
Le guide complet pour
PRÉPARER SON VOYAGE EN
NORVÈGE
Itinéraires, conseils, budget, incontournables...
Tout ce qu'il faut savoir !
Itinéraires
Papiers d'identité
Budget
Transports
Hébergements
Vêtements
Et bien plus encore !
Des fjords aux aurores boréales,
vivez un voyage inoubliable !
Une Blonde en Norvège



SOMMAIRE

16 CHAPITRES POUR PRÉPARER VOTRE VOYAGE EN NORVÈGE

01 **À SAVOIR** p. 9
Paiements, horaires, internet, tri, jours fériés, drones, prix, codes sociaux...

02 **PAPIERS D'IDENTITÉS** p. 19
Carte d'identité ou passeport ?

03 **HISTOIRE DU PAYS** p. 20
Les vikings, les fjords, les Samis...

04 **OÙ ALLER ET QUAND ?** p. 30
Nord ou sud ? Été ou hiver ?

05 **COMBIEN DE TEMPS ?** p. 43
Pour en profiter au mieux

06 **LE CLIMAT** p. 46
Météo, ensoleillement

07 **LA NATURE** p. 56
Règles et conseils

08 **LES RANDONNÉES** p. 61
Difficultés, app, conseils

09 **LES VÊTEMENTS** p. 68
Et les chaussures !

10 **BOISSONS / NOURRITURE** p. 72
Plats traditionnels, conseils, prix

11 **LES AURORES BORÉALES** p. 76
Où aller et comment les photographier

12 **CONDUITE** p. 84
Location, recharges, péages et ferry, van et camping-car

13 **VENIR AVEC SON ANIMAL** p. 94
Règles sanitaires

14 **SÉCURITÉ - SANTÉ** p. 98
Voyagez assurés, numéros d'urgence

15 **PARLEZ NORVÉGIEN** p. 101
Quelques mots en voyage

16 **LIENS ET RÉDUCTIONS** p. 103
Profitez-en !

Des fjords aux aurores boréales, vivez un voyage inoubliable !

EXPLORER
DÉCOUVRIR
S'ÉMERVEILLER

Copyright

« Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle réservés pour tous pays. L'auteure est seule propriétaire des droits et responsable du contenu de ce guide. »

« Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayant droit ou ayant cause, est illicite et constitue une contrefaçon, aux termes des articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle »



Le contenu ne peut être ni réutilisé, ni transformé. Ce guide a été entièrement rédigé par l'auteure et est considéré comme une œuvre originale soumise aux droits d'auteurs.

Tous droits réservés – Anne-Sophie Drouet - Une blonde en Norvège - 2026

Présentation

Avant de vous guider dans votre futur voyage en Norvège, je me présente en quelques lignes. Vous me connaissez peut-être à travers mon podcast, ma chaîne Youtube, mon site internet ou encore sur les réseaux sociaux mais si ce n'est pas le cas voici un petit résumé de mon parcours.

Je suis née dans les Ardennes en 1982 et j'ai travaillé pendant 10 ans à Paris comme monteuse vidéo pour Tf1, Arte mais essentiellement pour M6 pour l'info (12h45 et 19h45). En 2009, je fais mon 1er voyage en Norvège avec mon compagnon et là....**coup de foudre** ! On prépare le projet et on vient s'installer près de Tønsberg, la plus veille ville du pays 4 ans plus tard en 2014.



Anne-Sophie Drouet

Pourquoi je suis tombée amoureuse de la Norvège ? Pour ces paysages à couper le souffle qui m'ont émus aux larmes. Pour le ressenti immédiat de cette "coolitude", de cette qualité de vie que les gens semblaient avoir. Pour la culture et les meurs que je trouvais passionnants. Et après plus de 12 ans ici, je vous confirme qu'on y vie une vie très paisible et sereine. Alors certes, les codes sociaux ne sont pas les mêmes et certains peuvent ressentir une certaine "frustration" sociale mais ce n'est pas toujours vrai et puis...on s'adapte. La Norvège n'est pas un pays parfait mais un pays avec des qualités et des défauts, comme tout autre pays. Une chose est sûre : 99,9% des voyageurs ressentent cette coolitude et sont conquis après leur voyage en Norvège alors.....

Bon voyage en Norvège

Liens

Retrouvez tous mes reportages et diverses vidéos sur ma chaîne

YouTube

Écoutez le podcast



Suivez-moi sur :

Plus d'infos :

www.uneblondeennorvege.com

Voyage sur mesure

Bien préparer son voyage prend beaucoup de temps

On a toujours peur de passer à côté des plus beaux paysages et des meilleures expériences et là je peux vous aider.

Je travaille comme “Travel designer” pour une agence de voyages et je peux vous créer votre séjour à la carte pour profiter au maximum de ce beau pays.

Je vous organise le voyage de vos rêves en fonction de votre budget, de votre temps, de vos envies, je m’occupe des réservations d’hôtels, d’activités et de location de voiture ou des transports en commun.



Contactez-moi pour plus d’infos

Vous rêvez de voir des aurores boréales, les fjords, faire du chien de traineaux ou une randonnée sur un glacier ?
Je vous fais profiter de nos tarifs partenaires et de nos plus beaux hôtels et logements insolites

Consultez cet article et écrivez-moi pour en savoir plus

S’installer en Norvège

Est-ce que la Norvège est faite pour vous ?

Si vous venez en voyage en Norvège avec l’idée de peut-être vous y installer un jour, mon guide sera parfait pour vous. Lors de mes sessions de consulting, je recevais beaucoup de questions sur les bases à savoir avant de venir s'installer ici et j'ai donc décidé de tout regrouper dans un ebook pour que vous puissiez avoir toutes les informations pour bien préparer votre installation en Norvège





SOMMAIRE

01 À SAVOIR P.6
Vie sociale, coût de la vie...

02 HISTOIRE DU PAYS P.16
Informations générales, les vikings, les fjords, les Samis...

03 CHOISIR LE LIEU / CLIMAT P.25
Oslo, Bergen, la campagne ou la montagne ?

04 LES DÉMARCHES P.37
Salariés, étudiants, entrepreneurs compte en banque, D-nummer, fødselnummer...

05 TROUVER UN LOGEMENT P.45
Location ou achat

06 TROUVER UN TRAVAIL P.54
Salarié ou entrepreneur, réduction formation entrepreneur

07 DÉMÉNAGEMENT P.62

08 AVOIR UNE VOITURE P.66

09 LE SYSTÈME DE SANTÉ P.71

10 TRAVAILLER DANS LA SANTÉ P.75

11 PAYER SES IMPÔTS P.79
Calcul et déclaration

12 LA RETRAITE P.83
Cotisations / être retraité en Norvège

13 HISTOIRE DE LA LANGUE P.89

14 PARLER NORVÉGIEN P.94
Conseils et réductions

-10% avec le code : VOYAGE10

Voir le guide

Podcast

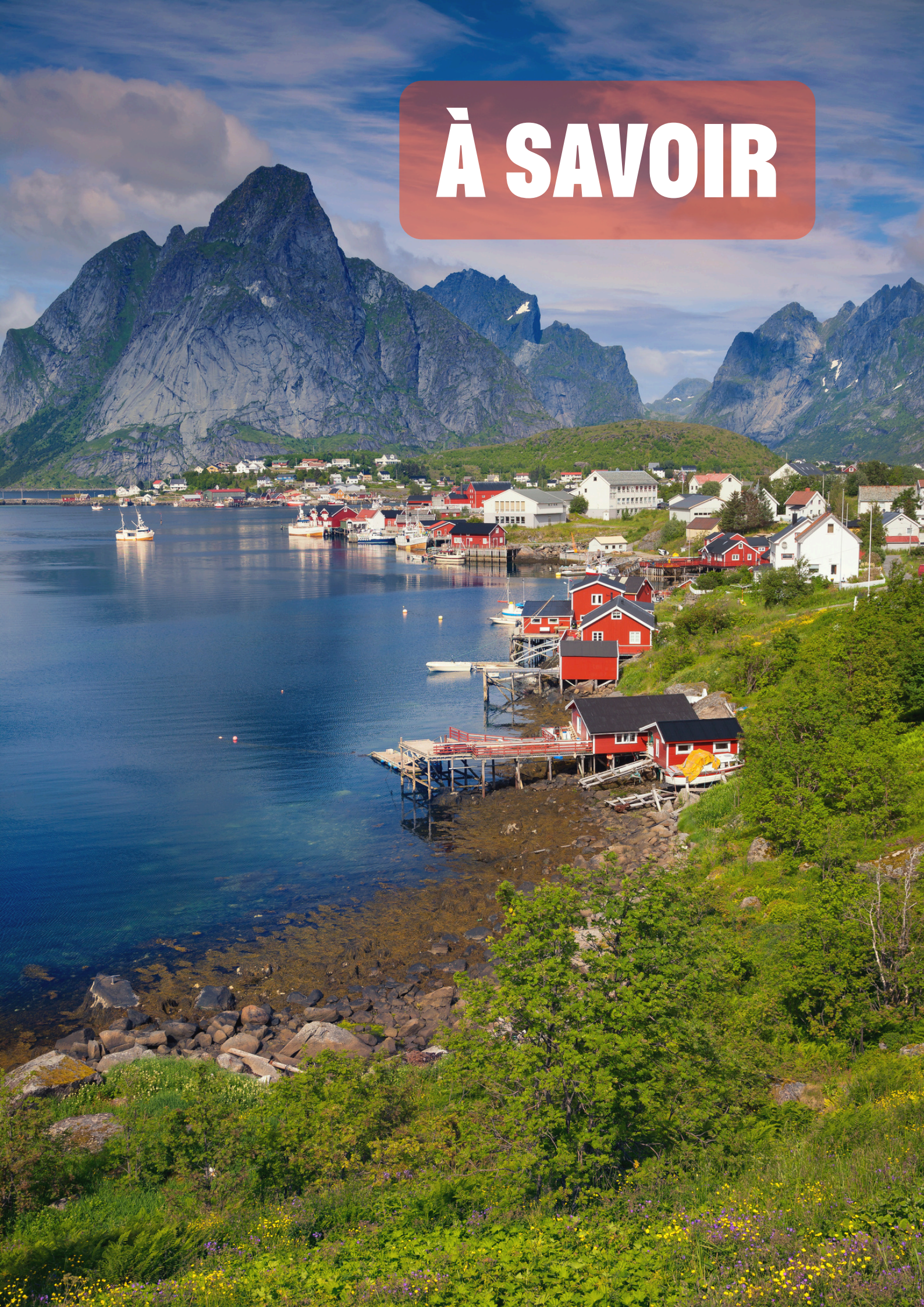
Conseils pour préparer votre voyage

Dans ce guide vous retrouverez pas mal de ces infos en version écrite et rédigée Mais si vous préférez les versions podcasts voici des épisodes que j'ai fait sur ce thème









À SAVOIR

INFORMATIONS GÉNÉRALES

La Norvège fait partie de l'espace Schengen mais ne fait pas partie de l'Union Européenne ni de la zone Euro

Capitale : Oslo
Langue : norvégien (Bokmål et Nynorsk)
Monnaie : Couronnes norvégienne (NOK) 1€=11NOK (environ)
Superficie : 385 207 km²
Régime : Monarchie constitutionnelle et démocratie parlementaire
Religion principale : Protestantisme
Fuseau horaire : Pas de décalage horaire par rapport à la France
Prises électriques : Les mêmes qu'en France (dans certains vieux chalets, les anciennes prises sont plus "plates" et vos chargeurs ne tiendront pas bien, mais cela fonctionne quand même)
Aménagements pour le handicap et la mobilité réduite : La plupart des endroits sont aménagés (bus, hôtels, certains restaurants). Ce n'est pas le cas partout évidement mais c'est mieux aménagé qu'en France.





Argent : il est fortement recommandé de prévenir votre banque de votre départ afin d'éviter que votre carte soit bloquée par suspicion de fraude.

Renseignez-vous également sur les frais de paiements à l'étranger pour trouver la meilleure solution pour votre voyage. De plus en plus d'endroits en Norvège refusent l'espèce. Il n'est donc absolument pas nécessaire de partir avec des liasses de billets juste "au cas où". Les cartes bancaires VISA et MASTERCARD sont acceptées presque partout alors que les AMERICAN EXPRESS le sont beaucoup moins. Vous pouvez payer de toutes petites sommes avec votre carte, l'espèce n'est presque plus utilisée ici. **Il est toujours recommandé de payer dans la devise du pays visité lorsque vous devez choisir sur le terminal de carte, ici donc en NOK : couronnes norvégiennes.**

Revolut et **Wise** sont beaucoup utilisés pour les paiements à l'étranger. Certaines cartes ont des conditions particulières, renseignez-vous auprès de votre banque.



Paiement : attention avec les codes sur les terminaux

En Norvège, il est courant de laisser entre 5 et 15% de pourboires. Les "tips" sont donc demandés numériquement sur le terminal. Quand le serveur va vous tendre l'appareil à carte, il faudra la plupart du temps retaper un montant représentant la somme que vous devez + le pourboire que vous souhaitez laisser. Donc faite bien attention de ne pas entrer votre code de carte bleu à ce moment là. Si votre code est 9566, **vous allez donner presque 1000€ de pourboire ! Lisez bien les instructions sur l'écran.**
Quelque fois vous avez un choix de pourcentage du pourboire que vous voulez laisser et quelques fois il faut retaper la somme.



BOUTIQUES

Les centres commerciaux sont en général ouverts de 10h à 20h en semaine et de 10h à 18h le samedi.

Les boutiques alimentaires sont en général ouvertes de 7h à 22h en semaine et de 9h à 18h ou 20h le samedi et le dimanche pour certaines. Les horaires varies évidement en fonction des enseignes, renseignez-vous avant. Faites attentions aux infos sur google pour les magasins car elle ne sont souvent pas à jour.

Les boutiques privées peuvent avoir de très périodes d'ouvertures. Quelques fois de 11h à 15h seulement et quelques fois seulement quelques jours de la semaines. Beaucoup de gens ont des boutiques en plus d'un autre travail et adaptent donc leurs horaires.



INTERNET

Il y a une très bonne couverture réseau presque partout en Norvège. Tout comme partout ailleurs dans le monde, les régions montagneuses seront moins couvertes. Il y a du Wifi gratuit presque partout. N'hésitez pas à demander les codes, vous trouverez de plus en plus des "QR codes" à scanner pour avoir l'accès. **La plupart des forfaits proposent le roaming. Vous pouvez donc utiliser vos "datas" en Norvège comme si vous étiez en France.** Faites attention par contre avec les appels qui peuvent être surtaxés, n'hésitez pas à utiliser des applications comme WhatsApp qui passent par Internet pour éviter les frais supplémentaires.



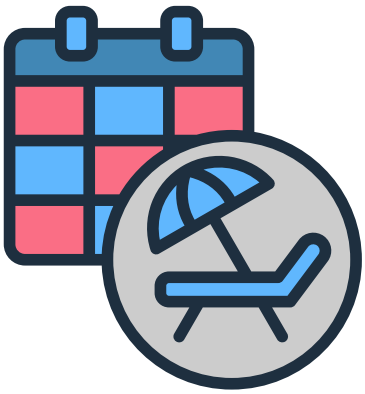
TRI SÉLECTIF

Il y a 5 poubelles différentes. Comme en France, la gestion du tri des déchets est communale. Il n'y a pas de système national qui est valable partout. Il faut faire en fonction du lieu où vous vous trouvez. Dans certaines grandes villes comme à Oslo, c'est un système de couleur de sacs mais tous les sacs vont dans la même poubelle.

