des paysages parmi les plus jeunes, les plus étonnantes et les plus bouleversants de la planète. Là-bas sur les plateaux habités seulement d'êtres imaginaires, la terre est mise à nue, en mutation perpétuelle, avec une mention spéciale pour le centre-sud d'une prodigieuse variété. Ce n'est pas pour rien si nos trekkings le sillonnent dans tous les sens.

GEOTHERMIE

Plus de 200 volcans post-glaciaires sont actifs. Leurs manifestations sont innombrables. Trente volcans, au moins, sont entrés en éruption depuis le IX^e siècle. En moyenne, on enregistre une éruption tous les cinq ans. Mares de boue en ébullition, jets de vapeur, geysers, laves fumantes... au-delà de leur aspect pictural ou photographique, les volcans rendent bien aux Islandais la fierté qu'ils ont à les contempler. L'abondance des sources chaudes, ces eaux chauffées sous terre au contact des vapeurs et des roches volcaniques, permet d'alimenter la plus grande partie du territoire en chauffage et eau courante. Ajoutez à cela les ressources hydroélectriques (centrale de Krafla, barrages de Blöndülön) qui permettent également de limiter la dépendance à l'énergie pétrolière. Lors des crises des années 1970, cela a même représenté un enjeu économique vital pour le pays vu son manque flagrant de ressources minières et agricoles. N'hésitez donc pas à vous baigner dans les sources naturelles d'eaux chaudes (bien vérifier qu'elles ne sont pas bouillantes), votre guide vous conseillera, et à profiter des piscines qui ont des bains à des températures allant jusqu'à 40 C.

VEGETATION

Au cours des derniers 10 siècles, la végétation islandaise a subi simultanément un refroidissement climatique et une surexploitation par l'homme. Aujourd'hui près de 60 % du territoire sont totalement incultes et l'on se bat pour réparer les dommages causés et enrayer la désertification.

Au cours de votre voyage vous serez amené à parcourir des terrains particulièrement vulnérables, et nous vous demandons le plus grand respect de la maigre végétation qui y subsiste. Concrètement il s'agira pour vous d'adopter une démarche responsable au sens propre : regarder où l'on pose les pieds, ne pas déranger inutilement une plante, un caillou qui abrite

une touffe d'herbe... Laissons derrière nous une empreinte aussi discrète et éphémère que possible. Chaque pas compte.

ELFES ET TROLLS

Sortis de l'imaginaire collectif les elfes et les trolls aident les Islandais à peupler leur pays. Etres stupides et difformes, méchants, les trolls vivent dans les trous et sont pétrifiés s'ils sont surpris par la lumière du jour. Les elfes, quant à eux, sont plus énigmatiques. Ils vivent dans des petites collines et des buttes et peuvent dispenser le bien comme le mal. Ils ne sont visibles des êtres humains que s'ils le décident. Quant aux humains qui essaieraient de transgresser cette règle, mal leur en prend, car soit ils disparaissent soit ils deviennent fou.... Aurez-vous l'occasion d'en rencontrer ?

Environnement

1 - Politique générale

C'est une île de glaces, environ 10% du territoire est recouvert de glaciers. Les paysages sont troués de geysers. L'eau chaude, qui abonde sous la terre, surgit en surface. Les côtes sud-est et nord-ouest de l'île sont déchirées par des fjords, où sont installées villes et villages de pêcheurs. Les rivières glaciaires, qui descendent de la montagne vers la mer, ont modelé des canyons. Les terres intérieures, les «Hautes terres d'Islande», inhospitalières, sont désertes. L'île est pauvre en végétation. La forêt, exploitée par les colons, est réduite à une peau de chagrin. L'Islande, terre basaltique émergée, soumise à une forte érosion glaciaire, offre une mosaïque de paysages.

