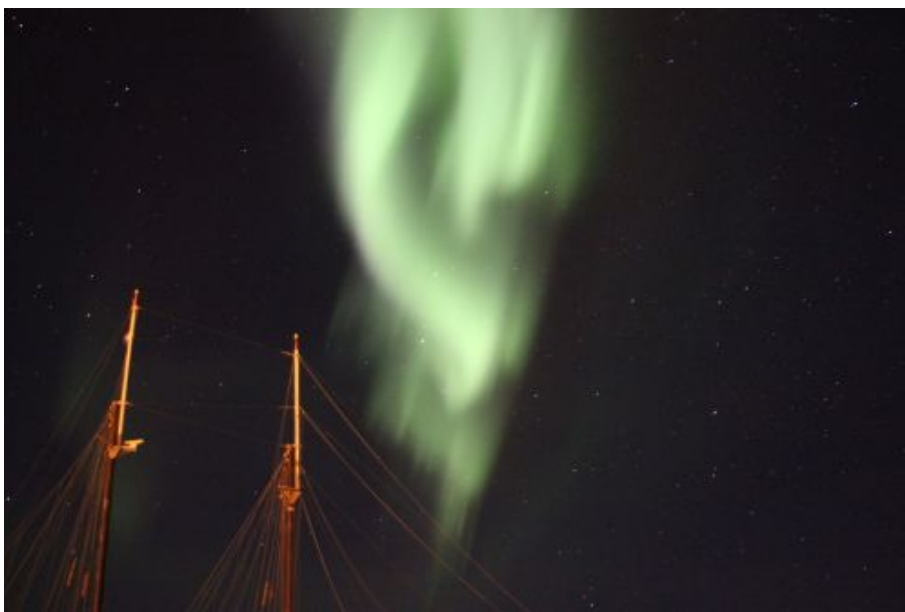




# Objectif Norvège avec Jean Lilensten

## Norvège

CROISIÈRE | 8 Jours | Difficulté physique



### VOUS APPRECIEREZ

- L'observation des orques et des baleines à bosse
- L'observation des aurores boréales avec un spécialiste
- Des débarquements quotidiens
- Un bateau convivial de petite capacité
- Deux guides francophones

### INFOS TECHNIQUES

- 8 Jours
- ACTIVITE : Observation aurores boréales, Observation animalière.
- TYPE DE VOYAGE : Itinérant
- GROUPE : 1 à 20 participants.



La Norvège est riche d'une bordure côtière spectaculaire. A 350 km au nord du cercle polaire, se trouve l'île de Kvaløya, 'l'île des baleines'. En début d'hiver, des bans de harengs remontent les fjords depuis la mer de Barents, attirant nombre de cétacés. Ce voyage sera donc consacré à la rencontre de ces géants des mers. Au cours des précédentes saisons, on a pu observer plus de 100 orques et 60 baleines à bosse sur le seul fjord de Kvaløya.

A bord de la goélette Noorderlicht, vous serez aux premières loges pour sillonner les fjords Kvaløya et de Ringvassøya. Accoudés à la rambarde du bateau, vous pourrez suivre le déplacement des cétacés venus se nourrir. Durant la nuit, vous pourrez assister à l'observation des féériques aurores boréales et, là aussi, depuis le pont du bateau, dans les fjords protégés de toute pollution électrique, vous serez les mieux placés et les spectateurs privilégiés de ces phénomènes lumineux extraordinaires en compagnie de votre spécialiste, Jean Lilensten. Cette semaine de navigation est également l'occasion de découvrir les villages de pêcheurs norvégiens.

## ITINERAIRE

---

### • JOUR 1 - Paris - Tromsø

Vol Paris/Tromsø. Transfert entre l'aéroport et le centre ville de Tromsø. Découverte de la ville (musée, cathédrale) puis déjeuner libre avant l'embarquement. Première nuit à bord.

Nuit en bateau

### • JOUR 2 - Rencontre avec les baleines

La navigation débute au nord-est jusqu'au fjord de Langsundet. Un débarquement est prévu au village de Hansnes, point de départ d'une randonnée jusqu'au sommet de la colline de Storheia (306m). Nuit dans le fjord de Dyrsfjorden.

Nuit en bateau

### • JOUR 3 à JOUR 5 - Rencontres avec les baleines

Nous passons les 3 journées suivantes dans les fjords de Vengsøyfjorden et Kaldfjorden, lieux d'observation privilégiée des baleines. En plus des orques et baleines à bosse, possibilité de voir des pygargues à queue blanche venues prendre leur part du festin de harengs. En soirée, nous devrions pouvoir observer des aurores boréales, si les conditions sont favorables. Les observations seront ensuite commentées par votre guide spécialiste en astronomie.