Le vert pour le bio, le violet pour le plastique et le noir pour le reste. Chez moi par exemple dans le Vestfold à 1h30 au sud d'Oslo, cela ne fonctionne pas comme ça. On a une poubelle, un container pour chaque sorte de déchet. Là aussi, les codes couleur des bacs ne sont pas toujours les mêmes en fonction des régions.

On a 1 bac pour le bio, un pour le plastique, un pour le verre et le métal, un pour le papier et carton et 1 pour le reste.

Si vous logez dans un air bnb, en général les consignes sont données par le propriétaire. Un mauvais tri des déchets peut faire que les poubelles ne seront pas prélevées et engendrer des désagréments alors en général, on fait très attention.



JOURS FÉRIÉS

Les jours fériés sont à peu près les mêmes qu'en France, sauf le 8 mai qui n'est pas férié ici. Le 17 mai c'est la fête nationale en Norvège et c'est un jour unique et très intéressant à voir.

J'en ai fait un reportage sur Youtube :





DRONES

Les règles d'utilisations des drones en Norvège ne sont pas vraiment différentes de celle en France. Il est interdit de voler à proximité des aéroports, des bases militaires, des centres-villes et des réserves naturelles. Altitude max de 120m et toujours à vue du pilote. Il faut avoir une assurance responsabilité civile valide et s'enregistrer auprès de l'Autorité de l'Aviation Civile Norvégienne (Luftfartstilsynet) si votre drone pèse plus de 250 g ou a une caméra.



LA VIE SOCIALE

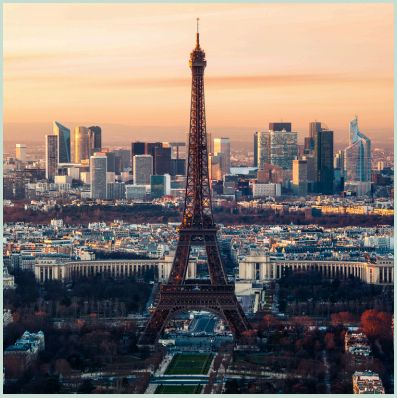
Vous allez entendre plein de choses sur la vie sociale en Norvège. **Le problème c'est que ce sont des ressentis et que c'est donc propre à chacun** et que cela varie en fonction de là où vous allez et des gens que vous allez rencontrer. Une chose est sûre : **la Norvège à son propre fonctionnement et les codes sociaux** ne sont pas les mêmes qu'en France. Quand on part visiter un pays on doit s'adapter à la culture locale, essayer de comprendre les codes et surtout ne pas essayer de retrouver ce que l'on a en France.

S'adapter

AU PAYS

Selon moi lorsque l'on part visiter un pays, on se doit d'être curieux des traditions et de la culture du pays en question. Je trouve toujours un peu ridicule les Français qui viennent s'installer en Norvège et qui cherchent dès qu'ils arrivent des cornichons, du saucisson ou des petits princes pour les enfants. Goûtez les plats traditionnels !





La France

Les Norvégiens adorent la France et les Français donc vous partez déjà avec un énorme avantage ! Il vous suffira de faire quelques simples petits efforts pour pouvoir vous faire des amis. En résumé soyez ouverts d'esprit et n'essayez pas de reproduire ce qu'il se fait en France.

Commencez par dire quelques mots en norvégien et faites la démarche d'aller vers les autres.



Vous allez peut-être entendre que les Norvégiens sont froids et distants et qu'il est très difficile de sympatiser avec les locaux : C'est à la fois faux et vrai. Je m'explique :

Je vous recommande d'écouter les épisodes de mon podcast car dans beaucoup d'entre eux je parle de ces codes sociaux que ce soit toute seule ou avec mes invités. **Cette froideur que l'on peut porter aux norvégiens au premier abord n'est en fait qu'une timidité mal gérée.** Les Norvégiens sont plutôt indépendants, réservés et aiment passer du temps seuls, dans la nature ou chez eux. **Mais on ne peut pas vraiment dire que ce soit de la froideur ou de la méchanceté, c'est juste un comportement différent.** Si vous avez écouté le podcast sur le “vinmonopolet”, on parle du rapport assez compliqué qu'ont les Norvégiens avec l'alcool et il est vrai qu'après quelques verres ils se décoincent et là c'est plus facile de discuter avec eux et de se faire des amis. Mais bon j'ai envie de dire que ce comportement n'est pas spécifique à la Norvège mais plutôt international.....vous n’êtes pas d’accord ?

Différence

DE COMPORTEMENT

Il est certain que vous trouverez une différence dans le comportement social des Norvégiens par rapport à la France. Vous pouvez par exemple tomber sur des gens que vous connaissez (comme les propriétaires du air bnb que vous louez) dans un magasin mais s'ils n'ont pas envie de vous dire bonjour ce jour là, ils vont tout simplement vous ignorer car ici il n'y a pas d'hypocrisie. S'ils n'ont pas envie de vous parler ce jour là...eh bien ils ne le feront pas tout simplement !





Se faire des amis

Je n'ai eu aucune difficulté à me faire de très bons amis en Norvège. Ils m'invitent à des repas en famille, en vacances, ils me proposent gratuitement leur chalet de vacances...aucun problème avec l'intégration. Après évidemment il y aura une différence pour les expatriés à Oslo qui ne restent qu’avec les français sans parler norvégien, là ils auront plus de difficultés à se faire des amis norvégiens. Si on habite à la campagne et qu’on parle norvégien, le rapport ne sera évidement pas du tout le même.

LE COÛT DE LA VIE



Les prix en France ayant fortement augmentés, il y a maintenant moins d'écart par rapport à la Norvège.

J'y habite depuis 2014 et j'y voyage depuis 2009. Je suis guide, "travel designer" et je voyage à travers le pays pour mon travail de fixeuse avec les productions TV internationales alors, je souhaite vous faire profiter de mon expérience pour vous guider au mieux.



Ce n'est un secret pour personne : tout coûte cher en Norvège. Même si on le sait, on a parfois du mal à se rendre compte des différences de prix. Il est impossible d'estimer un budget "minimum" pour pouvoir passer un séjour en Norvège car cela dépend de trop de facteurs : lieu de voyage (le nord est plus cher que le sud), membres de la famille, rythme alimentaire...

Pour vous guider au mieux, je vous ai préparé des tableaux sur les pages suivantes avec quelques exemples de tarifs pour que vous puissiez faire vos propres calculs et bien préparer votre futur voyage afin que celui-ci soit à la hauteur de vos attentes. Vous trouverez les prix pour la nourriture dans le chapitre dédié.





Charges / frais



Il faut faire attention car quelques fois, on ne pense pas aux frais pour une petite promenade et on peut vite dépenser sans s'en rendre compte. Un petit tour en ville, les péages, le parking, 2 cafés et l'essence, on dépensé 40€ sans le voir en faisant "juste un petit tour". C'est à ce genre de dépenses qu'il faut faire attention.

Descriptif	Tarif (en NOK)	Remarques
Essence	15 / 28 nok/l	*Grosses différence entre les stations, il faut comparer*
Parking	20/ 190 nok/h	*Presque tous les parking sont payants*
Péages	10 / 80 nok par passage	*Sur les voies rapides et à l'entrée des villes*
Ferry	40 / 700	*En fonction des traversées*
Salade au restaurant	130 / 250	
Plat chaud avec viande au restaurant	180 / 450	
Soda	80/120	
Verre de vin ou de bière	110 / 150	
Boisson chaude en café	40 / 60	*Moins cher dans les stations ou 7/eleven (mais c'est pas bon)*

Le prix de l'essence en Norvège change plusieurs fois par jour, ce n'est pas un prix fixe. Il faut donc surveiller et faire le plein quand c'est au meilleur prix.

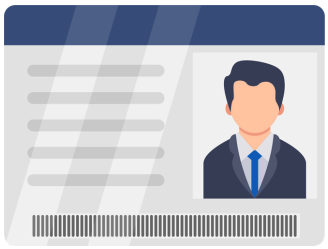
Puisque l'on est dans les tarifs voici une petite vidéo sur l'économie du pays



PAPIERS D'IDENTITÉS



Plusieurs points à vérifier pour être en règle



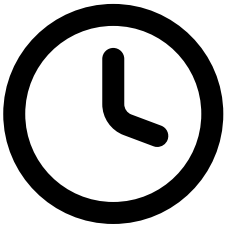


La Norvège faisant parti de l'espace Schengen, vous pouvez venir en voyage avec votre carte d'identité, pas forcement besoin de passeport.



La Norvège ne reconnait pas l'extension de 5 ans accordées aux anciennes cartes d'identités. **Le pays ne fait pas parti de l'Europe et ils ne comprennent pas les papiers d'identités en français.** Ils sont "obligés" de reconnaitre la carte d'identité mais.....ils n'aiment pas ça alors si vous avez un passeport, venez avec, ce sera beaucoup plus simple.

La durée maximum pour un séjour touristique en Norvège est de 3 mois alors vous devez entrer dans le pays avec des papiers d'identités valides au mois 3 mois pour qu'ils puissent encore l'être à votre départ si jamais vous restez 3 mois.



Même si vous ne pensez rester qu'une semaine ou 1 week-end, si un problème arrive, vous pouvez être amenés à rester plus longtemps et ce jusqu'à 3 mois. Alors les autorités exigent que vous ayez des papiers d'identités valides jusqu'à plus de 3 mois après votre date d'entrée en Norvège. Quelques fois, il est exigé 6 mois de validité.

Vous entendrez peut être des discours de "petits malins" qui ont tenté de venir avec des papiers d'identités non valides mais non seulement vous risquez d'être refoulés à la frontière mais le pire c'est que vous puissiez passer à l'aller mais être bloqué et ne pas pouvoir repartir.

Histoire



du pays



L'histoire de la Norvège remonte à la préhistoire, lorsque les premières populations s'installent sur le territoire après la fin de la dernière période glaciaire, il y a environ 10 000 ans. Parmi les peuples les plus anciens figurent les Samis, qui vivent principalement dans les régions du nord et développent une culture basée sur l'élevage de rennes, la pêche et la chasse.

Avec le temps, des communautés agricoles apparaissent dans le sud du pays, profitant des vallées et des fjords. L'une des périodes les plus célèbres de l'histoire norvégienne est l'ère viking, qui s'étend approximativement du VIIIe au XIe siècle. Les Vikings norvégiens sont connus pour leurs talents de navigateurs et leurs expéditions maritimes. Ils commercent, explorent et parfois pillent différentes régions d'Europe. Des marins norvégiens colonisent notamment l'Islande, le Groenland et atteignent même l'Amérique du Nord vers l'an 1000, plusieurs siècles avant Christophe Colomb. Durant cette période, plusieurs royaumes locaux existent en Norvège, mais ils sont progressivement unifiés sous l'autorité d'un seul roi, souvent associé à Harald à la Belle Chevelure.

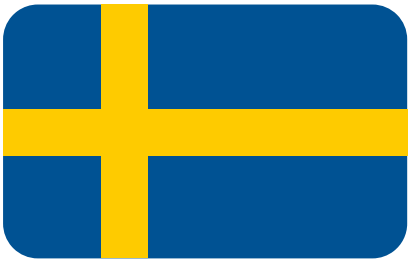


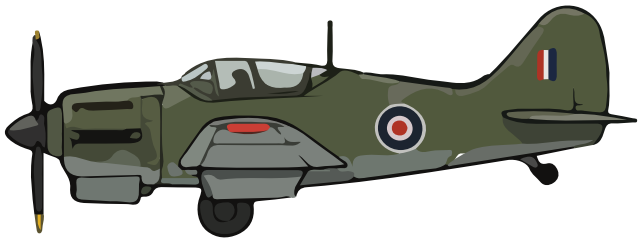
Au cours du Moyen Âge, la Norvège devient un royaume chrétien et développe ses institutions politiques et religieuses. Cependant, à partir du XIVe siècle, le pays est affaibli par des crises, notamment la peste noire qui décime une grande partie de la population. En 1397, la Norvège entre dans l'Union de Kalmar, une union politique regroupant le Danemark, la Suède et la Norvège sous une même couronne. Avec le temps, le pouvoir danois devient dominant et la Norvège reste étroitement liée au Danemark pendant plusieurs siècles.



Cette situation change au début du XIXe siècle. En 1814, à la suite des guerres napoléoniennes, le Danemark est contraint de céder la Norvège à la Suède. La même année, les Norvégiens tentent d'obtenir leur indépendance et adoptent une constitution très progressiste à Eidsvoll. Bien que la Norvège soit finalement contrainte d'accepter une union avec la Suède, elle conserve sa constitution et une certaine autonomie politique.

L'union avec la Suède dure jusqu'en 1905, date à laquelle la Norvège devient pleinement indépendante après un référendum. Le pays choisit alors de rester une monarchie constitutionnelle et élit un nouveau roi, Haakon VII. Au XXe siècle, la Norvège traverse des périodes importantes, notamment l'occupation allemande pendant la Seconde Guerre mondiale entre 1940 et 1945.





Après la guerre, la Norvège connaît un développement économique rapide. La découverte de pétrole et de gaz en mer du Nord à partir des années 1960 transforme profondément son économie. Aujourd'hui, la Norvège est considérée comme l'un des pays les plus riches et les plus développés du monde. Elle se distingue par son niveau de vie élevé, son système social solide et sa forte attention portée à l'environnement et à la démocratie. Malgré sa modernité, le pays reste très attaché à ses traditions, à sa culture nordique et à ses paysages naturels spectaculaires.

Histoire du pays

C'est toujours intéressant de connaitre un peu l'histoire et la culture du pays dans lequel on va s'installer

Voici quelques épisodes de podcast qui vous permettront de vous familiariser un peu avec la Norvège

Voici quelques épisodes du podcast qui vous donneront plein d'infos sur l'histoire du pays





Si vous écoutez le podcast via la plateforme Ausha, vous pouvez classer les épisodes par playlist

Si vous souhaitez soutenir le podcast, la chaîne Youtube ou le contenu du site, vous pouvez devenir membre sur Patreon à partir de 2€, vous aurez alors accès à plus de 100 posts privés, contenant des épisodes bonus du podcast, des vidéos exclusives et d'autres cadeaux

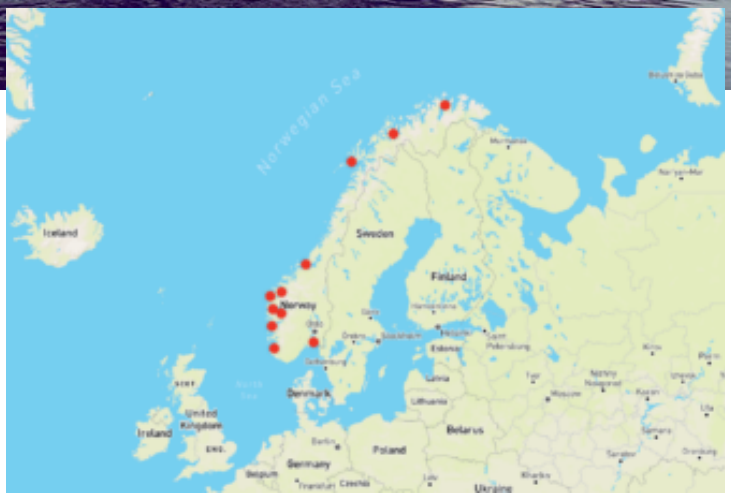
Retrouvez sur Patreon

LES ÉPISODES **BONUS**

PATREON

RÉSERVÉ AUX CONTRIBUTEURS PATREON À PARTIR DE 2€/ MOIS

LES FJORDS



Il y a des fjords à plusieurs endroits en Norvège mais les plus connus comme le Nærøyfjord, le Sognefjord, le Lysefjord et le Geirangerfjord sont situés sur la côte ouest.