2 - Industrie d'aluminium

Très tôt, le pays a misé sur les énergies renouvelables, aujourd'hui 70% de la consommation domestique. Près de 90 % des maisons d'Islande sont chauffées grâce à la géothermie. Puis, le gouvernement a développé l'hydroélectricité. Pour doper une économie associée à la mer et à ses ressources, il a parié sur cette énergie produite sur place pour attirer une industrie importée, l'aluminium, très gourmande en électricité. En 2005, l'aluminium absorbe pratiquement la moitié de l'électricité islandaise, d'origine hydroélectrique, 80%, et géothermique, 20%. Aujourd'hui les industries projettent d'ouvrir de nouveaux sites mais rencontrent une opposition des écologistes. Mais ces derniers craignent que les politiques deviennent en faveur de ces projets pour relancer l'économie.

3 - Chasse à la baleine

L'Islande s'est toujours montrée ambivalente par rapport au moratoire adopté en 1986 interdisant la chasse à la baleine à des fins commerciales. Il a fallu quatre ans après son adoption, pour que Reykjavik s'engage à arrêter la chasse commerciale et scientifique. Puis, après avoir quitté la CIB en 1992, le gouvernement islandais avait à nouveau rejoint la Commission internationale baleinière en 2002, en promettant de respecter le moratoire. Depuis 2003, il avait repris la chasse en déclarant alors mener, à l'instar du Japon, «un programme scientifique de chasse à la baleine». En 2007, l'Islande déclarait ne plus avoir d'intérêt à la chasse à la baleine mais les pêcheurs auraient repris l'activité en 2008.

Climat

En un mot comme en cent, le climat est tout simplement imprévisible. Les Islandais le disent eux-mêmes, "si vous n'êtes pas content du temps, attendez cinq minutes". Les quatre saisons dans la journée ne sont pas rares. Des microclimats, il y en a en pagaille, et il y a fort à parier que vous aurez votre lot de tous les temps inimaginables. Tordons le cou aux idées reçues : certes il peut y avoir de sérieux coups de tabac, position insulaire oblige, mais il peut faire aussi très beau temps sans que cela soit pour autant exceptionnel. C'est plutôt la transition subite de l'un à l'autre qui peut surprendre les novices, et même ceux qui y vivent. Un bon conseil, suivez bien nos conseils dans la liste d'équipement. Un homme averti en vaut deux. Et tout ceci est valable pour le court été sub-polaire car en hiver bon nombre de routes et pistes que vous allez emprunter sont tout simplement inaccessibles. Statistiquement les mois de juin et juillet sont moins pluvieux que le mois d'août... mais ce ne sont là que des statistiques. Ce qui est par contre certain c'est que la nuit est absente de la mi-mai à la mi-juillet et que les aurores boréales sont visibles à partir du 20 août environ.

Formalités

Pour les ressortissants français, carte d'identité ou passeport en cours de validité. Les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir une carte nationale d'identité individuelle. L'inscription sur le livret de famille ou le passeport des parents ne suffit pas. Les mineurs, non accompagnés d'un parent, doivent être en possession d'une autorisation de sortie du territoire. Une photocopie du passeport ou carte d'identité est très utile en cas de perte ou de vol.

Carte européenne d'assurance maladie (CEAM) : elle permet de bénéficier d'une prise en charge sur place de vos dépenses de santé (soins médicaux et pharmaceutiques, hospitalisations). Au moins deux semaines avant votre départ, demandez le formulaire à votre centre de Sécurité sociale. Toutes les informations concernant cette carte sont disponibles sur le site Internet : <http://www.ameli.fr/47/DOC/1376/article.html>.

BAGAGES CABINE : produits liquides

Vous devez désormais lors des contrôles de sûreté présenter séparément dans un sac en plastique transparent fermé d'un format d'environ 20 cm sur 20 cm, vos flacons et tubes de 100 ml maximum chacun. Ce sac en plastique transparent (type sachet à congélation) doit mesurer 20 cm sur 20 cm environ. Un sachet peut contenir plusieurs objets, tubes, flacons, aérosols. Produits concernés : les liquides, les aérosols, gels et substances pâteuses : eau minérale, parfums, boissons, lotions,

crèmes, gels douche, shampoings, mascara, soupes, sirops, dentifrice, savons liquides, déodorants...

