

## RUSSIE - SPLENDEURS BLANCHES - RUSCTCIE



3h



+2h Hiver/ + 1h Eté

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide. Vous trouverez dans cette fiche technique des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

**FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS DU 10/06 au 02/09/2021 inclus**

L'itinéraire est donné à titre indicatif. Il peut être modifié en fonction des arrivées et des départs des vols internationaux, des conditions climatiques, des transports intérieurs et des lieux d'hébergement. Nous vous indiquons le nombre de kilomètres parcourus ainsi que la durée estimée du temps de transport. Cette dernière peut varier en fonction des conditions climatiques et du trafic.



*Ce voyage exclusif et inédit vous entraîne à la découverte de la Carélie, l'une des plus belles régions de Russie, l'île de Kiji, perle de la Carélie, l'île de Valaam avec son célèbre complexe monastique, non loin du cercle arctique, l'archipel des îles Solovki et bien plus encore... Venez à la rencontre de la Russie profonde et authentique !*

## VOTRE VOYAGE

### **Jour 1 : Paris – Saint-Pétersbourg**

Envol pour Saint-Pétersbourg. Accueil par votre guide et transfert à votre hôtel. Dîner. Installation pour 1 nuit à l'hôtel Bristol 3\*.

### **Jour 2 : Saint-Pétersbourg – Petrozavodsk • (440 km/env. 7 h 30 de train)**

Tour panoramique de la capitale des tsars : la perspective Nevski, les bords de la Neva et ses canaux... Visite de la très belle forteresse Pierre et Paul et de sa Collégiale, qui renferme les tombeaux des tsars. Déjeuner. Visite du célèbre musée de l'Ermitage, extraordinaire collection de plus de 3 millions d'œuvres d'art, y compris les superbes salles des impressionnistes. Découverte de la cathédrale Saint-Isaac, la plus imposante de Saint-Pétersbourg. Dîner puis transfert à la gare et départ en train-couchettes pour Petrozavodsk. Nuit en compartiment à usage quadruple.

### **Jour 3 : Petrozavodsk**

Arrivée à Petrozavodsk, accueil par votre guide et transfert pour le petit déjeuner. Tour panoramique de la "ville de Pierre le Grand" : le centre historique, le monument à Pierre le Grand, les quais du lac Onega... Visite du musée des Beaux-Arts de la Carélie avec une leçon de fabrication de sacs écologiques en tissu de toile. Déjeuner et transfert à votre hôtel. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Hotel Fregat 3\* et dîner.

### **Jour 4 : Petrozavodsk – Kiji - Petrozavodsk • (30 km/1h15 d'hydroglisseur)**

Après votre petit-déjeuner, départ pour le lac Onega pour un transfert en hydroglisseur jusqu'à Kiji, véritable perle de la Carélie sur le lac Onega. Visite du musée de l'architecture en bois avec l'extraordinaire église de la Transfiguration inscrite au Patrimoine Mondial de l'Unesco. Déjeuner sur l'île de Kiji, puis retour à Petrozavodsk en hydroglisseur. Dîner typique de spécialités locales au restaurant de l'hôtel. Nuit.

### **Jour 5 : Petrozavodsk – Valaam – Sortavala • (290 km/env. 5h10)**

Petit-déjeuner en panier repas. Départ pour Sortavala, à seulement 45 min de la Finlande, sur les bords du lac Ladoga. Petit déjeuner en ville puis départ en hydroglisseur pour l'île de Valaam. La raison principale de visiter l'île est de découvrir des paysages nordiques remplis de pins, de côtes rocheuses, etc. La faune de l'île est très riche en espèces d'oiseaux, de renards ou encore de lièvres. Elle est également très connue pour son célèbre complexe monastique du 10e siècle qui est toujours un haut lieu de pèlerinage en Carélie. La cathédrale de la Transfiguration représente un des sites les plus sacrés pour les orthodoxes en Russie. Déjeuner dans le réfectoire du monastère puis découverte d'un skite, celui de Saint-Nicolas le Merveilleux. Vous découvrirez la vie des moines qui ont décidé de ne plus quitter l'île. Retour en hydroglisseur pour Sortavala. Dîner et nuit à l'hôtel Kaunis 3\*.