Le centre du pays entre Oslo est Bergen est également d'une beauté à couper le souffle, c'est pourquoi la traversée du pays d'est en ouest (ou l'inverse) est un circuit fantastique pour découvrir ce que la Norvège a de plus beau à offrir.

Oslo et Bergen sont des villes très agréables mais elles ne représentent pas la Norvège, donc un circuit avec ces 2 villes plus les fjords au milieu...C'est parfait !

Qu'est-ce qu'un fjord?

RETROUVEZ

LES ÉPISODES DU PODCAST

Avec Diane Berbain





Retrouvez sur Patreon

L'ÉPISODE **BONUS** 3ÈME PARTIE

RÉSERVÉ AUX CONTRIBUTEURS PATREON À PARTIR DE 2€/ MOIS

PATREON

Que savez-vous des vikings ?

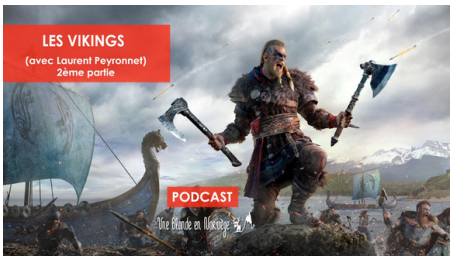


J'ai eu la chance de recevoir Laurent Peyronnet dans le podcast qui est un conférencier, expert des thèmes comme les viking et les peuples indigènes

PODCAST SUR LES VIKINGS

AVEC LAURENT PEYRONNET







Retrouvez sur Patreon

L'ÉPISODE **BONUS** 4ÈME PARTIE

RÉSERVÉ AUX CONTRIBUTEURS PATREON À PARTIR DE 2€/ MOIS

PATREON



Que savez-vous des Samis ?

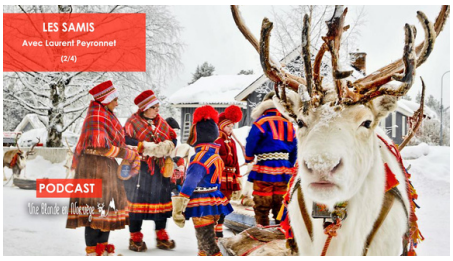


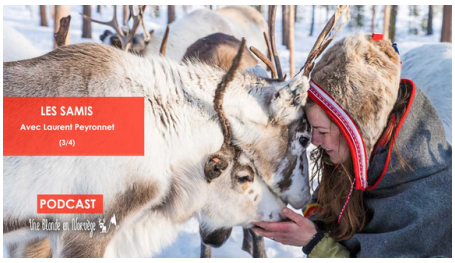
J'ai eu la chance de recevoir Laurent Peyronnet dans le podcast qui est un conférencier, exprets des thèmes comme les viking et les peuples indigènes

PODCAST SUR LES SAMIS

AVEC LAURENT PEYRONNET







Retrouvez sur Patreon

L'ÉPISODE **BONUS** 4ÈME PARTIE

RÉSERVÉ AUX CONTRIBUTEURS PATREON À PARTIR DE 2€/ MOIS

PATREON



Où aller



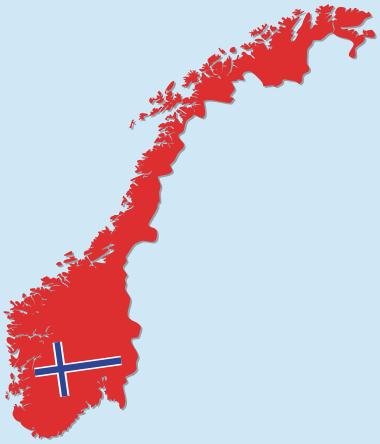
Et quand ?



CHOISIR LE LIEU

J'ai eu l'idée de faire ce guide car lors de mes sessions de consulting, je recevais beaucoup de personnes qui ne connaissaient absolument rien au pays et je passais beaucoup de temps à leur expliquer les choses basiques et on manquait de temps au final pour pouvoir bien préparer leur voyage. Je n'avais pas le temps de leur donner tous les conseils personnalisés que j'aurais voulu et je trouvais que la séance était un peu loupée.

J'ai donc réfléchi à une solution pour pouvoir proposer toutes les informations basiques sur le pays et ensuite si vous avez des questions supplémentaires ou des demandes spécifiques, là on peut en discuter lors de la session. Souvent je reçois des gens qui ont déjà préparé leur itinéraire mais qui ont peur d'avoir mis trop de choses par exemple ou d'avoir loupé des essentiels ou encore d'avoir prévu trop de temps de routes, ce qui arrive à 80% du temps. Alors ils m'envoient en avance leur trajet, je travaille sur le parcours et on en discute ensemble lors du rendez-vous téléphonique. **C'est un super moyen de bien préparer son séjour en Norvège,** de voir plein de choses mais de ne pas en prévoir trop pour ne pas passer à côté de son voyage. Car c'est également un gros risque lorsque l'on prépare son trip, c'est un pays tellement riche culturellement et tellement beau qu'on veut tout voir et tout faire et au final on loupe tout ou....l'essentiel.



LA GÉOGRAPHIE DU PAYS

La Norvège est un pays qui s'étend sur plus de 2500 km de long. Alors évidemment que vous n'aurez pas du tout le même climat, la même luminosité et le même style de voyage si vous visez le sud ou le nord. Il y a aussi les reliefs à prendre en considération. Est-ce que vous voulez rester en plaine, aller en montagne ou le long d'un fjord et si c'est le cas le long de quel fjord ?



C'est vraiment LE point sur lequel tout le monde s'interroge et à juste titre parce que tous ceux qui ont visité le nord et le sud affirment que l'on se sent vraiment dans 2 pays différents. Il n'y a pas de formule magique : si vous savez que vous ne viendrez en Norvège qu'une seule fois dans votre vie il peut être judicieux de faire une partie dans le sud de prendre un vol interne et de faire une partie dans le Nord ou de faire un long road trip du sud au nord ou l'inverse. Mais les 2 régions ne sont pas attractives au même moment. Le Sud est beau toute l'année car visiter les fjords très honnêtement que ce soit à l'automne au printemps à l'été ou en hiver, c'est beau tout le temps. Le Nord aussi mais tout dépend de ce que vous voulez y faire.

Par exemple les Lofoten c'est unanime c'est beau tout le temps, toute l'année à tout moment. Mais si vous voulez faire un trip nordique avec activités de type chien de traîneau, motoneige et voir des aurores boréales, il vous faudra aller un peu plus au nord autour de Trømsø qui est la capitale nordique des activités mais qui du coup engendre un certains nombre de points négatifs.



QUE CHOISIR ?

Vous le savez peut être : **j'organise des voyages à la carte.** Je voyage moi-même beaucoup que ce soit pour mon travail de fixeuse, de guide ou pour mes vacances personnelles depuis plus de 16 ans. Je souhaite donc vous faire profiter de mon expérience pour vous donner les meilleurs conseils. Sur les pages suivantes je vais vous donner les plus et les moins concernant un voyage dans le nord ou dans le sud. **N'hésitez pas à me contacter si vous avez besoin de conseils personnalisés**.

LE SUD DU PAYS

LES POINTS POSITIFS

Vous y trouverez les plus grandes villes du pays comme Oslo, Bergen ou Stavanger et donc plus de facilités d'accès, vols directs depuis la France. (environ 2h30). Ce sont des villes que j'adore et qui sont très agréables mais en règle générale on ne vient pas en Norvège pour visiter les villes.

On y passe, mais souvent c'est avant de partir vers les fjords ou au retour. Un week-end à Oslo ou à Bergen peut-être très chouette mais il serait tellement dommage de ne pas pousser un peu et de ne pas aller voir ces beautés de la nature.



C'est aussi une région qui est très diversifiée en terme de paysages de reliefs et de culture. Vous y trouverez donc les grandes villes, les plus beaux fjords du pays, la campagne et la montagne. Si vous traversez le pays d'est en ouest en gros entre Oslo et Bergen, vous pourrez être témoin de ces changements de paysages et de climat.

Vous aurez un climat plus doux et tempéré mais attention que ce soit l'été ou l'hiver si vous traversez le pays d'est en ouest, vous subirez de gros changements de températures. Si vous partez en croisière ou si vous prenez de l'altitude vous pouvez avoir des différences de plus de 15° en très peu de temps. Je vous donnerai tous les conseils vestimentaires et de gestion de la météo dans les chapitres dédiés.

Vous trouverez les plus beaux les plus grands, les plus longs et les plus majestueux fjords du pays. C'est LA région des fjords ! Le surnom de Bergen c'est la porte d'entrée vers les fjords. Les fjords principaux sont le Sognefjord, le Geirangerfjord et le Lysefjord.



VIVRE À OSLO



Comme toutes les capitales, Oslo ne représente pas la Norvège ! Le fjord d'Oslo est plat, vous n'y trouverez pas de maison en bois coloré (ou pas autant que dans le centre du pays) et les traditions et les mœurs y sont un peu moins présentes car il y a beaucoup de diversité sociale. Chaque culture amène sa propre “touch”, ce qui fait que les traditions classiques et anciennes norvégiennes sont un peu moins présentes, on a une vie plus moderne !



LA VILLE OU LA CAMPAGNE ?

Visiter Oslo est une bonne idée.....avant de partir explorer le reste du pays. Il y a plus d'opportunités sociales et culturelles car il y a la plus grosse partie de la communauté française. Il s'y passe plus de choses, la vie sera plus active. Mais tout est très cher à Oslo, les logements sont beaucoup plus chers qu'ailleurs dans le reste du pays et si vous voulez payer moins cher vous allez être obligé de vous excentrer donc au final vous ne serez pas dans le centre d'Oslo.

L’AVIS D’UNE OSLOÏTE

Écoutez ces 2 épisodes du podcast que j'ai enregistré avec ma copine Camille qui vit à Oslo, qui a habité à Bergen et qui nous raconte son quotidien





EN SAVOIR PLUS SUR BERGEN



Si vous avez besoin de conseils personnalisés pour bien préparer votre séjour en Norvège, je serais ravi de vous aider. Je propose du CONSULTING par téléphone et ici vous avez 10% de réduction.

JUSTE POUR VOUS

10% DE RÉDUCTION

SUR LE CONSULTING

AVEC LE CODE DE RÉDUCTION

"CONSULTING10"

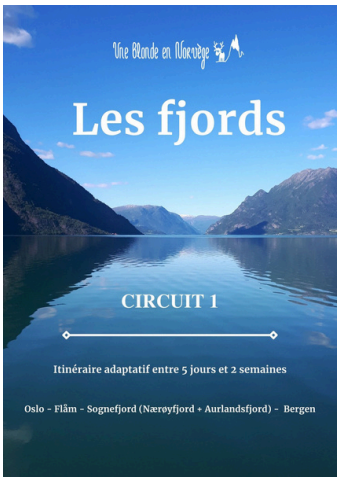


Si vous allez passer de façon rapide à Oslo ou à Bergen et que vous ne savez pas quoi faire pour profiter au maximum de la ville, j'ai créé des ebooks très complets pour bien vous guider. Vous avez ici aussi 10% de réduction.

JUSTE POUR VOUS

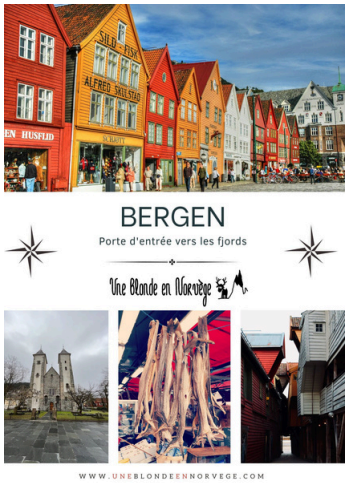
10% DE RÉDUCTION

SUR LES 4 EBOOK DE VOYAGE









AVEC LE CODE DE RÉDUCTION "VOYAGE10"



LES POINTS NÉGATIFS

Vous y trouverez les plus grandes disparités de populations et sociales. Vous pouvez partir d'une ville très peuplée comme à Oslo et en quelques kilomètres, vous vous retrouvez au milieu de nulle part avec très peu d'habitants et très peu de commerces. Ce point pourrait tout aussi bien se trouver dans la liste des points positifs ! C'est au goût de chacun !

Le sud de la Norvège c'est LA zone de rush touristique de l'été. De mi juin à mi-août il y aura du monde presque partout. J'ai écrit presque parce-que vous pouvez avoir de la chance et vous retrouver dans une période où il n'y aura pas tant de monde que ça mais vous pouvez vous retrouver dans un petit village complètement bondé qui enlèvera tout le charme à ce que vous attendiez. Il est évidemment impossible de prévoir avec précision quand et où il y aura du monde mais en tout cas dans cette période globalement il y a du monde un peu partout. **Ne vous attendez donc pas à visiter le petit village de Flåm ou de Geiranger ou de faire les randonnées les plus connues en étant seule au monde !** Attention je ne vous dis pas qu'il ne faut pas aller là-bas ! j'y ai passé certains de mes meilleurs moments, même en été. Il faut juste être conscient que vous ne serez pas seuls. **Depuis quelques années la Norvège est victime de son succès et les critiques envers le sur-tourisme ne font qu'augmenter.** En tant que Travel designer il est donc de mon devoir de vous mettre en garde.

Autre point négatif qui découle de ce sur-tourisme c'est qu'avec la loi de l'offre et de la demande et les prix dynamiques, les tarifs peuvent augmenter de façon significative à cette période. Il n'existe pas d'offre “last minute” pas chère en Norvège. Plus on attend, plus ça se remplit et plus c'est cher. Les hôtels savent qu'ils seront complets de toutes façons donc les chambres seront chères et plus on s'approche de la date, plus les tarifs seront importants. Avant ça valait le coup de prendre des logements en Airbnb. Avec l'Agence avec laquelle je travaille nous ne fonctionnons qu'avec des hôtels ou des appartements et avec les prix préférentiels que nous avons, très souvent nous sommes moins chers que les Airbnb. **Alors n'hésitez pas à me contacter pour un voyage clés en main qui ne sera pas forcement plus cher un séjour libre en Air bnb.**



Il n'y a pas que des petites familles tranquilles qui visitent la Norvège ! Il y a aussi des gros groupes en bus qui peuvent prendre d'assaut les hôtels et les buffets et cela peut également rendre votre séjour.....moins paisible !

Que ce soit sur les routes, sur les spots de points de vue ou dans les commerces en général, on aime pas trop se retrouver avec ces groupes quand on voyage seul, en duo ou en famille. Mais l'été.....il y a énormément de bus, camping-car, caravanes et il faut se montrer patient, respectueux et...compréhensif

Les routes panoramiques de montagnes sont régulièrement fermées à cause d'éboulements ou de chutes de neige, même l'été. Il est donc possible que finalement au dernier moment vous ne puissiez pas accéder à la route des trolls ou à une autre route panoramique. Retrouvez les informations de conduite dans le chapitre dédié.



CLIMAT ET LUMINOSITÉ

Le froid, l'ensoleillement, la pluie, l'isolement sont des facteurs qui vont beaucoup jouer sur la réussite de votre voyage. **Le problème : on ne peut pas le contrôler ni prévoir trop longtemps à l'avance** ! Dans le chapitre dédié sur la météo et le climat je vous donnerai des conseils pour prévoir un minimum **et surtout s'adapter.**



Pour choisir correctement La zone que vous voulez visiter en Norvège, Il est assez important de comprendre la géographie de ce pays. Vous trouverez ci dessous un reportage que j'ai fait dans lequel j'explique dans les grandes lignes le climat du pays en fonction de son relief.





