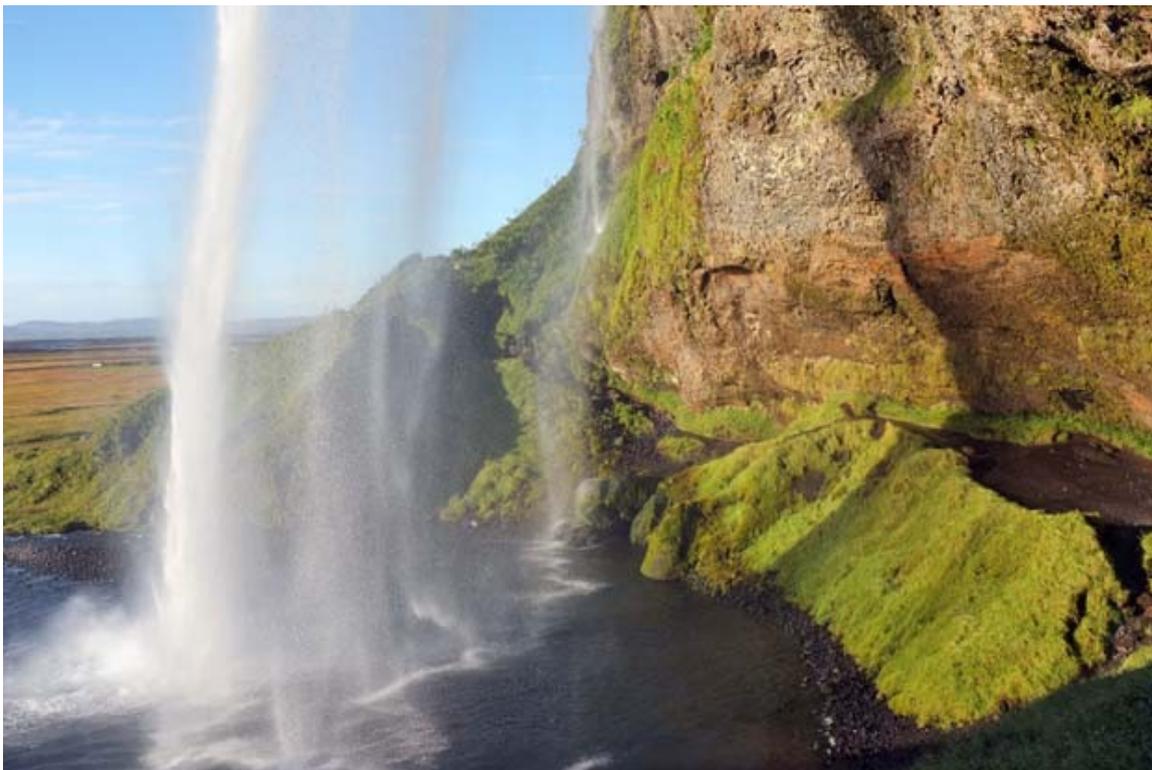


# ISLANDE

**L'eau, la terre, le feu, la vie !**

14 jours / 13 nuits / 12 jours sur place



« Ici, la nature procède géométriquement et travaille à la manière humaine, comme si elle eût manié l'équerre, le compas et le fil à plomb.. » Jules Verne, Voyage au centre de la Terre.

Ce fantastique voyage va nous permettre, grâce à un véhicule adapté aux pistes d'Islande, d'atteindre les plus grandioses paysages de cette île de feu et de glace : austères déserts de lave contrastant avec le vert cru des mousses, plages de sable noir, massifs de lave pétrifiée, sources chaudes, solfatares et geysers à fleurs de roche, fumerolles qui s'échappent de fours rougeoyants et rendent l'atmosphère encore étrange, gigantesques cascades et fougueux torrents, eaux turquoises des lacs morainiques, volcans en sommeil ou actifs...

Ce voyage sera l'occasion de découvrir la glace, le feu et l'eau... L'impression déconcertante d'assister à la création du monde. Mais l'Islande c'est aussi un territoire, une langue, une histoire... la poésie et l'imaginaire se dissimulent derrière bien des éléments de la nature islandaise : l'histoire de la terre islandaise et de son peuple repose, entière, dans les écrits, les sagas et les eddas. Nous essayerons de découvrir les facettes d'une identité : comment peut-on être islandais ?

## PROGRAMME INDICATIF :

**JOUR 1 : Vol Paris - Keflavik.** Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel. Découverte de la ville selon l'heure d'arrivée. Nuit en guesthouse.

### **JOUR 2 : REYKJAVÍK - CALDEIRA DE LANDMANNALAUGAR**

En route vers le centre de l'île par la campagne du sud. Le long de la Thjórsá, plus long fleuve de l'île jusqu'à la faille de Gjá, véritable oasis pleine de douceur au milieu de plateaux désolés. Balade dans la faille à la découverte d'un paysage bucolique. Nous contournons le célèbre volcan Hekla pour découvrir les paysages verdoyants et colorés de la réserve naturelle de Landmannalaugar. Environ 220km.