**Jour 6 : Sortavala – Ruskeala – Kinerma – Petrozavodsk • (400 km/env. 5h)**

Excursion au parc montagneux de Ruskeala, dans une ancienne carrière de marbre entourée d'eau. Découverte des cascades et du canyon de marbre utilisé pour la construction de la célèbre cathédrale Saint-Isaac à Saint-Pétersbourg. Ce parc vous offrira des paysages exceptionnels mêlant des couleurs vives. Déjeuner puis découverte du village carélien de Kinerma. Il possède l'unique chapelle de la Mère de Dieu en bois de Carélie datant du XIXe siècle, entourée d'une forêt de pins, de maisons authentiques. Dîner chez une famille et nuit à l'hôtel Fregat 3\*.

**Jour 7 : Petrozavodsk – Kivach – Kem • (424 km/env. 5h20)**

Départ pour le nord de la Carélie et sa mer blanche. Visite d'un centre de production de Shungite: minéral d'origine organique qui date de plusieurs milliards d'années. Surnommée la "pierre de vie" ou "pierre de guérison", découverte d'une cavité et pause thé. Découverte de la réserve naturelle de Kivatch. Au cœur de la nature, dans un parc protégé, vous découvrirez notamment la chute de Kivatch, l'une des plus belles cascades d'Europe. Puis départ pour le village Povenets pour découvrir les différentes écluses de la Mer Blanche et de la mer Baltique. Déjeuner puis départ pour votre hôtel. Installation à l'hôtel Prichal 3\*, dîner et nuit.

**Jour 8 : Kem – Solovki • (63 km/env. 2h30)**

Traversée en bateau (compter environ 2h) pour l'archipel des Solovki au cœur de la mer Blanche, non loin du cercle arctique. Visite du légendaire monastère fortifié de Solovki, du 15e siècle, l'un des plus beaux édifices de Russie aux multiples bulbes argentés et aux murailles imprenables. Déjeuner. Puis découverte de l'exposition consacrée à l'histoire du Goulag de Solovki, l'un des plus terribles de l'époque stalinienne. Dîner et nuit à l'hôtel Solovetskaya Sloboda 2\*.

**Jour 9 : Solovki – Petrozavodsk – Saint-Pétersbourg • (420 km/env. 5h)**

Visite du point culminant de l'île Grand Solovetski, le mont Sékirnaïa afin de profiter du panorama magnifique sur la mer Blanche et sur la grande île de l'archipel. Vous admirerez les villages et les habitats des ermites, découvrirez leur histoire, vous visiterez l'unique église-phare et le jardin botanique. Déjeuner. Traversée en bateau pour Petrozavodsk. Dîner puis transfert à la gare et départ en train-couchettes pour Saint-Pétersbourg. Nuit en compartiment à usage double.

**Jour 10 : Saint-Pétersbourg – Peterhof – Saint-Pétersbourg • (52 km/env. 1h20)**

Arrivée à Saint-Pétersbourg. Accueil par votre guide et départ pour prendre le petit-déjeuner en ville. Puis départ pour visiter Peterhof (ancien Petrodvorets). Ce complexe est formé de palais et de jardins et fût la résidence des tsars jusqu'en 1917. Visite du palais aussi appelé le "Versailles russe" au cœur d'un parc splendide aux innombrables fontaines dorées. Déjeuner à Saint-Pétersbourg puis croisière sur les canaux de la ville afin de découvrir les richesses de la capitale des tsars, surnommée la "venise du Nord". Dîner en ville puis installation à l'hôtel Bristol 3\*.

**Jour 11 : Saint-Pétersbourg – Paris**

Après votre petit-déjeuner, transfert pour l'aéroport et envol pour la France.

**FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LE DEPART DU 20/05/2021****Jour 1 : Paris – Saint-Pétersbourg**

Envol pour Saint-Pétersbourg. Accueil par votre guide et transfert à votre hôtel. Dîner. Installation pour 1 nuit à l'hôtel Bristol 3\*.