Nuit en bateau

### • JOUR 6 - Le tour de Kvaløya

Nous continuons le tour de l'île de Kvaløya jusqu'à rejoindre l'île de Sommarøy. Cette escale devrait également nous permettre d'observer des aurores boréales. L'île offre plusieurs possibilités de randonnées. En journée, nous longeons la bordure côtière, traversons quelques belles plages de sable et gagnons le sommet du mont Hillesøya (211m).

Nuit en bateau

### • JOUR 7 - Retour sur Tromsø

Dans l'après-midi, navigation de retour sur Tromsø pour terminer le tour de Kvaløya. La dernière nuit se passe au quai du centre-ville.

Nuit en bateau

### • JOUR 8 - Tromsø - Paris

Débarquement en début de matinée et transfert à l'aéroport pour votre vol retour à destination de Paris.

### • IMPORTANT ITINERAIRE

Le programme est toujours donné à titre indicatif et dépend des conditions de météo. Le programme définitif sera déterminé à bord par le commandant du navire et le guide. Nous attirons votre attention sur le fait que vous vous trouverez dans une région éloignée. Aucun débarquement ne pourra être garanti. Dans cette région, les conditions climatiques peuvent changer très vite et remettre en cause un débarquement ou une escale. La priorité sera avant tout votre sécurité.

D'autre part, les cétacés suivent les bancs de harengs et d'une saison à l'autre, ils peuvent changer de lieu de migration. L'équipage fera le maximum pour optimiser les observations et pourrait être amené à modifier l'itinéraire.

## VOTRE VOYAGE

---

### Caractéristiques du circuit

#### Les baleines du nord de la Norvège

Cette croisière est principalement orientée vers l'observation des orques et baleines à bosse, qui viennent se nourrir de harengs venus frayer dans la région de Troms. Ces impressionnants mammifères marins remontent à la surface pour respirer et pour se nourrir.

#### Les aurores boréales

L'aurore boréale est un phénomène lumineux caractérisé par des traînées lumineuses qui apparaissent la nuit. Elles sont provoquées lorsque les particules des explosions solaires entrent dans le champ magnétique terrestre et agissent sur l'atmosphère. L'énergie libérée forme les aurores boréales. Elles se produisent principalement dans les régions proches des pôles magnétiques, dans une zone annulaire justement appelée 'zone aurorale' (entre 65 et 75° de latitude) et à des altitudes qui varient de 90 à 150 km.

Les trois couleurs sont le vert, le rouge et le bleu. La couleur verte, la plus fréquente, est émise par des atomes d'oxygène.

En soirée, si le temps est clair, vous pourrez observer ces aurores boréales.

Les conditions de navigation dans cette région à cette période, sont très dépendantes de la météo, avec du mauvais temps possible et des vents forts. L'itinéraire est donc donné à titre indicatif. De même les baleines se déplacent et l'équipage fera au mieux pour privilégier les observations.

### Hébergement

La goélette 'Noorderlicht' : construite en 1910 à Flensburg, grée avec trois mâts, a longtemps servi de bateau phare en mer Baltique. En 1991, elle a été réaménagée et transformée en goélette deux mâts afin de recevoir des passagers. Cette nouvelle vie ne lui a pas retiré sa patine : à bord, pas de winchs électriques ou de mât en fibre de carbone, mais des voiles en chanvre et des

pouliées en bois pour des manœuvres simples qui nous rappellent l'esprit de la marine à voile traditionnelle. Son capitaine (d'une grande expérience maritime) est entouré d'un équipage compétent qui mettra tout en œuvre pour rendre votre croisière agréable ; l'équipage est d'origine hollandaise et parle anglais. C'est une croisière où les contemplatifs pourront ne participer qu'aux observations (nombreuses descentes à terre) mais vous pourrez être aussi très actif en participant aux manœuvres... Vous êtes prêt à embarquer ?

Caractéristiques :  
Longueur : 38 mètres  
Capacité : 20 passagers  
Largeur au maître bau : 6,5 mètres  
Equipage : 5 personnes  
Moteur : 360 ch  
Voltage : 220 volt

Type de cabine : le bateau dispose de 10 cabines passagers. Chacune est aménagée avec deux couchettes superposées, un lavabo et des rangements. Le bateau est équipé de 4 douches et 5 toilettes. Pour la détente, le bateau dispose d'un grand salon-bar ainsi que d'un coin bibliothèque et de deux carrés.  
Pas de service de laverie à bord.