Exceptions autorisées :

- Les médicaments liquides, à condition de présenter aux agents de sûreté une attestation ou une ordonnance à votre nom. Il n'y a aucune restriction pour les comprimés et gélules.
- Les aliments 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 !
Vos achats réalisés dans les boutiques des aéroports devront 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 douanière.
Attention cependant aux correspondances : renseignez-vous avant tout achat.

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

Santé

Aucun vaccin n'est obligatoire : nous vous conseillons d'être à jour de toutes vos vaccinations classiques (diphthérie, tétanos, typhoïde, polio) + hépatite et de consulter votre médecin traitant avant de partir.

Devises

1 euro (Evra en islandais) ~ 91 ISK (Króna, la couronne islandaise). Achat de devises sur place uniquement. Les cartes de crédit (Type VISA) sont acceptées partout, même pour s'acheter un Coca Cola qui coûte 4 euros.

Décalage horaire

Moins 1 heure en hiver et moins 2 heures en été par rapport à Paris.

Souvenirs

Certains souvenirs peuvent être intéressants ou amusants à rapporter, en particulier les vêtements et couvertures de laine, les céramiques, des tableaux, et lithographies, des objets artisanaux (bois travaillé, os de poisson, bois de renne, bijoux en or et argent ciselé), diverses spécialités culinaires (poisson sec, mariné, fumé, alcools... etc).

En quittant l'Islande, il faut savoir qu'il est strictement interdit d'emporter avec soi des objets naturels provenant de lieux publics (surtout s'ils sont protégés) tels que les plantes, les minéraux, les oiseaux, les œufs (ou coquilles), les nids etc.

Duty free et détaxe : si le montant des achats effectués en Islande atteint ou dépasse 5000 IKR (environ 60 Euros), vous pouvez obtenir le remboursement de la TVA islandaise :

- 1- Lors de l'achat, un "Tax free shopping cheque" vous sera remis.
- 2- En vous adressant au duty-free shop, en zone internationale à l'aéroport de Keflavik, sur présentation de l'article empaqueté (non-utilisé) et acheté depuis moins d'un mois, du "Tax free shopping cheque" et de votre passeport, la TVA (environ 15 % du prix total) vous sera remboursée.

Photos

Discrétion, confiance et respect sont les maîtres mots du photographe responsable. Demandez l'autorisation avant d'appuyer sur le déclencheur, également auprès des parents pour les enfants. Et si vous promettez l'envoi d'un cliché, honorez votre engagement dès votre retour, ou ne promettez rien !

Pourboires

En Islande, il n'est pas dans les coutumes de laisser un pourboire. Prévoir toutefois en fonction de votre satisfaction un pourboire pour l'équipe locale, à votre discrédition.

ÉTHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE

Tourisme responsable et durable



AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Chamina Voyages est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d'améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Plus d'informations concernant ATR sur www.tourisme-responsable.org

LA CHARTE EUROPÉENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTÉGÉS

En 2014, Chamina Voyages a obtenu une nouvelle distinction pour ses engagements : l'agrément au volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les espaces protégés. Créée et développée par la Fédération Europarc, la CETD a pour vocation de développer et d'affirmer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Le volet III de la CETD permet de nouer une véritable collaboration entre l'espace protégé et le voyagiste afin de tendre vers plus d'excellence, cet agrément atteste que Chamina Voyages est engagée dans le développement d'un tourisme responsable, sur les plans économique, social et environnemental.
<http://www.europarc-fr.org/index.php/fr/>

Chamina Voyages a été particulièrement soutenue par IPAMAC, <http://www.parcs-massif-central.com/>, association qui fédère tous les Parcs Naturels du Massif Central, et sa candidature a été portée par le Parc National des Cévennes.

Recommandations pour un séjour responsable

Chamina Voyages a pris un certain nombre d'engagements que vous pouvez consulter sur notre site Internet : <http://www.chamina-voyages.com/nos-engagements.html>.