▲ **2 à 3h de marche**

### **JOUR 3 : DÉCOUVERTE DE LA RÉSERVE NATURELLE DE LANDMANNALAUGAR**

Journée entièrement passée à arpenter la caldeira de Törfajökull. Balade à la découverte de ce massif rhyolithique qui recèle de petits trésors tels obsidienne, coulées de lave, vapeurs crachées des entrailles de la Terre, bassin naturel d'eau chaude où la baignade est vivement conseillée... Nuit dans la réserve naturelle.

▲ **5 à 6h de marche**

### **JOUR 4 : LANDMANNALAUGAR - PARC NATIONAL DE SKAFTAFELL**

Par la piste de derrière les montagnes « Fjallabak », nous contournons le glacier de Myrdalsjökull par l'est. Balade dans la fissure d'Eldgjá, plus grande fissure explosive émergée connue sur Terre. Promenade jusqu'à la chute d'Ófærufoss. Poursuite de notre périple le long de la rivière Skaftá dont les eaux tumultueuses ont entamé les laves de Laki, la plus grande coulée de lave au monde émise au cours des temps historiques. De retour sur la côte sud nous longeons les langues glaciaires du Vatnajökull pour arriver au cœur du parc national de Skaftafell. Nuit au pied des plus hauts sommets d'Islande. Environ 180km.

▲ **3 à 4h de marche**

### **JOUR 5 : SKAFTAFELL - HÖFN**

Matinée à se balader dans le parc national. Nombreux points de vue sur les immenses langues glaciaires qui descendent du Vatnajökull, plus grand glacier d'Europe (8300 km<sup>2</sup>). Balade au lagon glaciaire de Jökulsarlón où flottent des icebergs qui tentent de s'échapper en mer. Nous poursuivons jusqu'au village de Höfn pour y passer la nuit, en longeant le sud du Vatnajökull. Environ 140km.

▲ **3 à 4h de marche**

### **JOUR 6 : HÖFN - SEYÐISFJÖRÐUR**

Journée de transition pendant laquelle nous empruntons la route n°1 qui serpente de fjord en fjord, entre océan, montagnes et glaciers. Nombreux arrêts en route pour admirer ces paysages côtiers. Observations de nombreux oiseaux marins et parfois de phoques se prélassant sur des rochers émergents de l'eau. Nous retrouvons un peu de verdure à l'approche de la petite ville d'Egilsstaðir, avant de basculer dans le fjord de Seyðisfjörður pour y passer la nuit. Environ 270km.

▲ **2h de marche**

### **JOUR 7 : DÉCOUVERTE DES FJORDS DE L'EST**

Randonnée dans Seyðisfjörður ou Mjoifjörður et découverte de l'un de ces deux fjords trop souvent oubliés, surtout le second absent de tous les guides touristiques. Nuit à Egilsstaðir. Environ 70km.

▲ **5 à 6h de marche**

### **JOUR 8 : EGILSSTAÐIR - PARC NATIONAL DE JÖKULSÁRGLJÚFUR**

Nous quittons les étendues arborées d'Egilsstaðir, pour monter sur les plateaux désertiques de l'intérieur. Première rencontre avec ces paysages désolés avant de faire un crochet pour admirer l'impressionnante cataracte de Dettifoss, l'une des plus puissantes chute d'Europe. Randonnée le long

des spectaculaires gorges de la Jökulsárgljúfur, entre Dettifoss et les paysages de bouleaux de Holmatungur. Nuit au nord du parc. Environ 220km.

▲ **2 à 3h de marche cumulées**

### **JOUR 9 : PARC NATIONAL DE JÖKULSÁRGLJÚFUR - MÝVATN**

Par la péninsule de Tjörnes, par une route côtière, jusqu'à la région du lac Mývatn, en passant par le petit port de pêche de Húsavík. Arrivée en début d'après-midi et reste de la journée consacrée à découvrir le rift volcanique actif des environs de Mývatn. Exploration de la fissure de Gróttagjá et du cratère explosif de Hverfjall ainsi que des formations ruiniformes de Dimmuborgir. Environ 220km.

▲ **4 à 5h de marche**

### **JOUR 10 : MÝVATN**

Visite des marmites de boue bouillonnante de Námaskard et randonnée dans la caldeira de Krafla à la découverte des coulées de lave émises au cours d'un cycle important d'éruptions entre 1975 et 1985. Nuit dans les alentours du lac. Environ 130km.

▲ **5 à 6h de marche**

### **JOUR 11 : MÝVATN - AKUREYRI - BAKKAFLÖT**

Du lac de Mývatn, nous partons vers l'ouest en direction des fjords du nord pour rejoindre la ville d'Akureyri. En chemin, balade à la chute de Godafoss où la rivière Skjálfandafljót s'encastre dans une ancienne coulée de lave. Par le col des haches ou en passant par les villages côtiers de Dalvík et Ólafsfjörður, nous rejoignons la vallée du Skagafjörður. Nuit dans cette vallée ouverte sur l'océan arctique. Environ 220/280km.