Équipage : le capitaine, le second, le marin et le cuisinier sont anglophones.

Service de bar : jus de fruits, boissons non alcoolisées, bières et une sélection de vins et de liqueurs. Vous n'êtes pas autorisé à amener des boissons alcoolisées à bord. Vous êtes accueilli sur un bateau hollandais. Le chef prépare une cuisine internationale avec des repas copieux et variés.

A tout moment, il est possible de se servir gratuitement de thé ou de café.

Tous les après-midi, le bateau est à quai, ce qui permet de débarquer facilement pour de courtes randonnées.

## Nourriture

Pension complète (hors boissons).

## Encadrement

### Un spécialiste de l'astronomie, Jean Liliensten

Au début des années 90, la communauté scientifique travaillant sur les relations Soleil-Terre, avait un terrain d'action relativement circonscrit. Deux évolutions majeures l'ont considérablement marquée. La première est la météorologie de l'espace. Ce terme est apparu de façon récurrente au milieu des années 90. Il s'agit de prolonger les connaissances scientifiques de façon à pouvoir à terme quantifier l'activité solaire et ses impacts sur notre société.

La seconde est la planétologie comparée. Il est apparu de plus en plus évident que les enveloppes spatiales des planètes jouaient un rôle majeur dans leur histoire, et que pour s'y intéresser, les spécialistes de la Terre étaient bien armés. Dans les dernières années, ces courants semblent se rejoindre pour former une 'météorologie de l'espace des planètes'.

Jean Liliensten a développé ses recherches dans les deux branches, abordant l'impact de l'activité solaire sur différentes planètes (Terre, Mars, Vénus, Jupiter, Saturne, Uranus). Les plus récentes découvertes sont l'existence d'aurores bleues sur Mars, et comment littéralement 'voir' le champ magnétique autour d'une planète à travers son rayonnement nocturne (dont bien sûr les aurores polaires). Il a créé un simulateur d'aurores polaires, la Planeterra.

Un guide francophone sera également présent. Le personnel du bateau reste anglophone.

## Transfert et transport des bagages

Nous vous recommandons de voyager avec des bagages souples qui se rangent plus facilement dans les cabines. Vos bagages doivent être clairement étiquetés et porter l'étiquette fournie avec votre dossier voyage. Votre bagage enregistré en soute ne doit pas dépasser 23 kg. Nous insistons sur le fait qu'il s'agit d'un seul bagage enregistré. Vous êtes autorisé à prendre un bagage cabine de 8 kg maxi.

Prévoir de prendre avec vous, en bagage accompagné (dans l'avion) : vos médicaments, une polaire et une veste imperméable, dans le cas où ces bagages auraient du retard ou seraient égarés... c'est rare mais cela arrive.

## Moyens d'accès

Pré-acheminement par train ou avion :

Pour les personnes arrivant de province, prévoir un billet d'avion ou de train modifiable : les horaires de départ/retour peuvent être changés par la compagnie sans préavis. Nous pouvons nous charger de la réservation.

Prévoir l'arrivée sur Paris Charles de Gaulle, au minimum 3 heures avant l'heure de décollage.

## Transports aériens

Les horaires d'avion seront communiqués ultérieurement.

## Formalités spécifiques

Carte d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants de l'UE.

Les horaires : la Norvège se trouve sur le même fuseau horaire que la France.

## Passeport

Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants français, belges et suisses. Pour les autres nationalités, nous sommes à votre disposition pour vous accompagner dans vos démarches.

Si vous désirez faire une extension au Spitzberg, vous devez vous munir de votre passeport en cours de validité.

Si vous voyagez avec vos enfants, sachez que, dorénavant, les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir un passeport individuel. La législation française stipule que les mineurs voyageant avec leurs deux parents, ou un seul des deux, n'ont pas besoin d'être en possession d'une autorisation de sortie du territoire. En revanche, ce document est obligatoire (depuis le 15 janvier 2017) si cette condition d'accompagnement n'est pas remplie. Dans ce dernier cas, l'enfant devra présenter : passeport (ou carte d'identité, selon les exigences du pays de destination) ; le formulaire d'autorisation de sortie du territoire, signé par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale (le formulaire d'autorisation de sortie du territoire est accessible sur le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)) ; une photocopie du titre d'identité du parent signataire.