LE NORD DU PAYS

LES POINTS POSITIFS

Les paysages du Nord de la Norvège sont incroyables. ce sont des paysages que l'on ne voit nulle part ailleurs et qui vous promettent un dépaysement total. Il y a également une grande diversité de paysages avec des zones de plaines enneigées et certaines des plus hautes montagnes du pays.



Les îles Lofoten sont un des plus beaux endroits que j'ai pu voir en Norvège. Là-bas on se sent un peu comme dans un autre monde. Les paysages sont incroyables à toutes saisons.

Le Cap Nord ! J'ai eu la chance y d'aller une fois avec une production TV. C'est moi qui conduisais et c'est vrai que cette sensation d'arriver au bout de l'Europe (géographique) quand on regarde le GPS....c'est assez incroyable...On ne peut pas aller plus loin après...c'est le pôle Nord. **L'aéroport le plus septentrional du pays se trouve à Alta**. Et si vous voulez continuer vers le Cap Nord il vous faudra rouler plus de 04h00 et 230 km. Cette route est tellement belle et incroyable qu'on ne fait que s'arrêter donc évidemment comptez....beaucoup plus de temps que ça !

Tromsø c'est LA capitale des activités du Nord. C'est également une région qui est belle à tout moment. Il y a plein d'îles autour et de coins très très beaux, mais cette région est très prisée en hiver pour les activités nordiques du type chien de traîneau, motoneige et chasse aux aurores boréales.

Les alpes de Lyngen sont un super spot pour le ski ou les randonnées en raquettes l'hiver et les randonnées classiques l'été. Que ce soit les Lofoten, Vesterålen ou les Alpes de Lyngen, ce sont des endroits avec de gros reliefs. Il faut donc être assez sportif pour faire les promenades. Il y a très peu de randonnées avec peu de dénivelés.

LES POINTS NÉGATIFS



Les Lofotens sont un archipel avec la pointe sud en plein milieu de la mer de Norvège. C'est donc un endroit où le climat peut être rude avec beaucoup de vent et de longues périodes de pluie et de mauvais temps. Les ponts entre les îles sont régulièrement fermés quand il y a trop de vent et là vous êtes bloqué ! Quand le brouillard se lève, vous ne voyez pas du tout la montagne qui se trouve à quelques centaines de mètres de vous.

Vous pouvez accéder facilement aux plages et aux visites des petits villages. Mais les points de vue impressionnants les plus connus se méritent à coup de randonnées à fort dénivelé ! Il n'y a presque aucun endroit en altitude qui est accessible en voiture. On doit se garer en bas au niveau de la mer et grimper à pied !

Si vous y allez hors saison vous pouvez vous sentir isolés et trouver que c'est vraiment mort. Ce qui pourrait tout aussi bien être dans la liste des points positifs ! Encore une fois tout dépend de ce que l'on recherche. C'est juste que c'est un endroit avec de grosses différences de fréquentations avec le rush de sur-tourisme l'été qui peut être impressionnant avec des files de camping-cars et de voitures et des périodes hors saison très calmes. Vous pouvez y faire des croisières pour aller voir le Trollfjord ou des excursions pour aller voir les animaux sauvages mais sachez que vous ne trouverez pas aux Lofoten les activités que vous pourrez faire à Tromsø comme : chien de traîneau, motoneige ou chasse aux aurores boréales. Vous pourrez voir de très belles aurores boréales aux Lofoten mais ce n'est pas l'endroit idéal. À cause du climat et de la géographie justement il faut aller un petit peu plus haut dans les terres autour de Tromsø.

Tromsø. Le problème est que beaucoup d'activités et la plupart des excursions pour aller voir les aurores boréales partent de là ce qui fait qu'il y a un sur-tourisme impressionnant là bas. Beaucoup de touristes s'en plaignent car cela devient assez impersonnel et les prix sont démesurément chers.

L'une des erreurs les plus communes est de prévoir un trip uniquement autour des aurores boréales. C'est un phénomène naturel et imprévisible et si vous n'en voyez pas et que vous n'avez rien prévu d'autre vous serez très déçu ! J'y reviendrai en détail dans le chapitre dédié.

Les distances sont très souvent mal gérées ! Mon travail de guide et de "Travel designer" consiste majoritairement à aider les voyageurs à bien gérer leur circuit. Quelquefois on peut passer plus d'une heure à faire seulement quelques kilomètres à cause des vitesses réduites, du relief ou des ferries.



Les routes dans le nord, vers le cap nord peuvent être souvent fermées à cause de fortes chutes de neige ou de problèmes sur la route. Le problème...**c'est qu'il n'y a qu'une seule route** donc si celle-ci est fermée...il vous faudra faire autre chose.



PÉRIODE IDÉALE

Entre les points positifs et des points négatifs entre le nord et le sud c'est pas évident de savoir quand partir.

Le 1er conseil est de connaitre les périodes de rush touristiques afin de pouvoir éventuellement les éviter. Évidement l'idéal étant d'éviter les périodes de vacances scolaires mais si vous venez avec vos enfants….je sais que c'est compliqué de choisir une autre période.

LE RUSH DE L'ÉTÉ

C'est entre mi juin et mi-aout. Donc 2 options de décalage : **de mai à début juin** c'est idéal pour venir en mode été sans tous les touristes, de plus vous pouvez assister au 17. mai et c'est c'est vraiment une expérience unique. Vous ne serez pas seuls pour autant mais il y aura moins de monde. **De mi-aout à fin septembre** c'est encore l'été. Les journées commencent à raccourcir évidement mais fin septembre il y a encore de très belles journée et avec certaines régions qui commencent à aller vers l'automne, c'est magnifique.

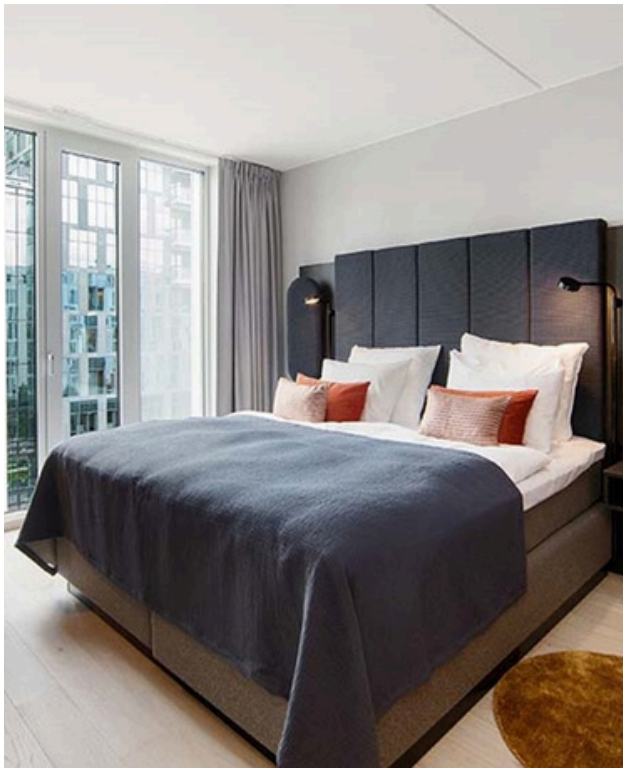
LE RUSH DE L'HIVER

C'est principalement la période de Noël et toutes les vacances de février. À la Toussaint c'est souvent trop tôt pour viser le nord car il n'y a pas encore beaucoup de neige partout et certaines activités risquent d'être annulées. **Les baleines commencent à être dans le coin, mais ce n'est pas la meilleure période pour les observer (de décembre à février)**. Attention également avec ce sur-tourisme qui dérange de plus en plus les animaux et de plus en plus d'incidents sont à déplorer. Une régulation va être mise en place. Et les vacances de pâques ….c'est trop tard, plus de neige mais pas encore l'été donc intersaison un peu….chiante avec de la boue partout, beaucoup de glissements de terrains et les activités d'hiver plus disponibles. Compliqué donc d'échapper au rush touristique dans le nord car la saison est plus courte que dans le sud.

Pour vous aider à bien choisir faites une liste de vos priorités et du "style de voyage" que vous souhaitez. Je serais ravie de vous aider à organiser un séjour adapté, n'hésitez pas à m'écrire.

Écrivez-moi

OÙ DORMIR ?



À l’hôtel

Dormir à l'hôtel c'est bien pour un séjour court ou un week-end car on a rien à gérer, pas de ménage à faire, on peux prendre les repas directement sur place. Mais comme vous le savez, tout est assez cher et même les petits déjeuner et les repas en hôtel sont assez coûteux. Comptez entre 10 et 17€ pour les petit dej et dans les 20/ 30€ minimum pour l'accès au buffet pour le diner si il y en a un, les repas à la carte sont souvent plus chers. Étant donné que les nuits en hôtels sont déjà à la base plus chères qu'en Airbnb, au total, ce sera bien plus coûteux mais plus confort si vous ne voulez rien gérer. (la liberté à un prix !) Pour ma part, je n'aime pas trop les hôtels quand je voyage car je trouve ça un peu trop impersonnel et on à pas d'endroit où se poser au calme si la chambre est petite à part les salons communs dans le hall. En Norvège l'hiver par exemple, on rentre en général assez tôt car il fait froid et nuit à 15h30 / 16h30 donc c'est assez agréable d'avoir un endroit où se poser en fin d'après midi ou début de soirée avant de ressortir.

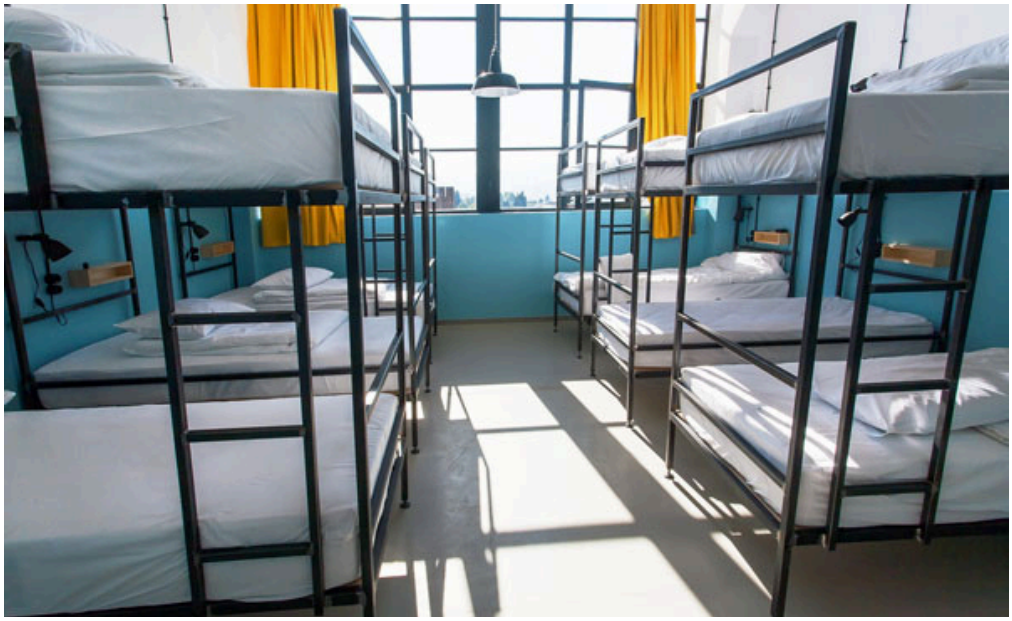




En Airbnb

Les logements en airbnb sont souvent moins chers et il y a souvent des réductions pour les séjours longs car les hôtes ont moins de ménage à faire. De plus vous pouvez cuisiner et donc ne pas avoir à manger dehors tout le temps, ce qui peut représenter une grosse économie (je vous en parle plus logement dans le podcast pour préparer son voyage en Norvège). On a plus de place, plus d’équipements à dispo et j'aime m'imaginer comment vivent les gens chez qui on séjourne. Pour ma part je loue tout le temps des logements entiers et pas juste des chambres donc je ne rencontre presque jamais les hôtes mais si vous souhaitez rencontrer des locaux et avoir des conseils de choses à faire, louer une chambre ou une partie de maison est un très bon moyen. Le seul point sur lequel il faut faire attention c'est que les logements Airbnb peuvent être assez excentrés et comme les transports coûtent cher, c'est un calcul à faire.

ATTENTION



Hostel

Faites attention avec le terme "hostel". La confusion est faite avec un hôtel classique. Ces logements sont des auberges avec des chambres en dortoirs et salles de bains et sanitaires communs. Cela peut très bien correspondre à ce que vous cherchez si vous êtes étudiant ou jeune voyageur sans trop d'attente de confort et avec l'envie de rencontrer des gens.
Si vous faites un tri par prix dans booking ou sur d'autres sites, vous aurez ces logements en début de liste donc faites attention si vous êtes à la recherche d'un hôtel classique !



Attention si vous voulez un peu plus d'authenticité et que vous louez un chalet sur Airbnb par exemple certains chalets n'ont pas l'eau courante ! Et ce n'est pas toujours très clair sur l'annonce. Je vous recommande de bien vérifier ce point et au cas où écrivez au propriétaire avant d'envoyer votre location pour vérifier. Vérifiez également qu'il n'y aura pas besoin à chaque passage de passer un petit péage de montagne comme ça peut être le cas quelquefois.


Combien
de temps ?

DURÉE DU SÉJOUR ?

Pour moi, venir en voyage en Norvège, c'est s'imprégner du rythme local : c'est à dire la lenteur ! Tout va doucement et tout prend du temps ici ! Il faut y être préparé. **J'appelle ça : la coolitude ! Le piège principal lors de l'élaboration d'un séjour en Norvège, c'est de prévoir trop de choses et de sous-estimer les temps de route. Vous n'imaginez même pas le nombre de commentaires que j'ai reçus venant de voyageurs qui sont rentrés frustrés et qui m'ont écrit en me disant** : "si on avait su on aurait fait appel à tes services pour nous aider à gérer notre circuit car on a loupé plein de choses et on a passé notre temps sur la route. On est rentrés crevés et frustrés.

Le trajet fait parti DU VOYAGE



LES CLÉS D'UN SÉJOUR RÉUSSI !

PRÉPARER MAIS PAS TROP

Est-ce que vous connaissez la "FOMO" ? Cela veut dire "fear of missing out" autrement dit : la peur de passer à côté de quelque chose. **Et cela peut clairement ruiner votre séjour.** La Norvège est un pays très riche culturellement et évidemment que vous n'aurez pas le temps de tout faire. Il faudra faire des choix et vous ne verrez pas tout. J'habite ici depuis 12 ans et j'y voyage depuis plus de 16 ans et je n'ai évidemment toujours pas tout vu et...heureusement.