▲ **2h de marche**

### **JOUR 12 : BAKKAFLÖT - KJÖLUR - THINGVELLIR**

Par la piste de Kjölur, nous traversons les plateaux désertiques de l'intérieur entre les calottes glaciaires de Langjökull et Höfsjökull. Arrêt à la zone géothermique de Hveravellir pour une balade entre fumerolles et bassins d'eau chaude. Nous poursuivons notre route pour atteindre la chute d'or «Gullfoss» et le site de Geysir où le geyser Strökkur jaillit toutes les 7 à 8 minutes. Nuit dans les environs du lac de Thingvallavatn. Environ 280km

▲ **3h de marche**

### **JOUR 13 : THINGVELLIR - REYKJAVÍK**

Découverte de la zone géothermique de Nesjavellir, puis visite de l'ancien parlement de Thingvellir qui s'enfonce dans son bassin d'effondrement au rythme de l'écartement des plaques tectoniques et des séismes qui secouent perpétuellement la région. Ce site exceptionnel d'un point de vue géologique et historique est classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Retour dans l'après-midi sur Reykjavík par le plateau de Mosfellsheiði. Environ 90km. Dîner à Reykjavik et transfert à l'aéroport. Vol de nuit pour la France.

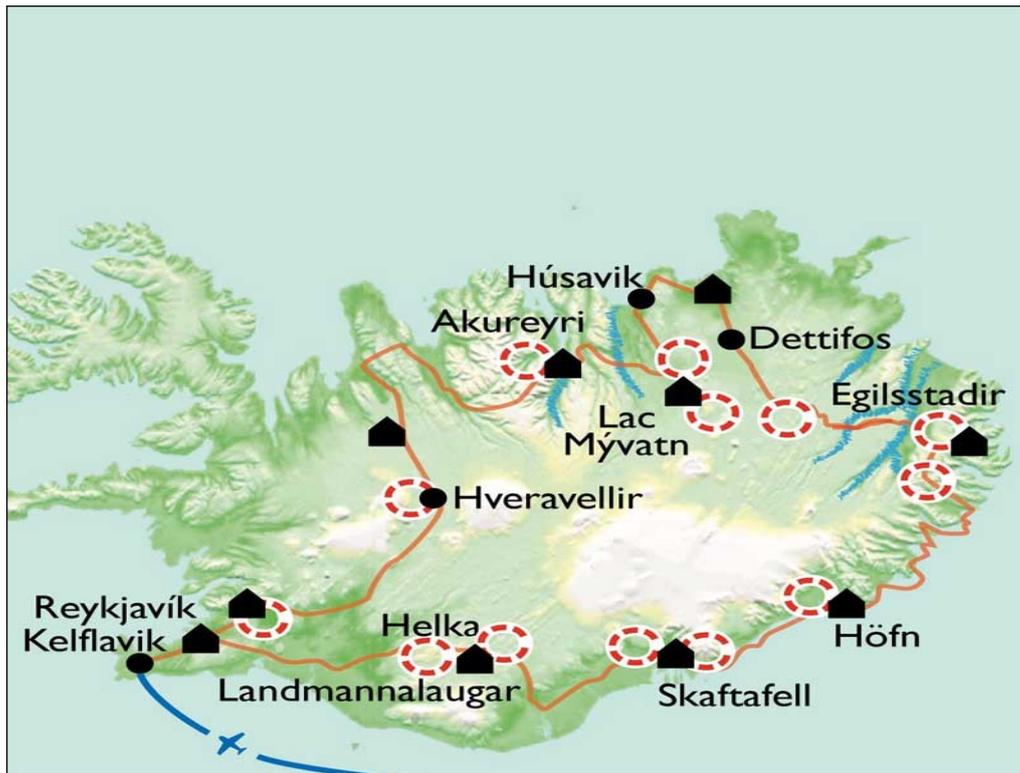
▲ **1 à 2h de marche dans le Parc national**

**JOUR 14 :** ou transfert aéroport et vol de jour pour la France. Arrivée Paris.

En début de saison l'accès à Landmanalauggar pourra être fermé en raison d'un enneigement important. Dans ce cas, nous vous proposerons un itinéraire de remplacement. De manière générale, Chemins du Sud et l'accompagnateur se réservent le droit, pour des raisons météo, de logistique ou pour votre sécurité, de modifier votre itinéraire. D'avance nous vous remercions de la confiance que vous voudriez bien nous (ou lui) accorder.

*N.B : Ce programme est donné à titre indicatif. L'itinéraire pourra être légèrement modifié en fonction des conditions climatiques ou d'aléas indépendants de notre volonté. En cas de changement de catégorie d'hôtels, du fait de la défaillance de l'un de nos prestataires, vous en serez prévenus à l'avance. Ces changements ne donneront droit à aucune compensation financière.*

## ITINERAIRE



## FICHE PRATIQUE

**HEBERGEMENT :** En chambre de 2 en guest house à Reykjavík (Sdb à l'étage), en gîtes et refuges. Ces hébergements vous permettent d'être plus au chaud et à l'abri mais ils restent très sobres. Il n'y a pas de draps ni de couvertures et parfois pas d'oreillers. Vous devez donc avoir un duvet pour dormir. Ces hébergements ont des sanitaires communs à l'étage, et certains à l'extérieur comme les refuges qui sont associés à un camping. Ils ont une salle commune pour dîner qu'il faut parfois partager avec des randonneurs individuels ou un autre groupe. Les nuits se font en dortoir.