**Jour 2 : Saint-Pétersbourg – Petrozavodsk • (440 km/env. 7 h 30 de train)**

Tour panoramique de la capitale des tsars : la perspective Nevski, les bords de la Neva et ses canaux... Visite de la très belle forteresse Pierre et Paul et de sa Collégiale, qui renferme les tombeaux des tsars. Déjeuner. Visite du célèbre musée de l'Ermitage, extraordinaire collection de plus de 3 millions d'œuvres d'art, y compris les superbes salles des impressionnistes. Découverte de la cathédrale Saint-Isaac, la plus imposante de Saint-Pétersbourg. Dîner puis transfert à la gare et départ en train-couchettes pour Petrozavodsk. Nuit en compartiment à usage quadruple.

**Jour 3 : Petrozavodsk**

Arrivée à Petrozavodsk, accueil par votre guide et transfert pour le petit déjeuner. Tour panoramique de la "ville de Pierre le Grand" : le centre historique, le monument à Pierre le Grand, les quais du lac Onega... Visite du musée des Beaux-Arts de la Carélie avec une leçon de fabrication de sacs écologiques en tissu de toile. Déjeuner et transfert à votre hôtel. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Hotel Fregat 3\* et dîner.

**Jour 4 : Petrozavodsk – Kiji - Petrozavodsk • (30 km/1h15 d'hydroglisseur)**

Après votre petit-déjeuner, départ pour le lac Onega pour un transfert en hydroglisseur jusqu'à Kiji, véritable perle de la Carélie sur le lac Onega. Visite du musée de l'architecture en bois avec l'extraordinaire église de la Transfiguration inscrite au Patrimoine Mondial de l'Unesco. Déjeuner sur l'île de Kiji, puis retour à Petrozavodsk en hydroglisseur. Dîner typique de spécialités locales au restaurant de l'hôtel. Nuit.

**Jour 5 : Petrozavodsk – Valaam – Sortavala • (290 km/env. 5h10)**

Petit-déjeuner en panier repas. Départ pour Sortavala, à seulement 45 min de la Finlande, sur les bords du lac Ladoga. Petit déjeuner en ville puis départ en hydroglisseur pour l'île de Valaam. La raison principale de visiter l'île est de découvrir des paysages nordiques remplis de pins, de côtes rocheuses, etc. La faune de l'île est très riche en espèces d'oiseaux, de renards ou encore de lièvres. Elle est également très connue pour son célèbre complexe monastique du 10e siècle qui est toujours un haut lieu de pèlerinage en Carélie. La cathédrale de la Transfiguration représente un des sites les plus sacrés pour les orthodoxes en Russie. Déjeuner dans le réfectoire du monastère puis découverte d'un skite, celui de Saint-Nicolas le Merveilleux. Vous découvrirez la vie des moines qui ont décidé de ne plus quitter l'île. Retour en hydroglisseur pour Sortavala. Dîner et nuit à l'hôtel Kaunis 3\*.

**Jour 6 : Sortavala – Ruskeala – Kinerma - Petrozavodsk • (400 km/env. 5h)**

Excursion au parc montagneux de Ruskeala, dans une ancienne carrière de marbre entourée d'eau. Découverte des cascades et du canyon de marbre utilisé pour la construction de la célèbre cathédrale Saint-Isaac à Saint-Pétersbourg. Ce parc vous offrira des paysages exceptionnels mêlant des couleurs vives. Déjeuner puis découverte du village carélien de Kinerma. Il possède l'unique chapelle de la Mère de Dieu en bois de Carélie datant du XIXe siècle, entourée d'une forêt de pins, de maisons authentiques. Dîner chez une famille et nuit à l'hôtel Fregat 3\*.

**Jour 7 : Petrozavodsk – Kivach – Petrozavodsk • (170 km/env. 3h)**

Départ pour le nord de la Carélie et sa mer blanche. Visite d'un centre de production de Shungite: minéral d'origine organique qui date de plusieurs milliards d'années. Surnommée la "pierre de vie" ou "pierre de guérison", découverte d'une cavité et pause thé. Découverte de la réserve naturelle de Kivatch. Au cœur de la nature, dans un parc protégé, vous découvrirez notamment la chute de

Kivatch, l'une des plus belles cascades d'Europe. Puis visite du musée de la nature. Déjeuner puis retour à Petrozavodsk. Dîner et nuit à l'hôtel Fregat 3\*.