LES DIFFÉRENTS PIÈGES

VOULOIR ALLER TROP LOIN

L'erreur principale lors de la préparation d'un voyage en Norvège c'est la mauvaise gestion des distances, des temps de route et de l'état des routes. Google Map Vous aidera évidemment à définir un parcours et à vous donner un ordre d'idée des temps et des distances mais n'oubliez pas qu'en **Norvège le trajet fait partie du voyage** et ce n'est pas qu'une phrase toute faite ! **Vous allez tellement vous arrêter sur la route car c'est beau partout que vous pouvez presque doubler chaque temps de déplacement.** Il y a énormément de petites routes sur lesquelles on doit rouler à 40 ou 50. De plus il y a énormément de travaux avec des périodes d'arrêt en circulation alternée qui font perdre beaucoup de temps. Si vous rajoutez les traversées en ferry qui ne se réservent pas et où il faut attendre son tour...eh bien cela devient compliqué de "timer" ses journées. Par pitié, ne tombez pas dans le piège de préparer un voyage "timé" presque à la minute. Je vous l'annonce de toute façon vous n'arriverez pas à le respecter et en plus **quel dommage de venir en Norvège pour voyager comme ça !** Ce n'est absolument pas le propos. Ici on prend le temps de se perdre, d'explorer et d'être en retard. **Rappelez-vous...la coolitude !**

VOULOIR TOUT FAIRE LOCALEMENT

Alors vous vous dites : ok, on va cibler une région et on bouge pas trop ! Mais c'est dommage aussi ! Tout dépend du temps que vous avez. C'est sûr que si vous n'avez que 2 ou 3 jours là il faut cibler une toute petite zone et ne pas trop en sortir. Mais si vous avez 5 jours ou une petite semaine il serait dommage par exemple d'aller à Oslo ou à Bergen et de ne pas aller voir les fjords qui ne sont qu'à quelques heures. Il faut trouver un juste milieu entre ne pas trop en faire mais bouger suffisamment pour voir toutes les facettes du pays car non **Oslo ne représente pas la Norvège. Je serais ravie de vous aider à organiser votre voyage N'hésitez pas à me contacter.**

Écrivez-moi

3 MOIS MAXIMUM

La Norvège est l'un des rares pays où il n'y a pas de nomade digital.....parce qu'il est interdit de rester plus de 3 mois sans travailler pour une société norvégienne. Pour se lancer comme entrepreneur, il faut avoir une adresse norvégienne et payer ses impôts ici. Impossible de travailler en Norvège pour une société française sans que celle-ci n'ai de siège sur place. Si vous savez que vous aller rester plus de 3 mois, il faut faire les démarches pour s'enregistrer comme résident. Vous trouverez ces informations dans le guide pour venir s'installer en Norvège.

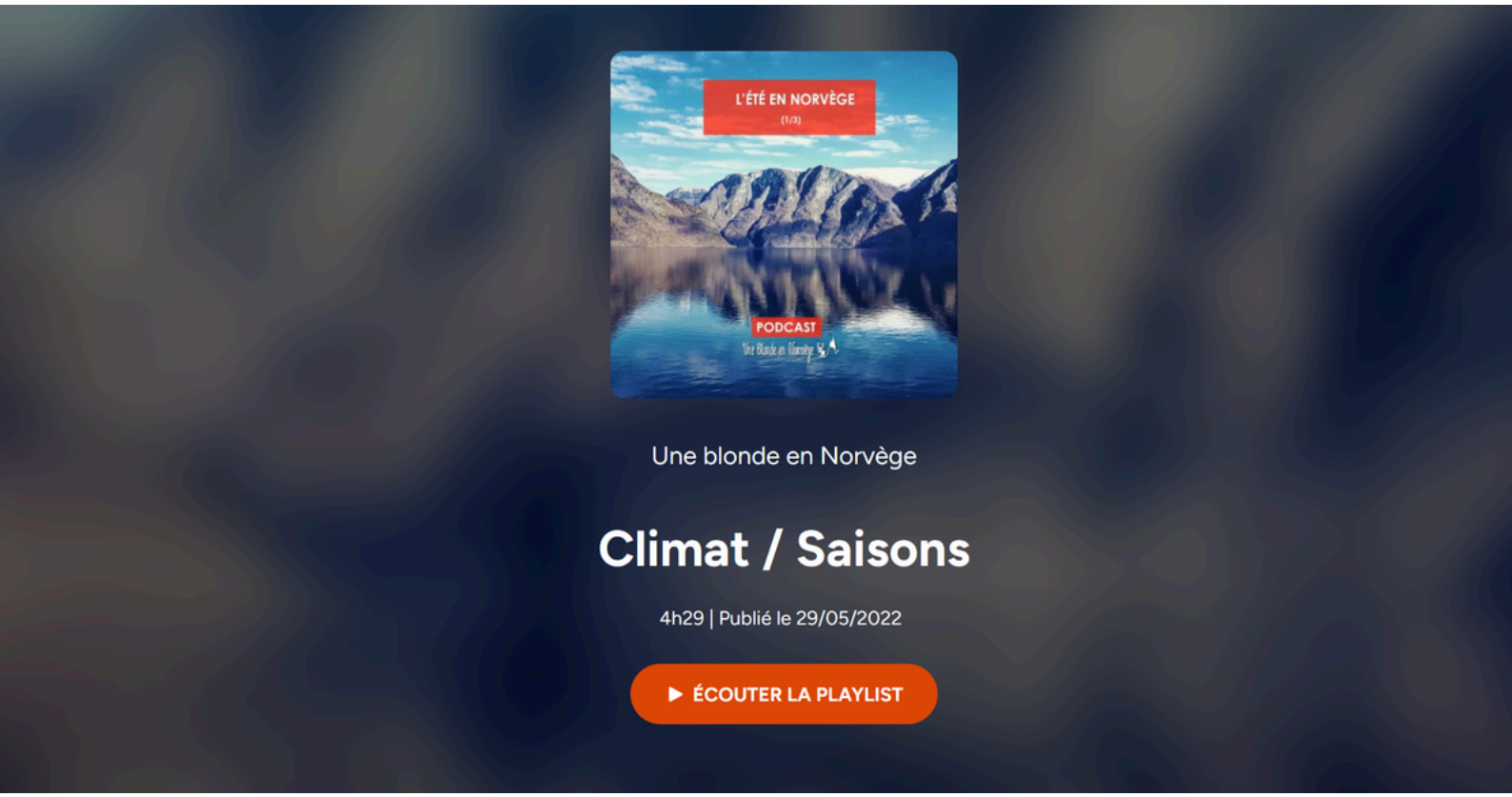
Le climat

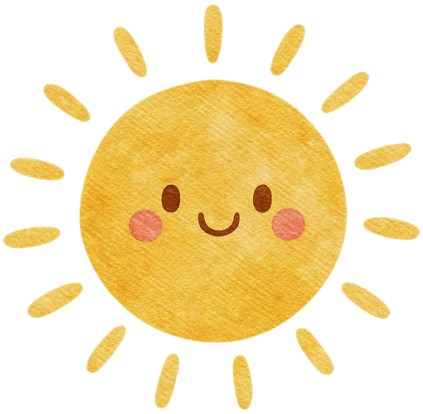


Les saisons

Les intersaisons sont plus courtes en Norvège mais l'été et l'hiver sont vraiment différents et peuvent être intenses en fonction du lieu choisi.

Voici quelques épisodes du podcast qui vous donneront plein d'infos sur les saisons et également sur les vêtements et les chaussures







Climat et météo

En été, le temps peut être très beau, même chaud pendant plusieurs jours, puis tourner subitement vers le frais et le froid, sans crier gare. La pluie fait partie intégrante des aléas du pays. Mieux vaut s'équiper en conséquence.

En été, dans le sud de la Norvège (moins souvent au nord), le thermomètre peut grimper jusqu'à 30 °C. Mais cela peut changer à une vitesse fulgurante : quand le vent et la pluie arrivent, il peut descendre en quelques heures à 5 °C.

Le site Météogram est interessant pour consulter toutes sortes d'informations météo.

Grâce aux eaux tempérées du Gulf Stream, la Norvège jouit d'un climat beaucoup plus doux que d'autres parties du monde à la même latitude, comme l'Alaska, le Groenland ou la Sibérie.

En hiver, c'est souvent dans l'arrière-pays ou dans le grand nord qu'il fait le plus froid.
Le climat en Norvège varie beaucoup d'une région à l'autre et il peut également y avoir de grandes différences de temps au sein de chacune de ces régions.

Les eaux de Norvège ne gèlent jamais par exemple et ça permet notamment aux bateaux de l'Hurtigruten de desservir tous les ports de pêche tout au long de l'année, alors que plus au sud, la mer Baltique, elle, est prise par la glace. Le climat sur la côte ouest est très instable et très pluvieux.

L'appli météo

À consulter ou à télécharger

Google Play

Apple Store

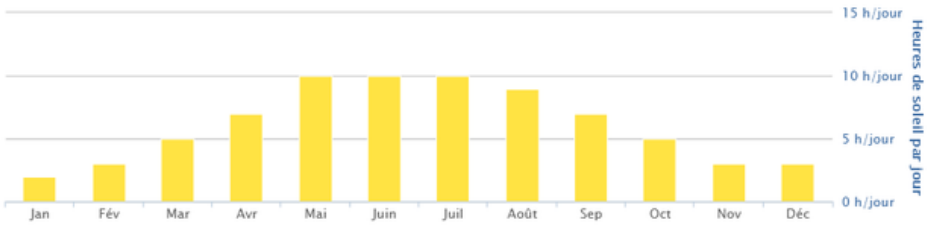
Oslo

Températures Oslo

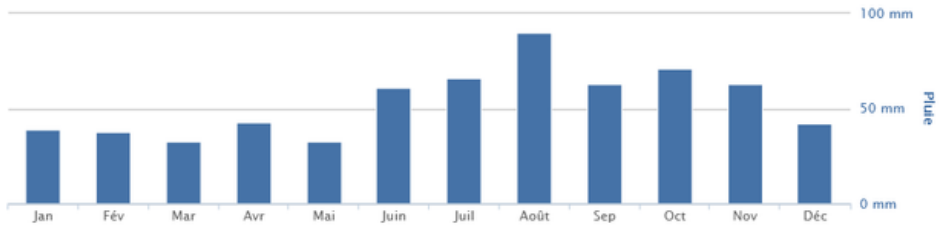


	janv	fév	mars	avril	mai	juin	juil	août	sept	oct.	nov.	déc.
Température mini	-5°	-5°	-2°	1°	7°	11°	13°	13°	7°	3°	-2°	-5°
Température maxi	1°	2°	6°	10°	17°	20°	23°	22°	16°	10°	4°	1°
Température mer	*4°*	*4°*	*3°*	*6°*	*11°*	*15°*	*17°*	*18°*	*15°*	*12°*	*9°*	*6°*

Ensoleillement



Pluviométrie





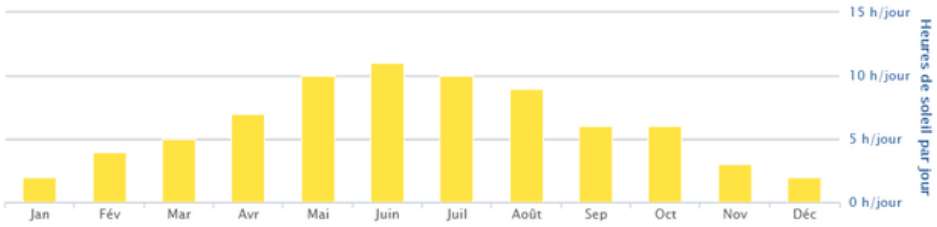
Bergen

Températures Bergen

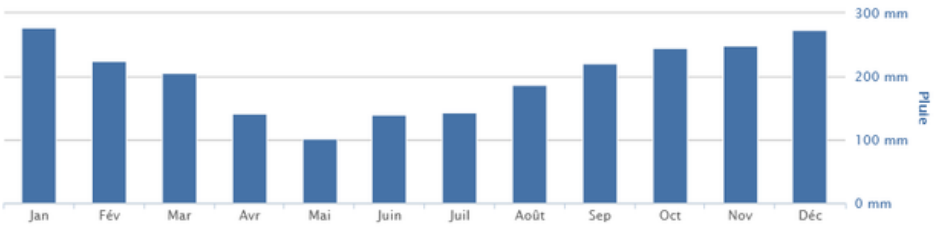


	janv	fév	mars	avril	mai	juin	juil	août	sept	oct.	nov.	déc.
Température mini	1°	0°	1°	4°	7°	10°	12°	12°	9°	6°	3°	1°
Température maxi	5°	5°	7°	10°	15°	17°	19°	19°	16°	11°	7°	5°
Température mer	*6°*	*6°*	*5°*	*6°*	*9°*	*12°*	*14°*	*16°*	*15°*	*12°*	*10°*	*8°*

Ensoleillement



Pluviométrie





YouTube

L'HIVER

EN NORVÈGE









LES CONSEILS

Si vous partez visiter un endroit un peu isolé et proche des montagnes, il va falloir bien vous préparer pour l'hiver. Il faudra être équipé et savoir un peu à quoi vous allez être exposés en terme d'enneigement et de déplacement.







VOITURE

Retrouvez tous les conseils pour la conduite en Norvège en hiver dans le chapitre dédié. Vous y retrouverez les conseils pour les véhicules de location et également si vous venez avec votre propre véhicule.

CLIMAT

Beaucoup de touristes sous-estiment le climat et la luminosité en Norvège. La Norvège étant un pays qui s'étend sur plus de 2500 km évidemment que vous n'aurez pas du tout les mêmes conditions au sud et au nord. C'est aussi ce qui fait la richesse et la particularité du pays.

LOGISTIQUE

Il y a des transports en commun dans les grandes villes mais dès qu'on sort des grosses agglomérations, il n'y a plus grand chose. Les bus et les trains coûtent très chers en Norvège alors c'est un calcul à faire pour savoir s'il vaut mieux avoir une voiture ou se déplacer en transport. Quelques fois on n'a pas le choix, tout dépend des lieux que vous souhaitez visiter.



La Norvège l'hiver

Je recevais beaucoup de questions concernant l'hiver en Norvège. J'en parle un peu dans les épisodes sur la préparation du voyage mais je n'avais pas dédié d'épisode à ce thème alors voici 2 épisodes dans lesquels j'ai essayé de répondre à toutes vos questions.

LES ÉPISODES DU PODCAST





Avez-vous besoin d'aide pour organiser votre voyage de préparation / repérage ?



J'ORGANISE TOUT POUR VOUS

Mon meilleur conseil serait de venir voir sur place afin de choisir le lieu qui vous convient le mieux. C'est assez risqué de venir s'installer quelque part sans y être venu en repérage avant. Il est tout à fait possible de "mixer" un voyage à la fois de découverte et de profiter des paysages magnifiques tout en faisant du repérage pour votre future installation. C'est exactement ce que j'ai fait, plusieurs fois avant de venir m'installer et c'est le meilleur conseil que je puisse vous donner.

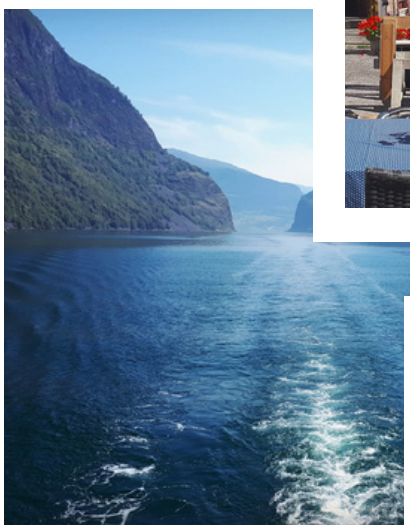
Grâce au tarifs préférentiels que je propose via mon agence de voyage partenaire, je peux vous organiser un séjour à un prix très interessant.