**NIVEAU :** Randonnées faciles. 3 à 6 h de marche par jour sur terrain varié pour peu de dénivelé. S'adresse à des personnes en bonne forme physique et pratiquant une activité physique régulièrement. Petites randonnées et beaucoup de marche sur sites qui s'effectueront à des altitudes inférieures à 1700 m.

Dans ce circuit, les principaux déplacements se font en bus tout-terrain. Il s'apparente plus à une balade qu'à une randonnée pédestre.

La haute montagne n'existe pas en Islande. Les problèmes respiratoires ne se posent pas. Le terrain est d'une grande variété ; rocaille, sable volcanique, mousses plus ou moins épaisses, coulées de lave, traversées de cours d'eau... Les dénivelés sont peu importants.

**PORTAGE :** uniquement les affaires de la journée

**ENCADREMENT :** par un accompagnateur moyenne montagne français connaissant bien la destination ou un guide islandais francophone

**GROUPE :** de 6 à 12 participants

**TRANSPORT :** un minibus tout terrain sera conduit par un chauffeur islandais qui aidera l'accompagnateur.

**VOL :** vol régulier ou low cost

## **DATES ET PRIX :**

**Pour connaître les départs confirmés, consultez notre site internet : m**  
[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

### **Forfait tout compris excepté :**

- les repas à Reykjavik (le J1, le dîner du J13 et le J14)
- les entrées dans les musées et les piscines
- les boissons et dépenses personnelles
- les transferts non prévus au programme
- les visites optionnelles
- les pourboires
- les éventuels frais d'inscription
- les assurances

### **Frais d'inscription :**

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € / personne.
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € / personne.

### **Budget sur place :**

Environ 20€ par repas à Reykjavik (1 à 2 selon le plan de vol)

Une balade en tracteur pour aller à Ingolfshofoi : 46 € environ

Une balade en bateau sur le lac de Jokularson : 27 € environ



## ÉQUIPEMENT CONSEILLE

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs : 1 sac à dos et ou sac de voyage souple (en aucun cas une valise ou un sac rigide).

### **Le sac à dos**

C'est le sac que vous utilisez en cabine dans l'avion et que vous porterez chaque jour pendant le trekking. Ce sac ne doit pas être trop volumineux (environ 40 à 45 litres; pas plus petit). Il doit contenir ce qui est lourd et fragile et ce qui peut être utile entre le moment où vous enregistrez votre bagage à l'aéroport de départ et le moment où vous le récupérez à l'aéroport de destination.

Pendant le trekking, ce sac que vous portez contiendra les affaires de la journée. Sur place, le guide vous indiquera ce que vous devez prendre avec vous pour chaque étape.

### **Le sac de voyage**

C'est le sac qui voyage dans la soute de l'avion. Pendant la marche, il contient les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée. Transporté par le véhicule, vous le retrouverez à la halte le soir. Il doit être étanche. Sinon, vous devrez envelopper vos affaires dans un grand sac plastique. Il est possible de laisser un bagage sur place à votre arrivée à Reykjavik contenant des affaires propres pour votre retour.

### **Les vêtements :**

*Quelques conseils :*

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante.

- une veste en fourrure polaire chaude.

- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

*La liste :*

- Chaussures de randonnée résistantes tenant bien à la cheville, semelles vibram

- Tennis pour le bivouac

- Sandales plastiques (passage de gués)

- Veste en duvet ou polaire chaude (pour le bivouac)

- Tenue de pluie et coupe-vent efficace haut et bas

Si vous avez un ciré marin (veste et pantalon), c'est très pratique. Il suffira de protéger les affaires du sac à dos dans un sac plastique.

- Bonnet et gants, chapeau ou foulard

- Chemises ou sweat-shirts

- Fourrure polaire ou pull-over chaud

- Pantalon de randonnée en toile confortable (pas de Jeans trop serrés).

- T-shirts, sous-vêtements synthétiques longs

- Chaussettes

- Maillot de bain

- Lunettes de soleil d'excellente qualité, crème solaire très protectrice pour la peau et les lèvres.

- Lunettes de vue de rechange en cas de chute et donc de casse

**Le matériel :**

Serviettes de toilette

Drap de bain

Sac de couchage (0° - 10° - Il n'y a pas de couvertures dans les hébergements)

Trousse à pharmacie comprenant :

- une bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8cm de large, contre les ampoules et pour tout traumatisme. On trouve également en pharmacie « la double peau » qui soulage beaucoup en cas d'ampoules.