**Jour 8 : Petrozavodsk -Verkhnie Mandrogui – Petrozavodsk • (450 km/env. 5h)**

Après votre petit-déjeuner, départ pour le village Verkhnie Mandrogui pour découvrir le mode de vie d'un village russe datant du 19<sup>ème</sup> siècle. Vous découvrirez un ancien village de pêcheurs aux maisons de bois aux couleurs vives. Déjeuner puis visite du musée de la vodka avec dégustation. Vous aurez l'occasion de voir sa collection de plus de 3500 variétés de vodka. Retour à Petrozavodsk et temps libre jusqu'à votre dîner à l'hôtel. Nuit à l'hôtel Fregat 3\*.

**Jour 9 : Petrozavodsk - Saint-Pétersbourg**

Départ pour la base des chiens Husky Sibérien. Ces chiens, originaires de l'Extrême-Orient russe sont très connus pour accompagner les humains lors d'expéditions dans le grand froid. Ces chiens de traîneaux ont donné leur nom à des îles, des baies et des légendes ont été créées à leur honneur. Déjeuner puis initiation à la préparation de « kalitki », une spécialité de la Carélie. Il s'agit de petits beignets ouverts à base de pâte de seigle et garnis de pomme de terre ou de bouillie de millet. Retour à Petrozavodsk, dîner puis transfert à la gare et départ en train-couchettes pour Saint-Pétersbourg. Nuit en compartiment à usage double.

**Jour 10 : Saint-Pétersbourg – Peterhof - Saint-Pétersbourg • (52 km/env. 1h20)**

Arrivée à Saint-Pétersbourg. Accueil par votre guide et départ pour prendre le petit-déjeuner en ville. Puis départ pour visiter Peterhof (ancien Petrodvorets). Ce complexe est formé de palais et de jardins et fût la résidence des tsars jusqu'en 1917. Visite du palais aussi appelé le "Versailles russe" au cœur d'un parc splendide aux innombrables fontaines dorées. Déjeuner à Saint-Pétersbourg puis croisière sur les canaux de la ville afin de découvrir les richesses de la capitale des tsars, surnommée la "venise du Nord". Dîner en ville puis installation à l'hôtel Bristol 3\*.

**Jour 11 : Saint-Pétersbourg – Paris**

Après votre petit-déjeuner, transfert pour l'aéroport et envol pour la France.

**FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LE DEPART DU 23/09/2021**

**Jour 1 : Paris – Saint-Pétersbourg**

Envol pour Saint-Pétersbourg. Accueil par votre guide et transfert à votre hôtel. Dîner. Installation pour 1 nuit à l'hôtel Bristol 3\*.

**Jour 2 : Saint-Pétersbourg – Petrozavodsk • (440 km/env. 7 h 30 de train)**

Tour panoramique de la capitale des tsars : la perspective Nevski, les bords de la Neva et ses canaux... Visite de la très belle forteresse Pierre et Paul et de sa Collégiale, qui renferme les tombeaux des tsars. Déjeuner. Visite du célèbre musée de l'Ermitage, extraordinaire collection de plus de 3 millions d'œuvres d'art, y compris les superbes salles des impressionnistes. Découverte de la cathédrale Saint-Isaac, la plus imposante de Saint-Pétersbourg. Dîner puis transfert à la gare et départ en train-couchettes pour Petrozavodsk. Nuit en compartiment à usage quadruple.

**Jour 3 : Petrozavodsk**

Arrivée à Petrozavodsk, accueil par votre guide et transfert pour le petit déjeuner. Tour panoramique de la "ville de Pierre le Grand" : le centre historique, le monument à Pierre le Grand, les quais du

lac Onega... Visite du musée des Beaux-Arts de la Carélie avec une leçon de fabrication de sacs écologiques en tissu de toile. Déjeuner et transfert à votre hôtel. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Hotel Fregat 3\* et dîner.

**Jour 4 : Petrozavodsk – Verkhnie Mandrogui – Petrozavodsk • (450 km/env. 5h)**

Après votre petit-déjeuner, départ pour le village Verkhnie Mandrogui pour découvrir le mode de vie d'un village russe datant du 19<sup>ème</sup> siècle. Vous découvrirez un ancien village de pêcheurs aux maisons de bois aux couleurs vives. Déjeuner puis visite du musée de la vodka avec dégustation. Vous aurez l'occasion de voir sa collection de plus de 3500 variétés de vodka. Retour à Petrozavodsk et temps libre jusqu'à votre dîner à l'hôtel. Nuit à l'hôtel Fregat 3\*.

