

SICILE

De la Conca d'Oro de Palerme
au paradis des Iles Egades
8 jours / 7 nuits / 7 jours de randonnée et visites



Loin de l'agitation touristique de la côte est, de l'Etna et des îles éoliennes, nous vous proposons une randonnée, entre nature et culture, dans une Sicile plus secrète de Palerme jusqu'aux eaux turquoises des îles Egades en passant par la réserve naturelle du Zingaro, Ségeste la gréco romaine et Erice la médiévale perchée sur son rocher.



PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Arrivée et première découverte de Palerme. Entre Orient et Occident, Palerme est encore marquée par toutes les cultures qui la partagèrent. Cette histoire et l'atmosphère qui y règne participent au charme fascinant de cette ville aux mille contrastes.

JOUR 2 : Poursuite de la visite de Palerme des Quattro Canti au Palais des Normands. L'après-midi, visite de la majestueuse cathédrale de Monreale, expression la plus achevée de l'art arabo-normand en Sicile. Transfert pour Castellammare del Golfo. Installation à l'hôtel.

JOUR 3 : Balade à pied autour de l'antique Ségeste. Visite du temple dorique parfaitement conservé et du théâtre construit sous l'occupation romaine. Retour à Castellammare, qui fut le port de Ségeste, dominée par son château construit par les Aragonais au 14ème siècle.

JOUR 4 : Randonnée en boucle dans la réserve naturelle du Zingaro (gitan), à partir de Scopello. Magnifique panorama fait de criques et de baies aux eaux turquoise, en suivant le chemin qui surplombe la côte. Baignade possible.

JOUR 5 : Transfert à Trapani. Avec ses maisons blanches en bord de mer, Trapani fait penser aux villes d'Orient. Visite de la ville. Le sanctuaire de l'Annunziata et la chapelle des marinières, le musée régional Pepoli avec sa riche pinacothèque de peintres italiens et flamand dont une toile du Titien. Visite des Salines de Trapani.

JOUR 6 : Balade autour du site d'Erice, « la citadelle sacrée de l'Ouest » qui domine à 750m d'altitude la mer et la jaune et blanche Trapani. Dédiée au culte de l'Aphrodite des grecs puis à la Vénus romaine, l'atmosphère y est aujourd'hui totalement médiévale. Montée en téléphérique, redescente à pied.

JOUR 7 : Bateau pour les îles Egades. L'archipel, parc naturel maritime, est composé de trois îles principales. Nous visiterons d'abord Levanzo, la plus petite qui abrite l'imposante grotte de Genovese, puis Favignana avec ses superbes criques aux eaux limpides et d'un bleu intense. Nuit à Trapani

JOUR 8 : Après le petit déjeuner, transfert libre pour l'aéroport.

NB : Les étapes et les randonnées peuvent être modifiées pour des raisons climatiques ou de logistique.

ITINERAIRE :



FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : facile, de 3h à 5h30 de marche entrecoupée de visites.

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée.

HEBERGEMENT : Hôtel 2 et 3 étoiles.

FORMALITÉS : Carte national d'identité ou passeport

Départs possibles toute l'année uniquement les dimanches, lundis, et mardis.

PRIX : **625€** en ½ pension (sauf à Palerme)
520€ en B&B

Supplément single : **150€**

Supplément 1 seul participant : **90€**

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

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en hôtels ** et *** ou similaire,
- Les 6 dîners du J2 au J7 hors boisson (pour la formule ½ Pension) dans des restaurants à proximité des hôtels.
- Les 7 petits déjeuners
- La fourniture d'un topo guide pour les randonnées
- Le transfert A/R au départ de randonnée au site de Ségeste (J3)
- Le transfert jusqu'à la gare pour Trapani le (J5)

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport aérien
- Les déjeuners
- Les transferts sur place et les entrées dans les sites et musées (prévoir 90€/personne)
- Les assurances assistance et/ou rapatriement
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels

- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

MOYEN D'ACCES :



EN AVION :

Aéroport d'arrivée : Palerme.