- vos médicaments habituels (vitamine C, polyvitamines, médicaments contre la douleur ; aspirine ou équivalent, anti-diarrhéique (Diarsed, Imodium...) + antiseptique intestinal (intérix, Ganidan..); traitement antibiotique à large spectre : prévoir 8 jours de traitement (sur prescription médicale); pommade anti-inflammatoire ; collyre (poussière, ophtalmie) ; jeu de pansements, adhésifs + compresses désinfectantes ; des doubles peaux (type Compeed ou SOS ampoules).

Couteau de poche,

Gourde d'un litre,

Lampe électrique ou frontale (à partir du mois d'août)

Nécessaire de toilette léger,

Sacs plastiques pour protéger vos affaires dans le sac

**Facultatif :**

Contre les ronflements, les tampons «ear» en pharmacie

1 ou 2 bâtons télescopiques

Jumelles pour observer les oiseaux

**Matériel fourni sur place**

Couvert

Bols et assiettes

Matériel de cuisine collectif

Pharmacie collective

**INFORMATIONS TOURISTIQUES***Données Générales*

**Intitulé officiel du pays :** République d'Islande

**Capitale :** Reykjavik

**Superficie :** 103 125 km<sup>2</sup> (la France : 670 922 km<sup>2</sup>)

**Population :** 319 575 d'habitants en 2011 (la France : 65 463 552 habitants)

**Langue officielle pays :** islandais

**Religion :** Protestante (luthéranisme)

**Régime politique :** république parlementaire

*Informations pratiques pays*

- **Poids et mesures :** système métrique

- **Electricité :** 220 V, prise standard européenne

- **Indicatif téléphonique :** + 354 + numéro correspondant / couverture téléphone portable possible (pas partout) en utilisant les opérateurs principaux : Siminn, Vodaphone, TAL et Nova.

- **Heure locale :** Quand il est midi en France, il est 10 h à Reykjavík en été, 11 h en hiver.

- **Monnaie locale et taux de change :**

L'unité monétaire de l'Islande est la couronne islandaise (ISK), dite Krona (sing) ou Kronur (plur).

1 euro = 163 ISK en mars 2013.

Achat de devises sur place uniquement. Les cartes de crédit (type VISA) sont acceptées partout.

Prévoir un budget pour vos dépenses personnelles sur place, dont les repas à Reykjavik.

## *Repères Géographiques*

### **Le pays**

L'Islande est une grande île, la 18<sup>ème</sup> du monde en termes de superficie, dans le nord de l'océan Atlantique, à l'ouest de la mer de Norvège et au sud-est du détroit de Danemark. Elle est située à une distance de 287 km au sud-est du Groenland (entre 63° 17' 30" et 67° 07' 05" Nord et à 4° 32' 12" Ouest) au milieu de la dorsale atlantique et représente sa seule partie émergée. Le cercle polaire arctique se trouve à quelques kilomètres du nord de l'Islande. La surface de l'île mesure 103 125 km<sup>2</sup>, dont 100 329 km<sup>2</sup> de terre et 2 796 km<sup>2</sup> d'eau. La longueur de ses côtes est de 4 970 kilomètres. Son point culminant est le volcan Hvannadalshnúkur avec 2 109,6 mètres. Les fleuves les plus longs sont le Þjórsá avec 230 kilomètres de longueur et le Jökulsá á Fjöllum avec 206 kilomètres.

L'Islande se trouve au milieu d'une dorsale entre les plaques américaines et eurasiennes. Celle-ci traverse l'Islande en diagonale du sud-ouest au nord-est. Les fissures en résultant sont visibles par exemple dans le parc national de Þingvellir. Un exemple connu est la gorge Almannagjá. L'activité sismique est importante, en particulier dans le Sud de l'île près de Þingvellir et autour de Selfoss. L'Islande serait à l'emplacement d'un point chaud qui ferait monter du magma du manteau terrestre sous la forme d'un panache mantellaire. De nouvelles théories géologiques évoquent plutôt un courant assez large situé à des niveaux plus proches de la surface de la Terre. Quoi qu'il en soit, l'Islande est en presque totalité composée de roches volcaniques (à l'exception de quelques terrains sédimentaires marins cénozoïques dans la péninsule de Tjörnes) et comporte de nombreux volcans actifs. Il y en existe à peu près 130 dont la plupart se situent dans les Hautes Terres d'Islande. La matière remontant à la surface répare et comble au fur et à mesure les fissures causées par la séparation des plaques. Par conséquent l'île est toujours en train de croître (d'environ 2 centimètres par an). Un grand nombre des volcans actifs sont couverts de glaciers.

Il y a des volcans sous tous les grands glaciers de l'Islande :

- \* Vatnajökull (8 300 km<sup>2</sup>) avec notamment les volcans Hvannadalshnúkur et Grímsvötn ;
- \* Langjökull (953 km<sup>2</sup>) ;
- \* Hofsjökull (925 km<sup>2</sup>) ;
- \* Mýrdalsjökull (596 km<sup>2</sup>) avec le volcan Katla ;
- \* Drangajökull (160 km<sup>2</sup>) ;
- \* Eyjafjallajökull (78 km<sup>2</sup>).