**Jour 5 : Petrozavodsk – Ruskeala – Sortavala - Petrozavodsk • (530 km/env. 6h)**

Excursion au parc montagneux de Ruskeala, dans une ancienne carrière de marbre entourée d'eau. Découverte des cascades et du canyon de marbre utilisé pour la construction de la célèbre cathédrale Saint-Isaac à Saint-Pétersbourg. Ce parc vous offrira des paysages exceptionnels mêlant des couleurs vives. Déjeuner puis direction Sortavala, tour de ville avec la visite du musée des collections privées de Kronid. Gogolev, artiste connu pour ses panneaux de bois sculptés en relief et inspirés du folklore russe. Retour à Petrozavodsk. Dîner et nuit à l'hôtel Fregat 3\*.

**Jour 6 : Petrozavodsk – Kinerma – Petrozavodsk • (215 km/env. 3h)**

Départ matinal de votre hôtel et petit-déjeuner en chemin sous forme de panier repas. Route pour Kinerma puis découverte du village carélien. Il possède l'unique chapelle de la Mère de Dieu en bois de Carélie datant du XIX<sup>e</sup> siècle, entourée d'une forêt de pins, de maisons authentiques. Déjeuner chez une famille. Puis retour à Petrozavodsk. Dans l'après-midi, initiation à un cours de fabrication d'une poupée carélienne « rvanka ». Pendant des siècles, les habitants de cette région ont créé des amulettes de poupées de chiffon de leurs propres mains. Ces poupées étaient censées protéger les membres de la famille contre le mauvais sort. Dîner et nuit à votre hôtel.

**Jour 7 : Petrozavodsk – Monastère de la Sainte-Trinité Alexandre Svirsky – Petrozavodsk**

Après votre petit-déjeuner, route pour le monastère de la Sainte-Trinité Alexandre Svirsky. Dans ce monastère se trouve la relique du Saint Fondateur sous une plaque de verre et semble presque intacte. Le phénomène de momification semble être qualifié d'exceptionnel et incompréhensible par les scientifiques. Ce phénomène est répandu sous le nom de « moché » en Russie. Déjeuner au réfectoire du monastère et retour sur Petrozavodsk. Temps libre jusqu'au dîner à votre hôtel.

**Jour 8 : Petrozavodsk – Kivach – Petrozavodsk • (170 km/env. 3h)**

Départ pour le nord de la Carélie et sa mer blanche. Visite d'un centre de production de Shungite: minéral d'origine organique qui date de plusieurs milliards d'années. Surnommée la "pierre de vie" ou "pierre de guérison", découverte d'une cavité et pause thé. Découverte de la réserve naturelle de Kivatch. Au cœur de la nature, dans un parc protégé, vous découvrirez notamment la chute de Kivatch, l'une des plus belles cascades d'Europe. Puis visite du musée de la nature. Déjeuner puis retour à Petrozavodsk. Dîner et nuit à l'hôtel Fregat 3\*.

**Jour 9 : Petrozavodsk - Saint-Pétersbourg**

Départ pour la base des chiens Husky Sibérien. Ces chiens, originaires de l'Extrême-Orient russe sont très connus pour accompagner les humains lors d'expéditions dans le grand froid. Ces chiens de traîneaux ont donné leur nom à des îles, des baies et des légendes ont été créées à leur honneur. Déjeuner puis initiation à la préparation de « kalitki », une spécialité de la Carélie. Il s'agit de petits beignets ouverts à base de pâte de seigle et garnis de pomme de terre ou de bouillie de millet.



Retour à Petrozavodsk, dîner puis transfert à la gare et départ en train-couchettes pour Saint-Pétersbourg. Nuit en compartiment à usage double.