Écrivez-moi

Je propose du

consulting







Consultez les différentes formules

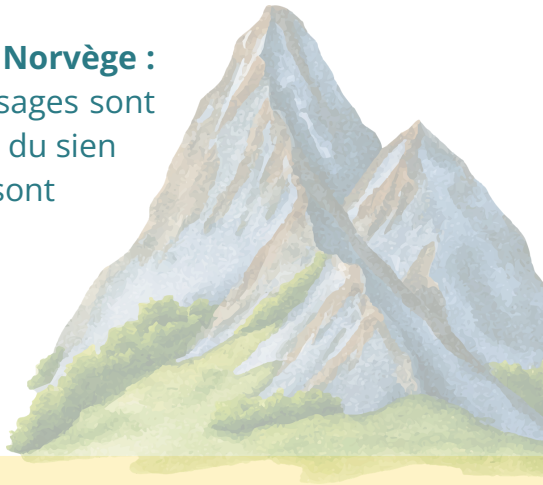
WWW.UNEBLONDEENNORVEGE.COM



La nature

LE RESPECT

En Norvège il existe un droit d'accès à la nature, "Allemannsretten" (littéralement « le droit de tous »), et c'est une pratique ancestrale. Depuis 1957, il est incorporé à la loi régissant les loisirs de plein air. Ainsi, tout le monde est assuré de profiter de la nature, même sur des terrains essentiellement privés.



En général c'est l'une des raisons principales d'un voyage en Norvège : on vient pour profiter de la nature et des paysages. Ces paysages sont incroyables car ils sont bien préservés alors on doit tous y mettre du sien et être respectueux pour que cela continue. La plupart des gens sont très surpris de la propreté même dans les plus grandes villes comme Oslo : **...pas un papier par terre et les gens ne jettent rien alors...faites comme eux !**

LA PROPRETÉ



On peut aller à peu près partout où on le souhaite. Les loisirs de plein air constituent une part essentielle de l'identité nationale, inscrite dans la loi. Vous êtes libre de profiter des grands espaces et de respirer l'air frais à pleins poumons – **tant que vous prenez soin de ramasser vos déchets derrière vous et d'être respectueux de la nature.**

La règle principale c'est de ne pas laisser de traces derrière soi...autrement dit on ne jette rien ! Même pour un petit pipi on ramasse son mouchoir et on le met dans un petit sac en plastique. Si on a envie de faire la grosse commission on creuse un petit trou et on rebouche ! La base des randonneurs ! On ne jette pas non plus de déchets biodégradables. Car même si ça met moins de temps à se détruire que du plastique, au final on pollue et c'est pas agréable pour les autres. Il n'est pas du tout naturel de trouver des peaux de bananes ou des morceaux de pain de sandwich pas finis sur le chemin de la randonnée. **Ne faites pas subir aux autres ce que vous n'aimeriez pas vivre vous-même.**



LE CAMPING

Ce droit du "Allemannsretten" fait que vous pouvez camper où vous voulez en respectant certaines règles.



La Norvège est un des pays dans lesquels Il y a le plus de libertés concernant le camping sauvage. Attention cela ne veut pas dire que c'est le pays le plus propice au camping sauvage puisqu'il faut prendre en considération l'élément météo !



Faire du camping sauvage est un moyen de visiter la Norvège à moindre coût c'est vrai mais attention. Vous ne partez pas faire du camping dans le sud de la France mais bien dans un pays qui est traversé par le cercle polaire Arctique. Même dans le sud du pays les conditions climatiques peuvent être très rudes même l'été.

Comme je l'ai expliqué dans le chapitre sur le climat, le temps sur la côte ouest du pays et dans le centre vers la région des fjords peut être très instable, très pluvieux et froid même l'été. Alors quand on loge à l'hôtel ou dans un logement “en dur” pas de souci on rentre le soir, on se fait un bon repas, on prend une bonne douche et on se repose ! Mais quand on est en tente...c'est pas pareil. Si vous avez l'expérience du camping vous savez très bien que vous passerez un mauvais moment si tout est mouillé, que cela dure et que rien ne sèche.

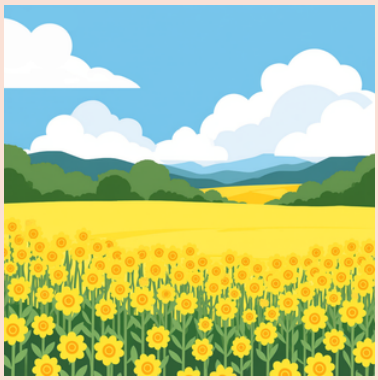
LES CHALETS

Ça m'est évidemment arrivé plusieurs fois et dans ces cas là, l'astuce c'est de se rabattre sur des petits chalets de camping. En général il n'y a pas l'eau ni l'électricité, on doit utiliser les sanitaires communs du camping mais ça permet d'être au chaud dans un abri en dur. Sauf que ces petits chalets sans beaucoup de confort coûtent quand même un certain prix et au final le budget peut exploser.



LES RÈGLES

INTERDICTION DE CAMPER SUR LES TERRES CULTIVÉES



Le droit d'accès s'applique aux espaces naturels que l'on qualifie de « terres non clôturées », c'est-à-dire les terres non cultivées. En Norvège, cela concerne la plupart des rivages, marais, forêts et montagnes. Les terrains clôturés qui sont privés, en sont exclus. Il s'agit des terres cultivées comme les champs labourés, avec ou sans cultures, les prés, les prairies et les jardins, les jeunes plantations d'arbres, les terrains à bâtir et les terrains industriels. Vous avez toutefois le droit de passer sur les champs et prairies du 15 octobre au 30 avril lorsque le sol est gelé ou enneigé. **Veuillez noter qu'un « terrain clôturé » ne possède pas forcément de clôture à proprement parler.**

INTERDICTION DE CAMPER DANS LES PARCS NATIONAUX

Il est interdit de s'arrêter en Van ou en camping-car dans les parcs nationaux et à certains endroits il est également interdit de camper en tente. Renseignez-vous en fonction des régions que vous visitez. Tous les offices du tourisme proposent des informations en anglais.



CAMPER À PLUS DE 150M DES HABITATIONS



Vous pouvez planter votre tente ou dormir à la belle étoile pour la nuit n'importe où dans la campagne norvégienne, en forêt comme en montagne. Toutefois, vous devez respecter une distance d'au moins 150 mètres avec l'habitation la plus proche. Cette règle de 150 mètres s'applique également aux camping-car et caravanes et pas plus de 2 jours.
Les zones réservées au vidage des toilettes sont signalées par des panneaux. Il est strictement interdit de le faire en en dehors de ces endroits.

Et évidemment, quel que soit Le type de séjour que l'on fait en Norvège, que ce soit à l'hôtel, en Airbnb, en camping-car ou en camping sauvage : ne laissez aucune trace ! On ramasse ses déchets et on respecte la nature.

LE FEU

Le feu est un fléau en Norvège parce qu'il y a beaucoup de constructions en bois et beaucoup de forêts. Que ce soit Bergen ou Ålesund, beaucoup de villes ont des histoires dramatiques avec le feu. Il y a également énormément d'incendies liés à des malveillances quotidiennes. Par exemple laisser un chargeur branché qui chauffe, qui prend feu et qui brûle entièrement une maison en bois en quelques minutes. Ou ne pas penser à éteindre une toute petite bougie oubliée sur le coin de la table avant de partir se promener.

INTERDICTION DE FAIRE DES FEUX DE CAMP



Il est interdit de faire un feu de camp en forêt, ou à proximité de forêts, du 15 avril au 15 septembre. C'est toutefois permis dans les endroits où les incendies sont peu probables, comme en bord de mer. Notez qu'en cas de sécheresse extrême, même les barbecues, les cuisinières à gaz et les réchauds de camping sont interdits. Si vous allumez un feu de camp ou un barbecue, vous êtes légalement responsable d'assurer la sécurité de tous, de veiller à ce que le feu ne se propage pas et qu'il soit complètement éteint avant votre départ.

En cas d'incendie, appelez les pompiers au numéro d'urgence 110, puis tentez d'éteindre le feu par vous-même. Veillez cependant à ne pas vous mettre en danger.

ATTENTION AVEC LES BARBECUES JETABLES



Oui, le terme barbecue jetable peut sembler bizarre mais cela existe bien. Ils parlent depuis des années de les interdire car cela déclenche beaucoup d'incendies mais pour l'instant, ils sont toujours en vente. **Le problème c'est qu'ils restent chauds assez longtemps et que même si on les place dans des poubelles prévues à cet effet, des incendies peuvent se déclarer alors faites vraiment très attention.**

Les randonnées



En général, on vient en Norvège pour ça : profiter de la nature et faire des randonnées



C’est une super idée mais pour votre confort et votre sécurité, il y a quelques points à respecter ! Vous trouverez toutes sortes de promenades et de tous les niveaux. Dans certaines régions, les chemins sont très bien indiqués et dans d'autres beaucoup moins. L'idéal est quand même d'avoir toujours son téléphone avec les cartes en offline. **C'est l'un des risques en Norvège : on peut vite se faire prendre par le froid et la nuit et se retrouver dans une situation dangereuse sur un sentier qui à la base ne l'était pas.**



La Norvège est un pays de reliefs, de fjords, de glaciers et de montagnes donc vous trouverez quelques promenades vertes vraiment à plat mais globalement il y a beaucoup de randonnées très sportives.

LES NIVEAUX

Les randonnées en Norvège sont classées par niveaux comme en France et comme partout ailleurs...mais attention ! Les codes couleurs norvégiens ne valent pas vraiment les codes couleurs français. Ici les randonnées sont beaucoup plus difficiles et il est très facile de se faire piéger. **On entend tous les ans des histoires malheureuses de touristes piégés sur des randonnées trop difficiles**. En fait les codes couleurs ne ne déterminent pas uniquement la difficulté générale de la randonnée mais aussi la qualité du chemin pour y accéder. C'est à dire qu'une randonnée bleue peut être plus difficile qu'une randonnée rouge. Si le chemin est bien balisé et que la randonnée n'est pas très longue il peut y avoir un très fort dénivelé sur une randonnée bleue. À l'inverse une randonnée avec moins de dénivelé mais beaucoup plus longue et avec un chemin très difficile d'accès sera rouge. **Il faut également faire très attention aux inscriptions “randonnée accessible aux enfants” car les enfants norvégiens ne valent pas forcément tous les enfants français.** Ils ont l'habitude de grimper de forts dénivelés depuis leur plus jeune âge alors faites attention si vos enfants n'ont pas l'habitude.



La plupart des randonnées autour des fjords connus sont quand même avec de gros dénivelés. Il n'y a pas comme en France des routes où on peut déjà monter un bout en voiture, se garer et puis terminer la promenade à pied pour arriver au point de vue. En Norvège, en général on part d'en bas et on va en haut à pied. Je pense par exemple à des régions autour du Sognefjord, Flåm, Fjærland ou Geiranger où il y a beaucoup de randonnées difficiles. Ce sont la plupart du temps des randonnées qui ouvrent sur des points de vues magnifiques mais il faut être conscient de son niveau et de ses capacités pour rester en sécurité. Aux Lofoten également c'est une question que je reçois souvent. On me demande s'il y a un accès en voiture à des points de vue mais pas du tout, Il faut laisser sa voiture en bas et monter tout le dénivelé à pied.

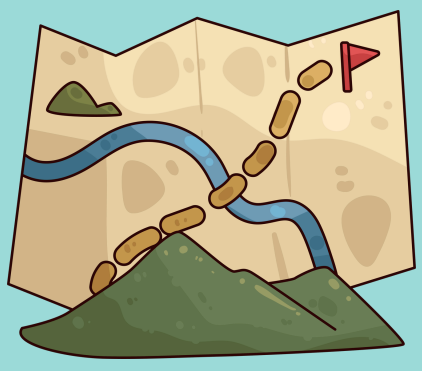




LES APPLICATIONS

Pour les appli en français, je vous recommande Komoot et Altrails. J'utilise les versions gratuites et j'en suis très contente. La grosse nouveauté c'est que l'application norvégienne "UT" sur "ut.no" est maintenant disponible en anglais. Avant elle n'était disponible qu'en norvégien donc c'était un peu embêtant. **Quand vous voulez vous promener quelque part je vous recommande de faire un comparatif avec les 3 applis car certaines promenades peuvent être sur l'une des appli mais pas sur les autres.**

CONSEILS



Faites attention avec le système de notation du circuit pour savoir si c'est une boucle ou si il faudra revenir par le même chemin. La plupart du temps c'est noté avec les lettres A-B / B-A mais très souvent dans l'appli UT par exemple ce n'est pas très clair. Regardez le dénivelé positif et le kilométrage de la randonnée. S'il y a beaucoup de kilomètres avec un fort dénivelé positif, vous savez d'avance que la randonnée va être difficile même si elle est bleue.

Il y a quelques fois des randonnées assez courtes mais qui grimpent beaucoup pour aller justement sur un point de vue où il n'y a pas d'accès en voiture. Alors faites attention à ça surtout si vous partez avec vos enfants. **En Norvège une randonnée balisée ne veut pas dire une randonnée sécurisée. Quelquefois les passages sont à flanc de montagne sans aucune sécurité...alors attention.**

LES CONSEILS

CONSULTEZ TOUJOURS LA MÉTÉO AVANT !



De par sa géographie le climat en Norvège est très instable. Je vous en ai déjà parlé dans le chapitre précédent. Vous imaginez bien que de partir sur une longue randonnée à gravir des rochers... s'il a plu la veille ou le jour même cela va être très glissant et donc très dangereux. Si vous partez en pleine forêt et qu'il a plu fort aussi, ça va être très désagréable car il va y avoir beaucoup de boue. **Consultez l'appli météo "YR" avant de partir.**

PARTEZ BIEN ÉQUIPÉS

Presque tous les ans on entend des anecdotes malheureuses de touristes qui se retrouvent bloqués au milieu d'une randonnée car ils sont partis en sandales. Sur le moment ça peut paraître bête et logique : vous vous dites : évidemment que je vais mettre des baskets si je vais marcher....mais....quelquefois on se dit : non mais je vais **"juste"** voir au bout du chemin s'il y a quelque chose...et hop on se retrouve partis pour une randonnée de plusieurs heures sans eau, sans snack, sans matériel et sans batterie sur son téléphone...au cas où...et on se pert !



SOYEZ CONSCIENT DE VOS CAPACITÉS



Évidemment que c'est sympa de se challenger un peu et d'aller faire du sport en pleine nature. Le Conseil principal serait d'y aller progressivement, d'essayer quelques randonnées avant pour jauger le degré de difficulté du classement des randonnées du pays. Et ensuite rien ne vous empêche de vous challenger un peu. **Tant que vous respectez les règles de sécurité tout ira bien et vous profiterez des magnifiques paysages norvégiens.** Imaginez si vous partez sur une randonnée glacier encordée, avec des crampons, avec 10 personnes attachées à vous et que au final vous ne pouvez pas faire cette marche. Si au milieu vous devez faire demi-tour vous allez gâcher la randonnée de tout le groupe. Quelquefois il est même impossible de faire demi tour donc vous allez vous mettre en danger....et les autres avec !

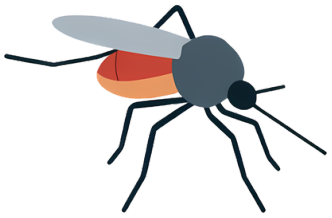
Si vous avez un doute n'hésitez pas à écrire au prestataire ou au guide pour prendre conseil. Ils vous diront si la promenade est accessible à tout le monde ou pas.

COMMENT VOUS HABILLER ?

Partir bien habillé et bien équipé vous assurera une randonnée plus agréable ! Il n'y a rien de particulier lié à la Norvège. Si vous avez l'habitude de faire des randonnées ne changez rien mais pour ceux qui n'ont pas l'habitude voici quelques conseils vestimentaires.