### **Le Climat**

Les mois de juin et juillet sont les plus clairs (24 heures de jour !) : c'est l'été en Islande et la saison des oiseaux : les congères bloquent encore souvent les pistes, les rendant difficiles et obligeant parfois à des changements dans l'itinéraire. En Août, les jours sont longs comme en Juin en France, en Septembre comme en juillet. En Septembre, si le temps se rafraîchit, vous avez de grandes chances de voir une aurore boréale.

## *Repères Économiques*

**PIB** : 14 100 (en million de \$)

**PIB par habitant** : 38 000\$/an

### **Principale activité :**

Les énergies renouvelables constituent aujourd'hui un secteur de pointe de l'économie du pays et l'un des piliers de sa politique énergétique. 70 % de l'énergie du pays provient des énergies renouvelables. Plus de 99 % de l'électricité du pays est produite par l'énergie hydraulique et par l'énergie géothermique<sup>28</sup>. La plus grande centrale électrique géothermique se trouve à Hellisheiði, alors que le controversé barrage de Kárahnjúkavirkjun est depuis 2009 la plus grande centrale hydraulique du pays. Malgré tout, les Islandais émettent 10 tonnes de CO<sub>2</sub> de gaz à effet de serre par habitant, ce qui est plus élevé que les émissions de gaz à effet de serre d'un Français (2,30 tonnes en 2002). Ceci est dû à l'utilisation de moyens de transport personnels.

L'Islande est le seul pays au monde avec des stations-services qui mettent à disposition de l'hydrogène pour les véhicules qui fonctionnent grâce à une pile à combustible. C'est aussi un des seuls pays capables de produire de l'hydrogène en quantité suffisante et à des prix raisonnables, en raison de l'abondante énergie géothermique disponible sur l'île.

## *Repères culturels*

### **Histoire**

600-700 : Des moines irlandais gagnent l'Islande et en deviennent les premiers résidents temporaires. Il n'existe aucune preuve archéologique de cette présence, mais l'élément "papar" (pères) figure dans des noms de lieu.

850-930 : Des colons vikings arrivent de Norvège et de Suède, baptisent l'île Snæland (terre de Neige), puis Garðarshólmi (île de Garðar) et enfin Ísland (terre de Glace). Le pays est bientôt ponctué de fermes.

930 : Fondation de l'Alþing, le plus ancien Parlement du monde encore en activité. Un représentant élu est chargé de mémoriser les lois et d'aider à résoudre les différends lors des rassemblements annuels.

1000 : L'Islande se convertit au christianisme sous la pression du roi norvégien, mais les croyances et les rituels païens perdurent. Leif le Chanceux débarque à Terre-Neuve ; il est le premier Européen à gagner l'Amérique.

XIIe-XIIIe siècles : Âge d'or de la littérature islandaise et écriture des sagas en nordique ancien. Beaucoup de textes sont attribués à Snorri Sturluson – historien, poète et homme politique le plus réputé de son époque.

1200 : L'Islande sombre dans l'anarchie pendant l'âge des Sturlungar. Le gouvernement est dissous ; en 1281, l'Islande passe sous domination norvégienne.

1300, 1341 et 1389 : Les éruptions de l'Hekla entraînent mort et destruction. La première est la deuxième plus violente depuis la colonisation – le téphra recouvre 30 000 km<sup>2</sup>. La seconde décime le bétail et cause une famine.

1397 : L'union de Kalmar, conclue en Suède, unit la Norvège, la Suède et le Danemark sous la coupe d'un roi unique. Ce traité donne au Danemark le contrôle de l'Islande.

1602 : Le Danemark instaure un monopole commercial, qui donne aux entreprises danoises et suédoises des droits commerciaux exclusifs en Islande. Cela se traduit par un appauvrissement de l'Islande.

1855-1890 : L'Islande avance vers l'indépendance, avec le rétablissement du libre commerce et un projet de Constitution. Beaucoup d'Islandais émigrent en Amérique du Nord pour démarrer une nouvelle vie.

1918 : L'emprise du Danemark sur l'Islande se relâche peu à peu. Après l'autonomie de 1904, l'Acte de l'Union est signé le 1er décembre 1918. L'Islande devient un État indépendant au sein du Royaume du Danemark.

1940-1941 : Après l'occupation du Danemark par les nazis, le Royaume-Uni envoie des troupes en Islande, de peur que l'Allemagne n'y installe une présence militaire. Une base américaine est établie à Keflavík.

1944 : Une majorité d'Islandais vote pour l'indépendance vis-à-vis du Danemark ; la République d'Islande est officiellement fondée le 17 juin.

2006 : Après 45 ans d'existence et bien des controverses, la base militaire américaine de Keflavík ferme ses portes. Le gouvernement approuve la reprise de la chasse commerciale à la baleine.

2008 : La crise économique mondiale frappe l'Islande de plein fouet, provoquant la plus grosse débâcle bancaire de l'histoire du pays. Les trois banques nationales s'effondrent.

2009 : Jóhanna Sigurðardóttir est nommée Premier ministre, devenant la première dirigeante politique ouvertement homosexuelle dans le monde. Le 17 juillet, elle présente une demande d'adhésion à l'UE.