Trapani, ou Catane avec transfert en bus ou train vers Palerme.

De l'aéroport de Palerme à l'hôtel : Environ 30km du centre-ville

En bus: Le bus 29 de la compagnie Prestia e Comandè assure plusieurs fois par jour la liaison entre l'aéroport et la gare centrale.

Toutes les 30 minutes, de 06h45 à minuit (il attend le dernier vol en cas de retard). Il s'arrête à la gare centrale -environ 55 minutes-.

Vous pouvez acheter les billets à bord. (Environ 6€).

En train : Toutes les heures, entre 05h40 et 23h40. Il arrive à la gare centrale après 55 minutes, avec des arrêts intermédiaires.

Vous pouvez acheter les billets à bord (ou à la gare).

En taxi : Le temps du trajet est de 20-40 minutes, il y a toujours beaucoup de taxis disponibles. La file de taxis est à l'extérieur du terminal principal. Le prix moyen du trajet jusqu'au centre ville se situe aux environs de 50€.

Pour le retour depuis Trapani :

En bus :

*Direct :

Trapani port 10h45 – 11h55 Aéroport de Palermo

Trapani port 16h45 – 17h55 Aeroport de Palermo

Réservation possible sur : www.onbus.it ou directement à bord du car.

*Indirect :

Trapani port – Gare de Palerme

Départs toutes les heures de 5h30 à 20h

Environ 2h

Horaires sur www.onbus.it

Gare de Palerme – Aéroport de Palerme

Départs toutes les ½ heures de 5h à 22h30

Environ 55 minutes

Horaires sur www.prestiaecomande.it

En train :

Trapani Gare – Palerme Gare centrale

Horaires et tarifs disponibles sur www.trenitalia.com

Puis bus de la gare à l'aéroport,

Départs toutes les ½ heures de 5h à 22h30

Environ 55 minutes

Horaires sur www.prestiaecomande.it

FORMALITÉS

Passeport

Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants français, belges et suisses. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade. Si vous voyagez avec vos enfants sachez que, dorénavant, les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir une carte d'identité individuelle ou un passeport individuel. Toutefois, si l'enfant, de moins de quinze ans, est porté sur votre passeport délivré avant le 12 juin 2006, cette inscription est valable jusqu'au terme de la validité du passeport. Un mineur voyageant seul n'a pas besoin d'autorisation de sortie du territoire s'il a un passeport individuel. En revanche, s'il voyage seul avec une simple carte d'identité, il devra également être muni d'une autorisation de sortie du territoire, que les Parisiens pourront obtenir auprès de la préfecture de police ou de l'antenne de police administrative de l'arrondissement de résidence ; en province, on s'adressera à la mairie dont dépend son domicile.

Visa

Pas de visa pour les ressortissants français, belges et suisses. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

Informations complémentaires

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>.



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ : (*À adapter selon les saisons*)

Bagages

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs :

1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple. 1 - Le sac à dos : Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée. Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo...), de valeur (lorsque votre hébergement ne dispose pas de coffre-fort) et pour vos éventuels médicaments. Il sera en cabine lors des transports aériens. Généralement, le poids des bagages cabine est limité à 10 kg par personne.

2 - Le grand sac de voyage souple : Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par des porteurs et/ou des animaux et/ou des véhicules Il sera en soute lors des transports aériens. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation ou billet.

Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire

- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex (assez chaude)
- 1 cape de pluie (facultatif)
- 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- 1 maillot de bain
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram) • 1 paire de sandales et/ou 1 paire de chaussures détente pour le soir. La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Équipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants.
- 1 gourde (1,5 litre minimum)
- Assiette, gobelet, couverts et canif pour les pique-niques,
- 1 lampe frontale
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- 1 serviette de toilette (de bain) : il en existe qui sèchent rapidement : marque Packtowl (4 tailles possibles).
- Boule Quiès (facultatif)
- Papier toilette - Crème solaire + stick à lèvres.

Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- 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...)
- Répulsif anti-moustiques.



LE PAYS

- **Superficie** : 25 708 km².
- **Population** : 5 164 132 habitants.
- **Densité** : 200 hab./km².
- **Statut dans la république italienne** : région autonome depuis 1946, dotée d'un parlement régional.
- **Capitale régionale** : Palerme.
- **Divisions administratives** : 9 provinces (Agrigente, Caltanissetta, Catane, Enna, Messine, Palerme, Ragusa, Syracuse, Trapani).
- **Langue** : l'italien, langue officielle, mais le dialecte sicilien est couramment employé dans les conversations en famille ou entre amis.

Géographie

La Sicile semble géographiquement marquée par le chiffre 3 : 3 pointes (d'où sa forme de triangle), 3 principales chaînes de montagnes, 3 régions historiques appelées « vallées » au temps des Arabes et... 3 km de détroit séparant le sud de la Botte italienne (continentale) et l'île.

Pour les Arabes, l'île était divisée en 3 grandes zones, improprement appelées vallées :

- le val de Mazzara à l'ouest ;
- le val Demone au nord-est ;
- le val de Noto au sud-est.

Les noms sont en partie restés mais ce découpage n'a plus cours.

Dans la province de Palerme, quelques sommets atteignent les 1 600 m, mais c'est principalement vers l'est que la montagne marque le plus les paysages puisque, entre Messine et Termini Imerese, 3 massifs s'enchaînent : les **monts Peloritani**, les **Nebrodi** et les **Madonie**, ces derniers étant les plus élevés (pic Carbonara, 1 979 m). Bien entendu, ce sont des nains à côté de l'**Etna**, le plus haut volcan d'Europe, qui domine la plaine de Catane (la plus grande de l'île et l'une des rares plaines en Sicile) de ses 3 350 m. La montagne reprend ses droits plus au sud, dans les monts Iblei.

Une grande partie de la Sicile centrale est constituée d'un **plateau** d'où émergent des **pitons rocheux** sur lesquels se sont construites des villes de moyenne importance, comme Enna. Sur les côtes s'étendent quelques **plaines**.

Peu de rivières, encore moins de fleuves : comme ailleurs dans le Bassin méditerranéen, les rivières se transforment en torrents au moment des pluies et s'assèchent vite, dès le printemps. Seul le **Salso**, le fleuve le plus long de Sicile, se démarque par ses crues ravageuses en hiver. On trouve tout de même, dans les plateaux de Sicile centrale, quelques lacs dont celui de **Pergusa**.

Climat

La mer est proche, donc le climat largement tempéré par la brise. Au printemps, la Sicile est toute verte et pleine de fleurs. Celles des orangers embaument alors sublimement l'air. En été, c'est le climat africain : pelé, végétation rase et desséchée, ce qui n'exclut pas parfois de gros orages. Un pull-over peut d'ailleurs être utile partout et en toute saison, surtout le soir. Les automnes sont doux, les hivers généralement ensoleillés, avec toutefois certains jours un peu frisquets. L'île est montagneuse et que la plupart des villes culturelles se trouvent dans des endroits en hauteur. La neige recouvre alors les sommets de l'Etna et des massifs des Madonie et des Nebrodi. Vous l'avez compris, la Sicile, il faut y aller au moins deux fois.

Petit ennuieusement notable : le **sirocco**, ce vent terriblement chaud du sud-est, moite, soufflant de 20 à 25 jours par an (généralement au printemps), qui coupe les jambes et provoque de violentes migraines. Autrefois, dans les vieilles maisons, les familles se réfugiaient dans la « pièce du sirocco », sans fenêtre, afin d'être à l'abri du vent infernal.