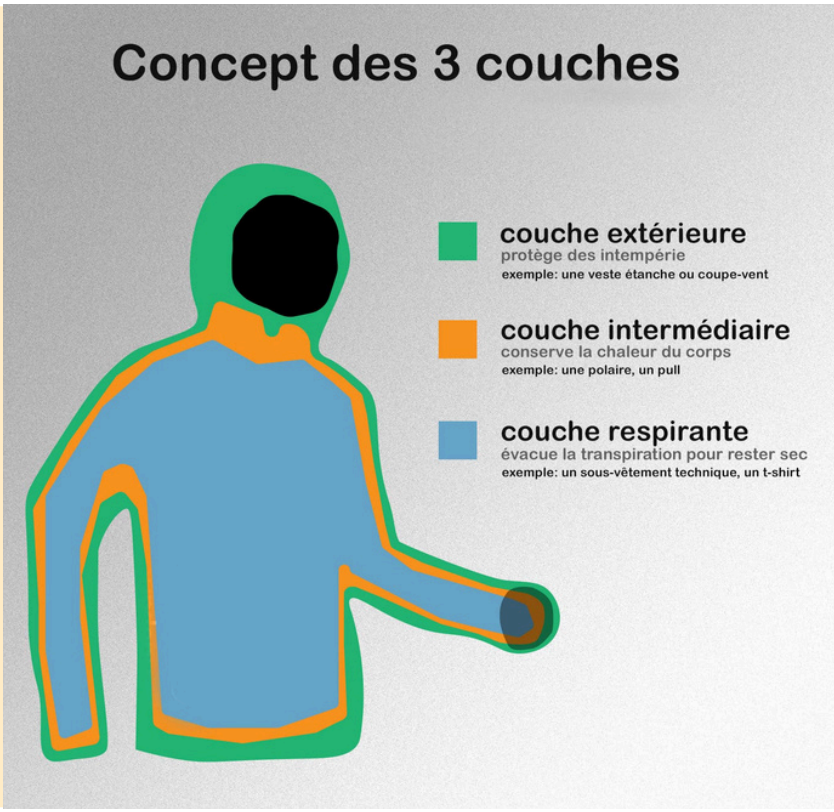
Il y a beaucoup de tiques en Norvège et quand on connaît les ravages que peuvent faire ces petites bestioles eh bien autant se protéger. Me concernant je ne pars jamais me promener en short, je mets toujours un pantalon de randonnée léger avec des chaussettes montantes en dessous ou alors un legging serrant avec les chaussettes au dessus. Et quand je passe dans un sous bois ou dans un lieu où je pourrais attraper des tics sur les bras je mets une petite veste légère. Vous n'aurez pas de chaleur extrême en Norvège alors oubliez le short et emmener un crochet à tiques.



Il y a des moustiques en Norvège mais pas plus qu'ailleurs. Un répulsif classique ou des petites gommettes répulsives autocollantes feront l'affaire

TECHNIQUE DE L'OIGNON !

Le concept des 3 couches c'est ce que vous devez avoir sur vous mais moi je pratique plutôt le concept 4 ou 5 couches. J'en porte 3 et j'en ai une 4ème dans le sac à dos plus un k-way. Je porte 1 T-shirt thermique, pour la couche intermédiaire j'utilise toujours un pull fin ou un gilet en matière technique aussi. Et au-dessus une petite doudoune légère qui coupe bien du vent mais qui n'est pas forcément très imperméable. Les températures sont très changeantes lors d'une randonnée en Norvège et en général quand on arrive en haut on a froid.



Pour les femmes pensez également au soutien-gorge en matière technique. Car marcher plusieurs heures avec un sous-vêtement en coton imbibé de sueur ça va être très très désagréable.

J'ai donc toujours dans mon sac à dos une polaire fine que je viendrai mettre sous ma petite doudoune si j'ai froid. Il est très fréquent de perdre entre 10 et 15° au fil d'une randonnée. Et en cas de fortes pluies si vous avez une petite doudoune fine ou une petite veste respirante type coupe vent, vous risquez de prendre quand même la pluie **La seule chose qui protège vraiment c'est le bon vieux K-Way en plastique.** Protégez également votre sac à dos en cas de fortes pluies. Certains sacs de randonnée ont un petit K-way dépliable intégré et sinon emmenez une petite pochette avec un protège sac à dos.



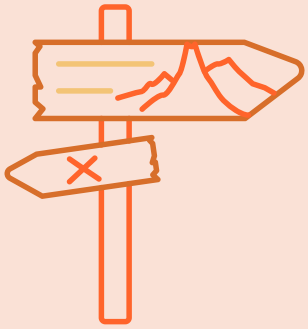
CE QUE VOUS DEVEZ EMMENER



- sac à dos
- eau
- snack
- lampe frontale (l’hiver)
- power bank leger
- une polaire fine
- vêtements de pluie
- protège sac à dos
- gants
- bonnet
- Lunettes de soleil
- casquette
- mini trousse de secours
- bâton de marche (pliables, c’est idéal)

Pensez également à prévenir des proches de la randonnée que vous faites et envoyez leur un petit message le soir pour leur dire que vous êtes bien rentrés. S'ils n'ont pas de vos nouvelles ils pourront appeler les secours et peut-être bien vous sauver la vie

LES RÈGLES DE MONTAGNE



AUNCUNE HONTE À FAIRE DEMI-TOUR

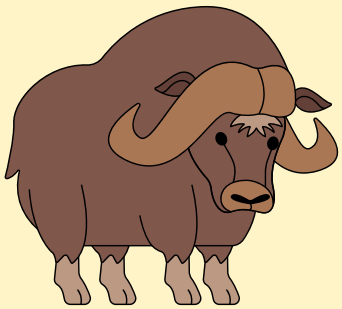
Si vous sentez que la randonnée va être trop difficile ou qu'elle risque d'être dangereuse, il n'y a aucune honte à faire demi tour c'est même fortement recommandé. Je l'ai fait moi-même plusieurs fois. Une fois redescendu optez pour une autre promenade plus facile et mieux adaptée vous en profiterez d'autant plus.

AUCUNE TRACE

Tout comme pour le camping, lorsque l'on fait une randonnée en Norvège on ne laisse aucun déchet derrière soi. J'emmène toujours avec moi des petites pochettes plastiques dans lesquelles je mets mes mouchoirs usagés lorsque je fais pipi. **Non les peaux de banane ne sont pas naturelles et vont mettre plusieurs années à disparaître alors oui c'est une pollution et c'est considéré comme un déchet.**



ANIMAUX SAUVAGES



Vous aurez peut-être la chance d'aller dans la région du Dovefjell à la rencontre des bœufs musqués par exemple. C'est une règle générale en Norvège : on ne nourrit pas les animaux sauvages et on ne s'approche pas à moins de 200 M. De même sur les bateaux de croisière on ne nourrit pas les mouettes ou les autres oiseaux marins. Cela n'est pas bon pour eux et crée beaucoup de dérangements.

ORAGE



Si vous voyez que le tonnerre et les éclairs approchent, quittez les sommets ou les crêtes des montagnes pour rejoindre un terrain plus bas. La foudre frappe l'élément le plus haut : ne prenez pas de risques. Éloignez-vous de l'eau et des grands arbres. Abritez-vous dans les dépressions du terrain. Restez près du sol et dispersez-vous si vous marchez en groupe.

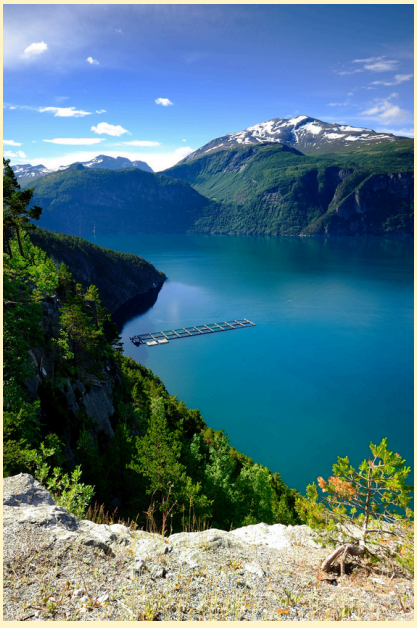
Les vêtements



QU'EST-CE QUE J'EMMÈNE ?



C'est une des problématiques d'un voyage en Norvège : il faut un peu de tout ! L'hiver, les valises se remplissent vite avec les gros pulls et les pantalons de ski. Tout dépend de là où vous allez, évidement. Si vous allez passer un week-end à Oslo, pas besoin d'être habillé comme un ours polaire ! Mais si vous partez en montagne au nord pour des activités de type chien de traineau...il faudra être bien couvert. Il y a de très grosses variations de températures au nord l'hiver. Par exemple à Tromsø en février, vous pouvez avoir 2 ou 3 degrés dans le centre ville et si vous roulez 20 min vers l'intérieur des terres, la température peut chuter à -25° en moins d'1 heure.



L'ÉTÉ

Vous pouvez avoir des étés très doux en Norvège mais vous n'aurez pas de grosses canicules ce qui rend le séjour plutôt agréable. Ce qu'il faut garder à l'esprit c'est que la Norvège a un climat de montagne avec des conditions très changeantes. **Il faut donc prévoir un peu de tout !** Si vous allez dans le centre de la Norvège en altitude vous pouvez avoir autour de - 5° en plein été. Les conseils sont les mêmes que pour les vêtements de randonnées, il faut prévoir des couches de différentes chaleurs et surtout des vêtements bien imperméables et respirants. **Pensez à vous protéger avec un chapeau, des lunettes de soleil et de la crème solaire** car en Norvège l'indice solaire est plutôt élevé et le soleil peut être violent même si on n'a pas de grosse canicule.

L'HIVER



Une erreur courante lorsque l'on vient en Norvège l'hiver c'est de s'habiller trop chaudement ou en tout cas de prévoir des couches trop épaisses sans pouvoir enlever des épaisseurs. Encore une fois je me réfère au passage sur les vêtements dans la partie randonnée, il faut absolument pratiquer la technique de l'oignon ! Les intérieurs sont surchauffés et si vous êtes en ville vous n'aurez pas aussi froid que si vous êtes à l'intérieur des terres ou en montagne. **Si vous partez dans le Nord faire des activités en extérieur prévoyez des vêtements de ski** mais prévoyez également des vêtements plus fins toujours de type randonnée pour que ce soit imperméable et que ça vous protège du vent. C'est ça qui est compliqué à gérer car avoir froid n'est pas agréable mais avoir trop chaud ne l'est pas non plus. Si on a trop chaud l'hiver on transpire et on attrape froid. Le vent sera aussi très certainement un point gênant, alors protégez vous bien et pensez au lunettes de soleil aux verres moins teintés mais qui protège du vent.

Il faut faire attention avec la fin de l'hiver et le début du printemps car en fonction des régions les restes de neige fondue peuvent être très embêtants. Par exemple il est traditionnel à Pâques d'aller à la montagne pour skier mais quelquefois si la période est douce et que la neige a commencé à fondre il n'y a non seulement plus beaucoup de neige sur les pistes mais tous les sentiers de promenade se transforment en boue et sont ou peuvent être impraticables. **Ça m'est arrivé plusieurs fois de partir à cette période là à la montagne pas pour skier mais pour faire des promenades dans un décor enneigé et en fait on à presque rien pu faire** car à pied c'était impraticable à cause de la neige qui était trop molle. Il aurait fallu des raquettes. Pour les années suivantes on en a acheté mais il n'est pas évident de trouver des endroits où on peut en louer. **Vous pouvez vraiment avoir de très gros écarts de température à cette période** alors c'est encore moins évident de savoir quels vêtements emporter. Encore une fois, prenez un peu de tout et un petit conseil pratique vous pouvez emmener de la lessive pour laver quelques vêtements à la main comme il y a du chauffage au sol dans presque toutes les salles de bains vous pouvez poser vos vêtements par terre et ils sécheront assez vite.



LES CHAUSSURES

C’est très important d’avoir de bonnes chaussures quand on vient en Norvège !



J'ai entendu beaucoup de gens regretter de ne pas être partis avec de bonnes chaussures de randonnée imperméables.



Pour l'été je recommande d'emmener 3 paires. Une paire de chaussures de randonnée imperméable, une paire de baskets plus fines et une paire de sandales



PODCAST

J'ai dédié un épisode du podcast à ce thème je vous invite à l'écouter



L’HIVER



Vous pouvez enlever les sandales mais prévoyez tout de même 2 paires de chaussures avec une paire de bottes ou bottines de neige et une paire plus fine mais tout de même imperméable. Oubliez les baskets en tissu ou en toile.



Pensez à emmener des petits crampons qui s’enfilent au dessus de vos chaussures, il y a beaucoup de verglas !

VOIR LE MODÈLE



Pour moi l'outil indispensable en toute saison c'est le sèche-chaussures ! C’est petit, pratique, pas cher et ça sèche très vite !

VOIR LE MODÈLE

2ÈME MODÈLE

Boissons et nourriture



L'EAU

L'eau norvégienne est l'une des meilleures et plus pures au monde. C'est un point que 100% des touristes remarquent dès qu'ils arrivent : quand on boit l'eau du robinet ici elle est super bonne et très fraîche. **Tous les Norvégiens boivent l'eau du robinet, on ne trouve pas de pack d'eau dans les magasins. On trouve des bouteilles évidemment que l'on peut acheter si on va se promener mais personne n'achète de pack d'eau.**



MOINS DÉPENSER



L'eau en bouteille est d'ailleurs assez chère. Je vous recommande donc de venir avec votre gourde, thermos ou pas et de remplir votre bouteille tous les jours. **N'oubliez pas de bien laver votre gourde tous les jours au savon pour éviter la prolifération de bactéries.**

LES AUTRES BOISSONS

Globalement toutes les boissons que ce soit les sodas ou les boissons chaudes coûtent cher. Il faut compter entre 6 et 15€ pour un soda et entre 3 et 6€ pour un café. Encore une fois mon conseil est d'emmener une thermos et de se faire ces boissons chaudes à l'hôtel ou dans le gîte que vous louez. Imaginez le prix de chacune de ces boissons multiplié par le nombre de membres de votre famille sur la durée de votre séjour...vous pouvez économiser un petit peu là-dessus !



L'ALCOOL

Les bières de moins de 5° sont vendues en boutiques classiques mais **les autres alcools s'achètent dans les "Vinmonopolet"**, magasins d'états très taxés donc chers. Plus le vin est haut de gamme, moins il y a d'écart avec les prix français mais globalement l'alcool coute très cher. Comptez autour de 500/600 NOK pour un cubi de 3l de vin.....1er prix....et franchement pas bon. 1l de pastis coute dans les 600 NOK !



Écoutez l'épisode du podcast sur l'histoire de ces boutiques et leur fonctionnement.



Alimentation



C'est compliqué de donner un budget course, il y a trop de facteurs, nombre de personne dans la famille, végétariens, quantités servies.....impossible de comparer mais c'est un peu plus cher qu'en France. On trouve de tout sauf des lardons ! On ne trouve que du bacon en petits morceaux. Quelques légumes aussi qu'on ne voit jamais en magasin : artichaut, blette...On trouve des produits différents dans certaines épiceries orientales ou asiatiques à Oslo ou dans les grandes ville mais pas partout.

Descriptif	Tarif (en NOK)
500g de viande hachée	80
150 jambon	41,90
100 g de roastbiff	35
1 kg de blanc de poulet	90
300 g de crème fraiche	27
400g de colin	130
2 avocats	29
Plat chaud avec viande au restaurant	180 / 450
400 g de myrtilles	49
150g de salade	25

Pour vous donner juste un ordre d'idée pour nous, **à 2 en mangeant à la maison midi et soir de bons repas, viande ou poisson ou végétarien, on est autour de 8000 / 10.000 nok par mois**. Juste pour les repas fait maison, sans jamais manger dehors (ou très peu).