Avril 2010 : Le volcan Eyjafjöll entre en éruption. Il engendre la formation d'un gigantesque nuage de cendres, qui plonge l'Europe dans un véritable chaos aérien.

Septembre 2010 : Le Parlement islandais décide de traduire l'ancien Premier ministre, Geir Haarde, devant la justice, pour négligence lors de l'effondrement financier du pays.

2011 : Alors qu'en 2011 la crise financière frappe de plein fouet les pays de la zone euro, l'Islande se porte bien. Après la crise de 2008, et la faillite des banques responsables, les économistes estiment que c'était finalement une bonne stratégie de ne pas les renflouer. Mais le cas islandais reste particulier, notamment parce que la crise financière ne s'est pas doublée d'une crise de la dette comme c'est le cas en Europe.

*Source : Lonely Planet*

## Langues

Langue germanique parlée en Islande, l'islandais a pour racine historique le norrois, qui était pratiqué depuis le Moyen Âge dans les pays scandinaves. L'isolement de l'Islande et son importante culture de l'écrit ont permis une conservation exceptionnelle de la langue originelle notamment dans sa version écrite mais également sous sa version orale.

L'anglais et le danois sont aussi largement parlés et compris. Le français et l'allemand sont aussi enseignés dans des écoles de grammaire et à la fin de l'enseignement secondaire. Probablement pour cette même raison d'isolement, les Islandais peuvent communiquer avec les habitants des îles Féroé et du nord de la Norvège puisque leur langue s'apparente toujours d'assez près au vieux norrois.

*Source : Wikipedia*

## Religion

En Islande, il n'existe pas de séparation entre l'Église et l'État. L'Église d'Islande\* ou Église évangélique luthérienne\* d'Islande est l'Église nationale. L'État recense l'affiliation religieuse de tous les citoyens islandais. En 2005, les Islandais étaient divisés entre ces différents groupes religieux :

82,1 % sont membres de l'Église d'Islande

5,5 % sont membres d'organisations religieuses non reconnues ;

4,7 % sont membres des Églises libres de Reykjavik et d'Hafnarfjörður ;

2,6 % ne sont membres d'aucun groupe religieux ;

2,4 % sont membres de l'Église catholique romaine :

le reste (2,7 %) se divise entre d'autres dénominations ou sectes chrétiennes, et moins de 1 % de la population est de confession non chrétienne (0,7 % de musulmans : Turcs, Somaliens, Afghans, etc.)

Le 3 mai 1973, Sveinbjörn Beinteinsson, fermier, poète, chanteur et chef spirituel païen islandais, réussit à faire reconnaître la religion islandaise païenne, l'Íslenska Asatruarfélagid par le gouvernement islandais comme religion officielle d'État pouvant marier et baptiser les citoyens islandais qui le souhaitent.

Le luthéranisme (ou luthérianisme) est la théologie fondée à partir des écrits et des pensées de Martin Luther. C'est ensuite devenu le regroupement des communautés protestantes luthériennes se rattachant à cette doctrine. C'est pourquoi on parle de « luthérien », d'« Églises luthériennes » ou de « théologie luthérienne ». La théologie de Luther est le bien commun de l'ensemble de la réforme protestante. Il existe par ailleurs des courants théologiques se référant plus spécialement à lui, y compris dans les Églises réformées. Le luthéranisme est ainsi une branche du protestantisme, qui est lui-même une branche du christianisme. L'Église d'Islande est membre de la Fédération luthérienne mondiale.

## Art

Animées d'une force tragique, baignées de sang et de fureur, mais pimentées aussi d'un remarquable humour noir, les sagas de la fin du XIIe et du XIIIe siècle constituent le patrimoine culturel le plus important de l'Islande. Mais les Islandais ne sont pas du genre à se reposer sur leurs lauriers littéraires: aujourd'hui, le pays s'enorgueillit du plus grand nombre d'écrivains et de traductions littéraires par habitant dans le monde. Halldór Laxness (1902-1998), le plus célèbre auteur islandais du XXe siècle, a obtenu le prix Nobel de littérature en 1955.

Parmi les musiciens islandais célèbres dans le monde, Björk arrive bien sûr en tête. Reykjavík possède par ailleurs une scène musicale florissante, et tous les moins de 30 ans jouent d'un instrument ou chantent dans un groupe. Du côté de la musique traditionnelle, l'Islande possède un répertoire de centaines de chansonnettes que les enfants apprennent avant même l'âge de l'école et que la plupart des Islandais chantent encore avec plaisir dans leur vieil âge. Elles ressortent chaque fois que les différentes générations se retrouvent : fêtes familiales, sorties, camping.

## Peuple

L'Islande est une île qui a été colonisée pour la première fois, par les marins Vikings norvégiens. L'identité génétique islandaise a ensuite peu évolué au cours des siècles. Le brassage interethnique est très faible même si quelques petites communautés immigrantes (2 à 3% de la population) se sont installées récemment : Polonais, Danois, Yougoslaves, Philippins...