Lorsqu'un mineur voyage avec l'un de ses parents dont il ne porte pas le nom, il est fortement conseillé soit de pouvoir prouver la filiation (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15392>), soit de présenter une autorisation de sortie du territoire (formulaire Cerfa n° 15646\*01) dûment remplie et signée par l'autre parent avec copie de sa pièce d'identité. Cette autorisation ne dispense pas de l'accomplissement de toute autre formalité spécifique à la destination concernant les mineurs.

Depuis le 1er janvier 2014, les cartes nationales d'identité sécurisées françaises délivrées à des majeurs entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 ont automatiquement une durée de validité étendue de 5 ans, sans modification matérielle du titre. Ainsi, la carte d'une personne majeure au moment de la délivrance portant comme date de fin de validité le 23 avril 2014 sera en réalité valable jusqu'au 23 avril 2019. De façon à éviter tout désagrément pendant votre voyage (les autorités norvégiennes ne reconnaissant pas cette validité prolongée), il vous est fortement recommandé de privilégier l'utilisation d'un passeport valide à une CNI portant une date de fin de validité dépassée, même si elle est considérée par les autorités françaises comme étant toujours en cours de validité.

Si néanmoins vous voyagez uniquement avec votre carte nationale d'identité, vous pourrez télécharger et imprimer une notice multilingue expliquant ces nouvelles règles en allant à l'adresse suivante : <http://media.interieur.gouv.fr/interieur/cni-15ans/document-a-telecharger-norvege.pdf>

De nouvelles mesures de sécurité sont entrées en vigueur dans les aéroports : les appareils électroniques (smartphones, tablettes, portables...) doivent être chargés et en état de fonctionnement pour tous les vols allant ou passant par les Etats-Unis et Londres. Les agents de contrôle doivent pouvoir les allumer. Par précaution, ayez votre chargeur à portée de main. Si votre appareil est déchargé ou défectueux, il sera confisqué. Cette mesure étant susceptible d'être étendue à d'autres aéroports, nous vous conseillons de charger vos appareils électroniques avant le vol quelle que soit votre destination.

## Visa

Pas de visa pour les ressortissants français, belges et suisses. Pour les autres nationalités, nous sommes à votre disposition pour vous accompagner dans vos démarches.

## Vaccins obligatoires

Pas de vaccination obligatoire.

## Vaccins conseillés

Nos recommandations devront, bien sûr, être adaptées à la saison du voyage et aux activités pratiquées (visites urbaines, ski, randonnées en forêt, croisières).

Aucun vaccin n'est obligatoire mais, comme partout, il est important d'être à jour des rappels de vaccins « universels » (DTCP, ROR), moins systématiquement hépatites A et B et, pour les randonneurs en forêt pendant l'été, contre l'encéphalite à tiques. La vaccination contre la grippe est recommandée aux croisiéristes, le risque de contagion étant majoré en milieu fermé.

## Préventions contre le paludisme

Pas de risque.

## Autres risques parasitaires, infectieux et traumatiques

PENDANT LA PERIODE DE CIRCULATION DU COVID19, NOUS INVITONS LES VOYAGEURS A CONSULTER NOS « NEWS » SANTE, OU NOUS ACTUALISONS LES RECOMMANDATIONS SANITAIRES.

Les précautions vont dépendre des activités. Nous n'insisterons pas sur les risques sécuritaires en ville ou traumatiques dans les

stations de sports d'hiver. Les tiques peuvent être responsables, pour les randonneurs en forêt l'été, de nombreuses et souvent graves maladies (maladie de Lyme, borrélioses, encéphalites...). La prévention passe par le port de vêtements couvrants et l'utilisation des répulsifs, recommandés aussi contre les moustiques et les moucherons (qui peuvent être gênants en été même s'ils ne véhiculent pas de maladies). La surveillance quotidienne au retour de randonnée et l'extraction complète des tiques retrouvées est capitale (tire-tique ou pince à épiler). Un traitement antibiotique (Doxycycline) ne sera mis en place qu'en cas d'extraction incomplète de l'acarien, de réaction locale ou de tique gorgée de sang.

## Informations pratiques

Les structures sanitaires sont de haut niveau, mais les soins peuvent être coûteux et il sera indispensable de pouvoir, si nécessaire, bénéficier d'un « bon » contrat d'assurance-assistance.