Nous recommandons à tous nos clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur que vous pouvez consulter ici : <http://www.tourisme-responsable.org/voyager-responsable/charte-ethique-voyageur>. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

SE PRÉPARER POUR LE DÉPART

Vêtements

Une règle d'or, prévoir des vêtements qui sèchent rapidement.

Règles numéro 1, 2 et 3 : PAS DE COTON.

Le coton est certainement une fibre extraordinaire de par ses effets climatisant, car il capture beaucoup d'humidité et demande à votre corps de grandes quantités de chaleur pour la faire s'évaporer. Ici à 64° de latitude nord, d'autres facteurs se chargent de contrôler notre surchauffe, parfois bien au delà de nos espérances...Préférez donc la laine, la soie, et les fibres synthétiques, qui vous aideront à rester au sec et au chaud autant que possible !

Surtout, n'oubliez pas de prendre avec vous :

- Un ou deux maillots de corps en fibres "techniques", qui évacuent la transpiration et restent secs contre la peau. Si vous ne supportez pas le synthétique, essayez la laine douce ou la soie. En tous cas : une sous-couche chaude.
- Des sous-vêtements longs, un haut et un bas. Même chose que ci-dessus.
- Des chaussettes de laine épaisse. Les vendeurs d'équipement de sport vous regarderont comme sorti tout droit de l'âge de pierre, laissez les ricaner et faites comme les Islandais qui, somme toute, sont peut-être mieux placés pour le savoir.
- Une veste en fibre polaire à enfiler pendant les nombreuses poses de la journée. Pensez toujours à vous couvrir avant d'avoir froid.
- Un gros pull de laine à enfiler sous la polaire le soir au refuge.
- Un pantalon de randonnée en toile synthétique légère. L'idéal est un modèle convertible en shorts. Eh oui, ça peut servir ! Si le bas se serre et fait office de guêtres, c'est encore mieux.
- Un bonnet de laine assez épais pour couper le vent efficacement, doublé sur les oreilles. Rappelez vous que c'est par la tête et la nuque que se font 90% des pertes de chaleur d'une personne découverte. Une cagoule est aussi une bonne idée car elle reste autour du cou et ne se perd pas.
- Des gants ou des moufles de laine, non pas qu'il fasse très froid en Islande l'été, mais un vent de 50 km/h par +5°C équivaut à -12°C par temps calme. Le pays ne manque pas de vent.
- Une tenue étanche et respirante haut et bas. Pas de K-way ou de ciré, ceux ci s'apparentent plutôt à des bains turcs portatifs lorsque la marche s'intensifie. Choisissez un ensemble veste et salopette en Gore Tex, Dermizax, Micropore, quelque chose de sérieux qui vous dure quelques années. Adeptes du poncho, vérifiez qu'il se ficelle bien par le bas sinon le vent risque de le déchirer.
- Une paire de bonnes chaussures de randonnée, solides, avec bonne tenue de cheville, et imperméables. Si vous comptez acheter, cherchez un modèle cuir avec semelle Vibram et rebord de protection sur les orteils. Cirez les bien avant de les sécher, sinon elles se craquellent. Pensez à "casser" les chaussures neuves et refaire celles qui sont restées au placard, sinon gare aux ampoules !
- Des chaussons de planche à voile pour traverser les rivières. Si vous tenez à le faire en sandales, vérifiez qu'elles

s'attachent solidement, les rivières aussi cherchent à prélever leur impôt...

- Un maillot de bain... en Islande il y a l'eau courante à tous les étages, mais surtout, il y a des sources d'eau chaude (Landmannalaugar).