**Jour 10 : Saint-Pétersbourg – Peterhof - Saint-Pétersbourg • (52 km/env. 1h20)**

Arrivée à Saint-Pétersbourg. Accueil par votre guide et départ pour prendre le petit-déjeuner en ville. Puis départ pour visiter Peterhof (ancien Petrodvorets). Ce complexe est formé de palais et de jardins et fût la résidence des tsars jusqu'en 1917. Visite du palais aussi appelé le "Versailles russe" au cœur d'un parc splendide aux innombrables fontaines dorées. Déjeuner à Saint-Pétersbourg puis croisière sur les canaux de la ville afin de découvrir les richesses de la capitale des tsars, surnommée la "venise du Nord". Dîner en ville puis installation à l'hôtel Bristol 3\*.

**Jour 11 : Saint-Pétersbourg – Paris**

Après votre petit-déjeuner, transfert pour l'aéroport et envol pour la France.

**A noter :**

La Carélie peut parfois connaître des changements climatiques imprévus pouvant influencer sur l'ordre et le contenu du programme du fait de sa proximité avec le cercle polaire Arctique, les conditions de navigation peuvent être parfois capricieuses. Dans ce cas, le circuit peut être réaménagé dans l'unique intérêt des voyageurs.

## INFORMATIONS PAYS

**Langue**

Le russe, qui est parlé par les quatre cinquièmes de la population, cohabite avec une centaine d'autres langues ou dialectes. L'anglais est parlé mais surtout dans les villes et avec parcimonie.

**Santé**

Sont recommandées les vaccinations suivantes : mise à jour de la vaccination Diphtérie, Tétanos, Poliomyélite (+/- Coqueluche) et celle contre l'hépatite B recommandée. Pour les étrangers, l'**eau du robinet** n'est pas potable en Russie. En revanche, les crudités proposées dans les restaurants sont sans danger car en principe lavées à l'eau purifiée.

## INFORMATIONS CIRCUIT

**ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT**

Guides locaux francophones (sauf durant les moments libres).

Leur connaissance de la Russie, vous permettra d'apprécier au mieux la nature de ces pays et de ses habitants. Ils seront capables de vous apporter des informations sur les régions traversées et veilleront à la bonne réalisation des prestations prévues. Vous le rencontrerez à l'aéroport où à l'hôtel.



Le circuit est effectué à bord d'un bus. Le bus est climatisé l'été.



Vous serez logés 10 nuits en hôtels de catégorie 2\* et 3\* (normes locales), 2 nuits en train couchettes 2<sup>nd</sup>e classe (compartiment 4 personnes, 4 couchettes) entre Saint-Pétersbourg et Petrozavodsk. Lavabo, toilettes communes aux deux extrémités du wagon. Pas de douches.

#### Hébergements :

**Saint-Pétersbourg** : Hôtel Bristol 3\* ou similaire.

**Petrozavodsk** : Hôtel Fregat 3\* ou similaire.

**Sortavala** : Hôtel Kaunis 3\* ou similaire.

**Kem** : Hôtel Prichal 3\* ou similaire.

**Solvki** : Hôtel Solovetskaya Sloboda 2\* ou similaire.

Attention, certaines étapes ne sont pas au programme en fonction de la date de départ. Voir le descriptif correspondant en fonction de votre date de départ.

## INFORMATIONS PRATIQUES



Le climat est typiquement continental. Dans la région de Moscou et dans la partie ouest, les hivers sont longs et froids avec de fréquentes chutes de neige, alors que les étés sont précoces mais courts (juin-août) et accompagnés d'une chaleur orageuse, parfois caniculaire, et parfois humide avec des pluies occasionnelles. L'automne, court, est plaisant ; les premières neiges arrivent dès octobre.



Ce circuit est en pension complète.





Les pourboires ne sont pas obligatoires mais sont toujours bien appréciés. Ils doivent être employés en signe de remerciement. Si vous êtes satisfait du service, il est d'usage de laisser un pourboire au guide, accompagnateur et chauffeur. Prévoir environ 3 € / jour et par personne.

Le rouble. Dans les grandes villes, vous pourrez retirer de l'argent dans les distributeurs automatiques avec une carte de crédit internationale (attention, la commission peut être importante). Vous pourrez convertir des euros dans les bureaux de changes. Eviter les chèques de voyage. Pour connaître son taux de change actuel, consultez le site : [www.xe.com](http://www.xe.com). Les cartes de crédit sont acceptées dans les hôtels et les restaurants.