## PAYS ET CLIMAT

### Climat et Informations régionales

Grâce au courant chaud du Gulf Stream, la côte jouit d'un climat doux pour ces latitudes ; l'hiver, le froid est toujours plus vif dans l'intérieur. Les précipitations sont fréquentes toute l'année (neigeuses l'hiver, spécialement au nord). La meilleure saison pour visiter l'ouest est l'été ; il est, en revanche, chaud au centre et à l'est. Ski de fond possible tout l'hiver dans le sud ; à partir de mars-avril au nord (froid moindre, jour suffisant). L'extrême nord connaît une période de nuit permanente de fin novembre à fin janvier, et une période de jour permanent de mai à fin juillet.

## VOTRE BUDGET

### Dates et prix

Dates (Paris/Paris) :  
06/11 au 13/11/2021  
Prix : 3560€

### Le prix comprend

La croisière en pension complète (hors boissons), les vols et les transferts entre l'aéroport et le port de Tromsø.

### Le prix ne comprend pas

Les assurances, les frais d'inscription, les dépenses personnelles et les pourboires.

### Vos dépenses

Avant votre débarquement, un pointage de vos consommations vous sera présenté pour le règlement. Seuls les règlements en espèces en couronnes norvégiennes ou euros sont acceptés.

### Pourboires

Il est de tradition, sur les bateaux de croisière de remettre une enveloppe à l'équipe, pour vous signifier votre satisfaction. Le montant est laissé à la libre appréciation de chacun. Notre conseil, entre 5 et 10€/jour et par personne.

## 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 25 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.

2 - Le grand sac de voyage souple :

Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par des porteurs et/ou des animaux et/ou des véhicules.

Vous recevrez avant votre départ des étiquettes qui vous permettront d'identifier vos bagages avec vos nom et adresse, et faciliteront le regroupement des sacs aux arrivées à l'aéroport.

Il sera en soute lors des transports aériens. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation ou billet.

Nos recommandations :

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 prenez 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 100ml maximum chacun. Un sachet peut contenir plusieurs tubes, flacons,...

Quelles sont les exceptions autorisées en cabine ?

- 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.

## Particularités Bagages

Nous vous recommandons de voyager avec des bagages souples qui se rangent plus facilement dans les cabines. Vos bagages doivent être clairement étiquetés et porter l'étiquette fournie avec votre dossier voyage. Votre bagage enregistré en soute ne doit pas dépasser 23 kg. Nous insistons sur le fait qu'il s'agit d'un seul bagage enregistré.

Prévoir de prendre avec vous, en bagage accompagné (dans l'avion) : vos médicaments, une polaire et une veste imperméable, dans le cas où ces bagages auraient du retard ou seraient égarés... c'est rare mais cela arrive. Vous êtes autorisé à prendre un bagage de cabine de 8 kg maxi.

## Vêtements

Le choix vestimentaire pour les climats froids demeure très personnel. Il dépend de votre adaptabilité et de votre sensibilité au froid. Pour votre confort et sécurité, évitez d'être mouillé (que ce soit par la transpiration, la pluie, des bottes inadaptées ou des embruns). Apportez des vêtements protégeant de l'eau et du vent.

Évitez les vêtements trop serrés qui ne laissent plus de place pour l'air : l'air est un très bon isolant thermique. Les fibres synthétiques comme la fibre polaire retiennent mieux la chaleur que le coton. Le secret pour rester bien couvert est le 'principe des 3 couches'.

Autrement dit, il vaut mieux porter plusieurs couches légères qu'une seule importante : vous pouvez enlever une de ces couches si vous avez trop chaud ou en remettre une si vous avez froid.

La couche la plus importante est l'externe, qui doit être résistante à l'eau et au vent car un petit vent de 6 km/h peut entraîner une déperdition de chaleur huit fois plus importante que sans vent. Un dicton habituel dans l'Arctique : 'Il n'y a rien d'aussi mauvais que le mauvais temps, sauf d'être mal habillé'.

La chaleur corporelle est plus facilement perdue par les parties du corps qui ont beaucoup de surface mais peu de masse : les extrémités. Gardez-les au chaud et au sec. Pour les mains, les moufles sont préférables aux gants.

Si le reste de votre corps est couvert, vous pouvez néanmoins perdre 90% de la chaleur par la tête. Assurez-vous de porter un bonnet, un passe-montagne ou une cagoule. Ils peuvent être abaissés afin de protéger vos oreilles, le front, le cou et le menton. Le cou a également besoin de protection par une écharpe.

Lorsque vous préparez votre sac, n'emportez pas trop de vêtements ou d'équipements. Sélectionnez ce qui est essentiel pour votre voyage, incluant :

- La veste imperméable doit être munie d'une capuche. Le Gore-tex est idéal. La veste étanche est la couche de vêtements la plus importante.