Matériel divers

- Une serviette de bain, petite et de préférence synthétique
- Une trousse de toilette réduite
- Des lunettes de soleil, de la crème solaire, visage et lèvres
- Une gourde 1.5 L ou toute bouteille plastique "indestructible"
- Un couteau de poche
- Des sacs plastiques (type sac poubelle épais) pour protéger vos affaires dans le sac
- Du papier hygiénique et un briquet pour le brûler une fois utilisé

Et éventuellement :

- Lampe de poche ou frontale (à partir du mois d'août)
- Un appareil photo et/ou une caméra. Prévoyez beaucoup de pellicule, la montagne est belle !
- Une paire de jumelles pour observer les oiseaux de mai à mi-août
- Une petite loupe pour les botanistes
- Une paire de bâtons télescopiques, pour les adeptes

Bagages

Vous conditionnerez vos principaux bagages dans un sac souple type «polochon» ou marin de 80 à 100 L et les affaires personnelles et nécessaires durant la journée, dans un petit sac à dos de 30 à 40 L.

Assurance

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats :

Garanties spécifiques d'assistance - rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 euros
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un évènement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 euros par personne
- voyage de compensation en cas de rapatriement
- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties.

Adresses et téléphones utiles

- Ambassade d'Islande : 8, Avenue Kléber, 75116 Paris - Tél. : 01 44 17 32 85 (service consulaire à l'ambassade).
- Office du Tourisme : 01 53 64 80 50

Bibliographie - Cartographie

Guides :

- o "Grand Guide de l'Islande", Gallimard. o Guide Islande Petit futé (2001)
- o Islande - Renaissance du livre (1999)
- o Finlande/Islande - Routard (2001/2002) o Islande - Guide du voyageur (1997)
- o En anglais : Iceland - Lonely Planet (2001) et Iceland - Rough Guide (2001). Livres :
- o "Pêcheur d'Islande", Pierre Loti - Gallimard Folio

Littérature :

- o "L'incendie de Copenhague", Gilles Lapouge, roman éditions Albin Michel

- o "La Cloche d'Islande", d'après Halldor Laxness, format poche éditions Garnier-Flammarion
- o "L'Edda, récits de mythologie nordique par Snorri Sturluson", traduit du vieil islandais, introduit et annoté par François-Xavier Dillmann, L'aube des peuples, Gallimard
- o "Ua, chrétiens du glacier", Halldór Laxness, trad. Régis Boyer, éditions Actes Sud
- o "Lumières du monde", Halldór Laxness, trad. Régis Boyer, éditions Aubier - 1989
- o "L'oiseau noir", Gunnar Gunnarsson, trad. Gérard Lemarquis, éditions Arléa - 1992
- o "Le voleur de vie", Steinunn Sigurdardóttir, trad. Régis Boyer, éditions Flammarion - 1995
- o "La mousse grise brûle", Thor Vilhjálmsson, trad. Régis Boyer, éditions Actes Sud - 1991
- o " L'aile du cygne", Guðbergur Bergsson, trad. Catherine Eyjólfsson, éditions Gallimard - 1997

Une mention spéciale pour un superbe livre de photos du photographe français Patrick Desgraupes, aux éditions de La Martinière : "Islande, le sublime et l'imaginaire". Chaque photo, comme une friandise, se déguste... avec les yeux.

Lexique

PETIT LEXIQUE

terre jörð Pronunciation"yeurthe"
 ciel himinn "himinn"
 eau vatn "vatn"
 feu eldur
 "eldur"
 homme karlmaður "karlmathur"
 femme kvenmaður "kvenmathur"
 manger borða "bortha"
 boire drekka
 "dreka" grand stór
 "staur" petit smár
 "smaor" nuit nótt
 "naute" jour dagur
 "dayur"

CHAMINA VOYAGES

S.A.S Chamina Sylva au capital de 270 000 euros - Siège social et administration : 43 place de Jaude 63000 CLERMONT-FERRAND - tél : 04 73 900 500 - fax : 04 73 90 12 99 - RCS B 389 249 426 - Code APE 7911Z - IM063100042 - RCP 86.791.647 : Allianz IARD - 87 rue de Richelieu 75002 Paris - Garantie financière : ATRADIUS CREDIT INSURANCE NV. (RCS Nanterre 417 498 755) 44 Avenue Georges Pompidou - 92596 Levallois-Perret Cedex - Agrément IATA numéro 20253671.