Merci de noter que dans la plupart des musées il faut payer le droit de photographier à l'intérieur (environ 100-150 roubles sous réserve de modification).



Le courant est du 220 V alternatif cadencé à 50 Hz, comme en Europe occidentale.

## BOUCLER SA VALISE



Prévoyez de préférence une valise à coque rigide de 20 kg maximum fermant à clé, et un sac à dos pour vos effets personnels de la journée.

Le port des bagages (bus, hôtels) est non inclus. Vous devrez porter vous-même vos bagages du bus à votre chambre et de la chambre au bus.

### **Chaussures, vêtements, matériel :**

#### **Eté**

Vêtements confortables pour la journée (pull en coton, polo, pantalon en toile, chaussures de sport, de marche), ainsi qu'un petit pull pour le soir.

Parapluie.

Lunettes de soleil. Crème solaire

#### **Hiver**

Equipement pour le grand froid : doudoune, pulls, bonnet, gants, écharpe, chaussures de neige...

## VOYAGE ET PARTAGE

### La vie en groupe

Pour faciliter les échanges et la convivialité, nous limitons la taille de nos groupes à 24 participants, et parfois moins. Néanmoins, vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Nos équipes s'occupent de tout, ainsi vous ne serez pas contraints d'effectuer les tâches collectives, mais votre aide sera toujours appréciée et renforcera vos liens avec vos accompagnateurs, guides, chauffeurs et cuisiniers...

### Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages. L'eau est un bien précieux dans de nombreux pays (désertiques ou non), ne la souillez pas (prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables). Les animaux que vous pouvez rencontrer sont chez eux, ne les dérangez pas et essayez de passer inaperçus... Enfin certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. Bref, ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide ! Si, malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons de la communiquer à votre agence.

### Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont perçues différemment selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez, prenez le temps de créer des liens. Là aussi, écoutez les conseils de votre guide ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. Par exemple, si vous souhaitez prendre une personne en photo, demandez-lui toujours sa permission. Le meilleur moyen qu'elle accepte est d'avoir établi un contact préalable. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout va... Cela incite souvent les enfants à mendier, pour éviter ce genre de dérive, mieux vaut se référer aux structures locales compétentes (faire un don à l'école, à l'hôpital, aux autorités locales etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté...) et éviter les comportements exubérants.

## RECOMMANDATIONS

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Assurez votre matériel vidéo et photo. - N'emportez jamais d'objets dont la perte serait source d'ennuis. - Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité. - Ne donnez pas l'impression de porter des objets de valeur en exhibant des T-shirt avec des marques apparaissant en gros. Cela vous fera paraître aussi riche que si vous portiez des bijoux. - Gardez un peu de monnaie sous la main, loin de vos économies, afin de ne pas devoir sortir une grosse somme à chacun de vos achats. - Suivez attentivement les conseils de vos guides locaux et accompagnateurs. - Ne laissez jamais vos objets de « valeurs » (argent, passeport, billets d'avions) « traîner » dans le véhicule, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel.

### MINI LEXIQUE

<i>Bonjour / Bonsoir</i>	Zdrastvoutie / Dobri vietcher
<i>Comment allez-vous ?</i>	Kak pajivaete ?
<i>Très bien, merci, et vous ?</i>	Haracho, spassiba, i vi ?
<i>Parlez-vous français/anglais ?</i>	Vi garavit pa
<i>fransouzki/angliski ?</i>	
<i>Je comprends/ Je ne comprends pas</i>	Ya panimayou / Ya ni panimayou
<i>Pardon</i>	Prastite
<i>Au revoir</i>	Da zvidania
<i>Bienvenue</i>	Dobro pajalovat
<i>Merci (beaucoup)</i>	Spassiba
<i>Excusez-moi/SVP</i>	Izvinitie, pajalousta
<i>Je suis Français(e)</i>	Ya fransous /
<i>fransoujenka</i>	
<i>Je m'appelle...</i>	Menia zavout...
<i>Non merci</i>	Niet, spassiba
<i>Oui/Non</i>	Da /niet
<i>De rien / Je vous en prie</i>	Pajalousta / nie za chto
<i>C'est combien ?</i>	Skolko eta stoit ?

**Nous vous souhaitons un très beau voyage !**