- Un pantalon chaud. Un pantalon de ski ou un pantalon robuste sera porté entre vos sous-vêtements et le pantalon imperméable.

Une paire de jeans et un pantalon de velours conviennent bien pour des excursions ou pour porter à bord du bateau.

- Un pantalon imperméable est essentiel pour votre confort : il garde vos sous- vêtements secs et chauds. Le Gore-tex et les tissus similaires sont résistants à l'eau et respirants.

- Sous-vêtements : le polypropylène est fortement recommandé, il garde au chaud sans surpoids. Des sweat-shirts en polaire de poids moyen sont recommandés.

- Mouflés et gants. Garder ses mains au chaud et au sec est important. Des gants fins en polypropylène peuvent être portés sous des mouflés. Vous pouvez donc retirer les mouflés lorsque vous prenez des photos et être toujours protégé du froid.

- Un bonnet chaud et une écharpe protègent les oreilles.

- Des chaussettes robustes, de grandes chaussettes en laine sur une paire plus fine, polypropylène ou coton/laine permet l'isolation des pieds. Apportez plusieurs paires, sachant que vous aurez inévitablement les pieds mouillés par la transpiration ou si vous mettez malencontreusement un pied dans l'eau.

- Une paire de chaussures de randonnée ou de marche est essentiel pour les randonnées à terre. N'apportez pas des chaussures trop lourdes.

## Equipement

- Pensez à des lunettes de soleil de bonne qualité. Notez que la réverbération sur l'eau et la neige/glace peut pénétrer même si le ciel est couvert.

- Un petit sac à dos pour débarquer les mains libres ainsi qu'une paire de jumelles pour les observations sont essentiels.

- Le bateau est équipé de prises électriques européennes. Le courant électrique à bord du bateau est de 220 volts/50 Hertz.

- Des boules Quies peuvent être utiles si vous partagez votre cabine avec un ronfleur.

Pensez également à prendre une paire de sandales en caoutchouc pour les douches collectives (serviette éponges et linge de lit fournis).

- Une lampe frontale et un trépied pour les photos d'aurores.

## Couchage

Une couette, un oreiller et le linge de lit sont fournis ainsi que les serviettes de toilette.

## Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)

## TOURISME RESPONSABLE

### Des voyages 100% carbone neutre

Grand Nord Grand Large absorbe 100% des émissions de CO2 générées par le transport aérien et terrestre de votre voyage. Au travers de nos projets de reforestation, nous contribuons chaque année à la captation de centaines de milliers de tonnes de gaz à effet de serre, équivalent à la totalité des émissions liées à nos voyages. Ces projets sont toujours porteurs d'un objectif de développement économique autonome pour les populations locales. Pour en savoir plus [www.insolitesbattisseurs.org](http://www.insolitesbattisseurs.org)

### Agir pour un tourisme responsable

Nous avons toujours eu à cœur de développer un tourisme responsable. Depuis son origine, Terres d'Aventure créé des voyages différents grâce à toutes les ressources de la terre, mais avec le devoir d'en assurer la pérennité pour les générations futures. Terres d'Aventure est membre fondateur de l'association ATR (Agir pour un Tourisme responsable). Au travers de son label, ATR poursuit plusieurs objectifs : Diffuser les bonnes pratiques du tourisme responsable ; Développer des relations s'appuyant sur les bonnes pratiques sociales et environnementales avec l'ensemble des acteurs du tourisme dans les destinations ; Promouvoir en France toutes les actions de ses membres visant à agir socialement tout en diminuant l'impact environnemental de chacun.

### Protection des sites

GNGL s'est engagé à représenter uniquement des bateaux (navires passagers et voiliers) qui suivent la réglementation AECO\*, en organisant dans l'Arctique des petits groupes de passagers pouvant débarquer chaque fois, sur tous les sites visités, 2 à 3 fois par jour. Ces bateaux sont tous équipés pour protéger l'environnement (traitement des eaux usées, stockage des poubelles, aucun rejet sur place).

L'encadrement, par des guides de passionnés compétents, qui connaissent bien la région visitée, permet d'être le garant du respect de cet écosystème fragile.

\*Association des Organisateurs de Croisières Expéditions dans l'Arctique

**Bibliographie**

Michel Fahrenbach, Gilles Dawidowicz, Rémy Marion,  
Aurores Boréales et australes, GNGL Productions, Pôles d'images