## **Cuisine**

La cuisine traditionnelle islandaise a été marquée par des siècles de misère et de frugalité. Quand la nourriture devait assurer la survie, on ne rechignait sur aucun morceau. Le mouton, le poisson, ainsi que les oiseaux marins et leurs oeufs constituaient la nourriture de base et l'on mangeait jusqu'au moindre morceau de chaque animal : frais ou séché, salé, fumé, macéré dans du vinaigre ou même enfoui dans le sol (dans le cas de la chair de requin) pour assurer la conservation. Les produits de base ont peu évolué au fil des siècles, mais la manière de les accommoder a radicalement changé depuis 25 ans. C'est aujourd'hui une source de fierté nationale de servir des mets traditionnels aussi savoureux et créatifs que possible, en s'inspirant de procédés et de recettes des tendances culinaires à la mode ailleurs dans le monde. Du côté des desserts, ne manquez pas le skyr, un délicieux laitage à base de lait écrémé, que l'on sert souvent avec du sucre, des fruits (des myrtilles, par exemple) et de la crème. Le café est la boisson nationale. La vente d'alcool est limitée aux bars, aux restaurants et aux magasins de vins et de spiritueux d'État (Vín Búð). L'alcool traditionnel, le brennivín, est fabriqué à partir de pommes de terre et parfumé aux graines de carvi.

### *Repères diplomatiques*

#### **La sécurité**

L'Islande est un pays sûr ; quelques problèmes de vols à la tire et de petits cambriolages dont il faut se méfier principalement dans les villes.

Vous pouvez vous informer sur le site internet <http://www.diplomatie.fr>, « Conseils aux voyageurs », choisir le pays puis la rubrique « Sécurité ».

#### **Les formalités**

- Passeport ou CNI valide plus de 3 mois après la date de retour
- Les mineurs doivent être en possession de leur propre pièce d'identité. L'autorisation de sortie du territoire n'existe plus depuis janvier 2013.
- De manière générale, les informations transmises ne s'appliquent que pour les ressortissants français. Nous vous invitons à les contrôler sur le site du MAE, dans la rubrique conseils aux voyageurs.

#### **La santé**

- Pas de vaccins et de traitement préventif spécifique
- Carte sécurité sociale Européenne (IMPORTANT en cas de visite chez un médecin)

### *Comment se comporter / Tourisme solidaire et éco-tourisme*

#### **Protection de l'environnement**

L'environnement est fragile en Islande et il est conseillé de respecter un minimum de règles pour le protéger. Voici quelques conseils communiqués sur le site de protection de l'environnement islandais : <http://www.ust.is/the-environment-agency-of-iceland/> :

1. Laissez les espaces de campings et de pique-niques comme vous aimeriez les trouver
2. N'enterrez pas et ne dispersez pas de détritrus
3. Ne faites pas de feu dans des lieux avec de la végétation
4. Ne déplacez pas les pierres et ne détruisez pas les cairns
5. Conservez l'eau des ruisseaux et rivières propre et protégez les sources
6. Protégez l'environnement
7. Ne dérangez pas la faune
8. Ne touchez pas aux formations géologiques
9. Respectez la tranquillité de la campagne
10. Ne conduisez pas en dehors des itinéraires balisés (routes et pistes)
11. Suivez les chemins balisés quand il y en a
12. Respectez les règles et consignes des gardiens de parc.

#### **Souvenirs :**

Privilégiez l'achat d'artisanat fabriqué localement afin de soutenir le savoir-faire local.

Pensez à la préservation du patrimoine naturel et culturel : on ne repart pas avec des fleurs, coquillage, pierres, antiquités...

**Petit lexique :**

- Oui / non : já/ nei
- Bonjour : góðan daginn
- Au revoir : bless
- S'il vous plaît : takk
- Merci : takk
- Je ne comprends pas : ég skil ekki
- Toilettes : klósettið

*En savoir plus :***BIBLIOGRAPHIE**

- « Grand guide de l'Islande » Gallimard
- « Le guide de l'Islande », André Sarra Bournet, Ed La Manufacture
- « Guide de l'Islande », Guy Bordin, Ed Marcus
- « Guides des volcans d'Europe » Ed Delachaux et Niestlé
- « l'incendie de Copenhague » Gilles Lapouge, roman Ed Albin Michel
- « L'or de l'Islande » Samivel, Ed Arthaud
- « Islande, guide de l'île aux volcans » dans les guides du voyageur
- « Islande » Editions Le Guide La Renaissance du livre »
- « Islande » du Petit Futé
- « Les Sagas islandaises » traduction et annotations de Régis Boyer, coll : La Pléiade.
- Trek magazine de Mars 2000 et Décembre 2000 (volcans)

**CARTOGRAPHIE**

- carte générale au 1/500 000ème de l'Institut Cartographique islandais
- carte au 1 /250 000ème de l'I.C.I. N° 6 « Midsudurland »
- carte au 1/100 000ème Landmannalaugar Thorsmork





## NOTES PERSONNELLES



En cas de problème de dernière minute, appelez en France au :  
**07 77 08 14 68**