Le tourisme

L'île a de nombreux atouts en la matière. Les capacités d'accueil sont cependant loin d'être saturées. Les fréquentes fermetures des sites et l'incertitude concernant leurs heures d'ouverture, la rareté des investissements en infrastructures hôtelières, le coût des hébergements, l'absence de contrôle des millions d'euros d'aide investis par l'État et l'Europe dans la rénovation des trésors architecturaux, les aéroports obsolètes sont autant de facteurs qui freinent le véritable décollage de l'industrie touristique.

Les mines et l'industrie

L'île possède d'importants gisements de minerais. Elle a été la première productrice mondiale de soufre durant de nombreuses années, mais n'a pas su s'adapter aux techniques d'extraction. Heureusement, dans les années 1950, le pétrole est arrivé à Gela et à Ragusa, puis ses dérivés, qui développèrent les industries chimiques et pétrochimiques. Le complexe d'Augusta, qui raffine du pétrole et produit du carburant sans plomb, est l'un des plus importants d'Europe.

Le centre de l'île voit émerger un peu d'activité industrielle grâce à l'extraction et à la transformation des sels de potasse.

L'agroalimentaire et la pêche

Le secteur de l'agroalimentaire (vin, huiles et pâtes) est peu important. Il permet cependant un certain équilibre entre les populations rurales et citadines et ralentit l'exode vers les villes. La pêche est l'un des secteurs d'activité les plus vivants de l'île. Malgré la surexploitation de ses eaux, la Sicile a su se moderniser par une bourse aux poissons entre les différents ports et par un plan de repeuplement des fonds marins.

L'agriculture

Principale activité de l'île qui représente 20 % du PNB, elle occupe 15 % de la population active avec une surface de terres cultivées de 1 734 200 ha. Elle n'arrive cependant pas à nourrir toute l'île. Le pays exploite le blé, la vigne, les agrumes et le coton. Le manque d'eau et le régime des *latifundia* (grands domaines agricoles qui utilisent encore aujourd'hui des techniques archaïques) sont autant d'obstacles au développement et à la modernisation de ce secteur.

Electricité

220 volts ; prises européennes. Pas besoin d'adaptateur.

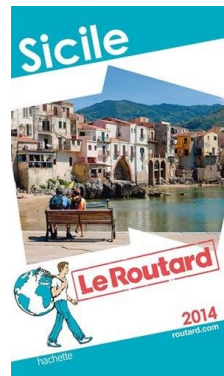
Téléphone

Pour appeler l'Italie depuis la France ou la Belgique, composer le 00 + 39 + le numéro de votre correspondant. Pour appeler la France depuis l'Italie, composer le 00 + 33 + le numéro à 9 chiffres de votre correspondant (sans le 0 initial). Pour appeler la Belgique depuis l'Italie, composer le 00 + 32 + l'indicatif régional sans le 0 (Anvers, 03 ; Blegny Trembleur et Liège, 04 ; Bruxelles, 02 ; Bruges, 050 ; Gand, 09 ; Namur, 081 ; Ostende, 059) + le numéro de votre correspondant.

BIBLIOGRAPHIE

Guide touristique et ouvrages généraux

- Sicile, Guide du routard
- Sicile, Guide Vert Michelin
- Les volcans - Flammarion de Claude Jaupart
- L'art Italien, André Chastel, Flammarion - Tout l'art
- Le modèle italien, Fernand Braudel, Coll. Champs - Flammarion
- Dictionnaire amoureux de l'Italie, Dominique Fernandez, Plon
- Que sais-je – PUF : nombreux titre concernant l'art, l'histoire et la civilisation italienne



CARTOGRAPHIE

- Carte Touring Club Italien Campanie et Sicile 1/200 000
- Michelin, Sicile n°432 1.400 000
- Sicile 1 : 425 000 B&B MAP
- Catane 1.11 000 LAC

NOTES PERSONNELLES :

NOTES PERSONNELLES



En cas de problème de dernière minute, appelez en France:

en priorité au (00 33) 4 90 09 06 06.

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous contacter

au (00 33) 7 77 08 14 68.