On trouve quelques produits "gluten free" mais il y a très peu de choix et c'est évidement encore plus cher que les produits normaux, déjà plus chers qu'en France !

En Norvège, vous ne trouverez pas de "grande surface", toutes les boutiques sont assez petites. Les moins chères sont : Rema 1000 (à prononcer Rema Tusen, mais les français se plaisent à dire Rema mille), Kiwi [kivi], les Coop, Spar, Joker et Meny [meni] sont plus chers. Les produits d'hygiènes et ménagers sont assez cher en boutiques alimentaires, il est recommandé de les acheter chez Europris, Rusta ou Jula par exemple, c'est quelque fois 3 fois moins cher pour le même produit.

Il faut donc faire preuve d'un peu d'organisation pour acheter ses produits dans plusieurs boutiques différentes pour profiter de prix corrects. Il faut parfois rouler plusieurs km pour accéder à ces boutiques donc si on à de la place, il peut être judicieux de faire un peu de stock pour éviter d'y retourner toutes les semaines.

Globalement ce qui coûte le plus cher en Norvège c'est de manger au restaurant. De moins en moins de Norvégiens le font car c'est vraiment très cher ! Et comme les boissons sont aussi très chères et bien l'ensemble fait vite de très grosses factures. **Il faut compter entre 170 et 250 kr pour un plat simple (salade...) et entre 280 et 500 kr pour un plat de viande ou poisson.**

PLATS TRADITIONNELS À GOÛTER

La Norvège n'est pas réputé pour sa grande gastronomie mais il est interessant de goûter quelques plats traditionnels



LUTEFISK

Recette traditionnelle de Noël. Poisson blanc séché puis réhydraté. Également appelé stockfisch : le poisson est séché à l'air libre.

VOIR LA RECETTE

PINNEKJØTT

Recette traditionnelle de Noël. Côtes de mouton salées et séchées

VOIR LA RECETTE





FÅRIKÅL

Ragoût d'agneau au chou

VOIR LA RECETTE

LE BRUNOST

Fromage à pâte brune et au goût caramélisé

VOIR LA RECETTE



Vous trouverez également pas mal de gâteaux et viennoiseries, les norvégiens adorent les desserts et le sucré !

PLUS DE RECETTES


Aurores
boréales

Avant de se lancer dans la chasse aux aurores boréales, il est judicieux d'en savoir un peu plus sur ce phénomène fantastique

J'ai fait une vidéo avec plein d'informations sur ces dances célestes



PODCAST

J'ai aussi dédié un épisode du podcast à ce thème. Christophe, photographe spécialisé de la chasse aux aurores donne plein de conseils pour les voir et les photographier, je vous invite à l'écouter



LES POINTS IMPORTANTS



ÊTRE AU ON ENDROIT

Même si on peut voir de petites aurores boréales au sud du pays, pour voir les vraies grosses aurores, il faut aller au nord du cercle polaire. D'où l'importance de comprendre le phénomène pour accepter l'idée qu'il faut se rapprocher du pôle pour les voir. **Ce n'est pas en prévoyant un séjour à Oslo ou même à Trondheim que vous aurez le plus de chances d'en voir !**

ÊTRE PATIENT

Quand on part à la chasse aux aurores boréales il faut être conscient que l'on est en train d'attendre un phénomène naturel et quelque peu imprévisible et que l'on n'en verra peut-être pas. Il y a plusieurs points à prendre en considération pour mettre toutes les chances de son côté pour pouvoir en voir. Ou du moins pour connaître ses chances d'en voir.





CONDITIONS MÉTÉO

Pour avoir la chance de voir ce phénomène fantastique il faut que le ciel soit clair, éviter les soirs de pleine lune et s'éloigner de la pollution lumineuse des villes. Quelquefois les aurores boréales sont là mais tellement cachées derrière une couverture nuageuse importante qu'on ne les voit pas. **Il faut également que l'indice d'activité géomagnétique soit important.**

L'INDICE KP

Le Kp ("Planetary K-Index") est un indicateur d'activité aurorale global sur une échelle de 0 à 9. Vous pouvez vous en servir comme guide pour estimer le degré de possibilité de voir des aurores boréales. C'est une méthode courante pour mesurer l'intensité de l'activité géomagnétique**. Vous pouvez utiliser des applications comme "Aurora" ou "Forecast" pour consulter cet indice et programmer des alertes.**



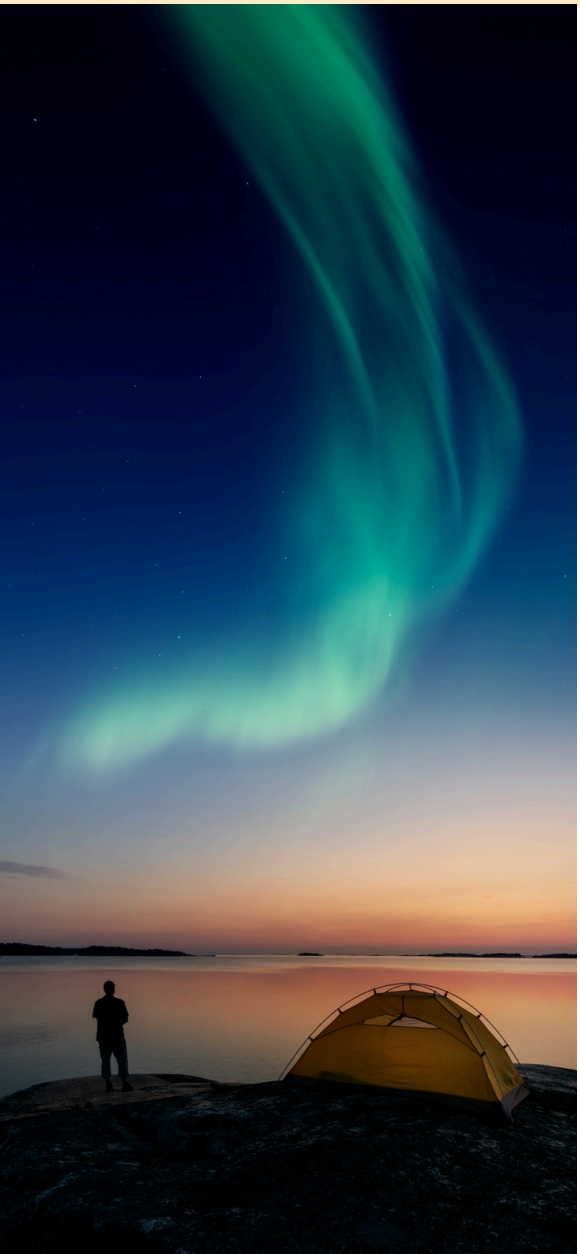
LA PATIENCE

Partir à la chasse aux aurores boréales c'est faire preuve de patience. Vous pouvez avoir la chance d'en voir tout de suite mais vous pouvez aussi devoir attendre plusieurs heures dans le froid et en plein vent.

ATTENDRE



Certains se sont découragés car ils n'étaient pas assez chaudement habillés et ils sont rentrés car ils avaient trop froid et les aurores sont arrivées quelques minutes après...quel dommage !



ÊTRE BIEN PRÉPARÉ

Dans le nord de la Norvège, il peut y avoir plusieurs dizaines de degrés d'écart entre une ville et la campagne ou les montagnes autour. Que vous soyez seuls ou en groupe, une chose est sur : vous allez attendre dehors dans le froid et certainement en plein vent !

Pour voir des aurores boréales il faut s'éloigner des lumières de la ville et... il va faire froid entre 0 et -20 en fonction des lieux.

A part boire beaucoup de thé ou de chocolat chaud et sauter sur place en attendant, la seule solution pour ne pas avoir froid c'est d'être habillé correctement.

Je recommande des vêtements de ski avec des sous couches en coton et un pull en laine, plus gants et bonnet évidement !

Prévoyez aussi de bonnes chaussures bien imperméables et chaudes avec des chaussettes en laines au dessus de chaussettes en coton, **quand on a froid aux pieds et aux mains, on a froid partout !**



LA PÉRIODE

On sait tous que la période des aurores boréales ce n'est pas en été mais le meilleur moment pour en voir n'est pas forcement en plein hiver non plus !
Le climat en novembre, décembre et janvier peut être très rude et peut rendre votre séjour un peu moins agréable.
De plus pendant ces 3 mois, il fera nuit non stop dans le nord donc pour se promener c'est pas super !

Les meilleures périodes sont fin septembre – octobre ou février – mars

C'est ce que j'ai fait moi même et je ne regrette absolument pas. Je suis partie 10 jours mi-mars et je suis revenue avec des danses d'aurores boréales plein des yeux !
On avait de la lumière de 10h00 à 15h30 et c'était suffisant pour profiter des paysages incroyables

Un trip aurores boréales c'est vrai que cela coûte assez cher mais autant en profiter pour faire d'autres activités pour vraiment passer un séjour inoubliable !

Vous verrez les aurores le soir alors autant faire d'autres choses l'après-midi et votre séjour en sera d'autant plus riche et mémorable.

J'avais passé beaucoup de temps à organiser notre séjour. On avait fait du chien de traineau et de la motoneige et on est parti 4 jours sur une île à l'ouest de Tromsø.



Activités à faire autour de Tromsø →

Activités à faire autour des Lofoten →

LES PHOTOGRAPHIER

Il faut être prudent avec ce que l'on voit sur les réseaux sociaux ! Quelquefois les aurores boréales sont là mais on ne les voit pas. Les capteurs de nos appareils photo et de nos smartphones sont plus sensibles que nos yeux. Alors l'astuce c'est de prendre une photo pour voir si elles sont bien là. **Et quelle frustration quelques fois quand le téléphone les voient mais .....pas nos yeux !**



RETOUCHES

La plupart des photos d'aurores boréales sont retouchées, le contraste et la saturation sont fortement augmentées ce qui fausse complétement ce que l'on peut voir "en vrai" ! Une Aurore boréale peut être un petit voile légèrement grisâtre ! Vous n'aurez pas forcément un ciel vert fluo !

CONSEILS TECHNIQUES

1. Mode manuel
Pour commencer, vous aurez besoin d'un appareil photo doté d'un mode manuel. Pouvoir modifier les différents réglages de votre appareil est essentiel pour photographier les aurores boréales. N'oubliez pas d'activer la mise au point manuelle et d'éteindre le flash.

2. Stabilité
Vous aurez besoin d'un trépied pour stabiliser votre appareil, car les aurores boréales sont en mouvement constant dans le ciel. Un trépied vous permettra de prendre des photos plus nettes, avec un temps d'exposition plus long. C'est particulièrement conseillé pour la photographie à partir du pont d'un navire.

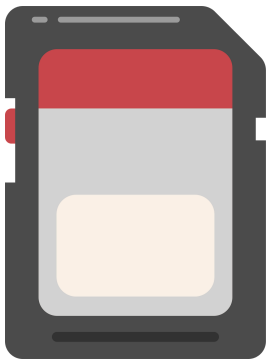
3. Batteries
Vous aurez également besoin de batteries de rechange, chargées au maximum. Par temps froid, les batteries se vident rapidement, alors gardez-en plusieurs dans une des poches de votre manteau afin d'être sûr d'avoir assez d'autonomie pour prendre des clichés à couper le souffle.

4. Cartes mémoire

Assurez-vous de disposer d'une carte mémoire de grande capacité, ou bien emportez-en quelques-unes avec vous. Deux bonnes raisons pour lesquelles vous devez avoir un maximum d'espace mémoire :

Si vous avez l'intention de retravailler vos photos, nous vous conseillons d'utiliser le format RAW, qui permet d'enregistrer l'intégralité des informations brutes captées par votre appareil. Or, c'est un format qui utilise énormément de mémoire.

Réussir la photo parfaite d'une aurore boréale peut prendre beaucoup de temps et d'essais. En ayant des cartes mémoire de rechange, vous pourrez continuer jusqu'à ce que vous ayez pris LA photo.



5. Objectifs

Un objectif grand angle de qualité vous permettra de couvrir une plus grande partie du ciel et de l'aurore boréale. Votre objectif devra également pouvoir s'ouvrir à f4 au minimum, et idéalement à f2.8.

Équipement additionnel optionnel :

Plus votre reflex numérique est récent, mieux c'est, car vous aurez besoin d'une grande sensibilité ISO.

Un déclencheur peut vous permettre de contrôler votre appareil photo à distance, ce qui évite le flou occasionné lors d'un déclenchement manuel.



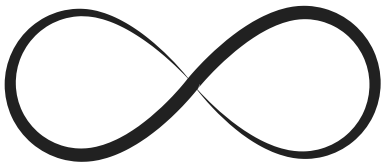
6. Petite mise au point

Pour capturer la danse des aurores boréales dans le ciel, vous aurez à modifier votre mise au point. De nombreux objectifs présentent le symbole infini (∞). Commencez sur ce réglage et, après cela, ajustez votre mise au point.

Astuces :

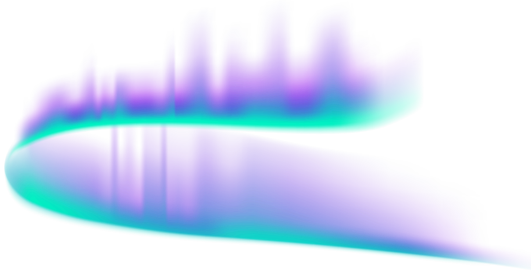
Entraînez-vous à la mise au point pendant la journée. C'est bien plus facile en plein jour, lorsque vous voyez beaucoup plus clairement le paysage.

Pour vous aider à régler votre mise au point, prenez comme repère une étoile ou une planète particulièrement brillante si possible.



7. ISO

Pour photographier les aurores boréales, il n'existe pas de règle absolue quant au réglage de la sensibilité ISO. Vous devrez la régler en fonction des besoins en lumière de vos clichés et en fonction des autres paramètres que vous aurez choisis, comme l'ouverture et la vitesse d'obturation. Plus la sensibilité ISO est élevée, plus vous capturerez de lumière, mais vos photos auront également tendance à être plus pixélisées.





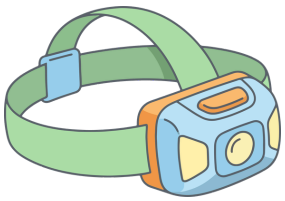
8. Vitesse d’obturation
Vous devrez trouver la vitesse d’obturation qui donne les meilleurs résultats. Il s’agit de la variable la plus importante. En effet, vous ne connaîtrez pas la vitesse ou la luminosité des aurores boréales en avance. Pour vous donner un ordre d’idée, si l’aurore boréale que vous observez est lumineuse et active, essayez une vitesse d’obturation comprise entre 5 et 10 secondes. Pour une aurore boréale plus lente, commencez avec une valeur comprise entre 12 et 20 secondes. Enfin, pour une aurore boréale d’intensité faible, vous pourrez aller jusqu’à 20 ou 25 secondes.



9. Ouverture
Lorsque vous prenez des photos de nuit, votre objectif doit être aussi ouvert que possible. Pour de bons résultats, réglez votre ouverture (valeur f) sur f4 minimum, afin de capter suffisamment de lumière pour que l’aurore soit visible sur votre photo. Si votre objectif peut aller jusqu’à f2.8, optez pour ce réglage, mais n’allez pas plus loin, au risque de parasiter vos photos, ou de les rendre pixélisées.



10. Balance des blancs
La balance des blancs doit être réglée sur « lumière du jour » afin de s’assurer que les couleurs de vos photos ne tirent pas sur le jaune ou le bleu.



11. Une lampe frontale
C’est un petit accessoire qui sert toujours (parce qu’on ne peut pas compter sur un téléphone portable par -30°C !), pour regarder où l’on met le trépied, voir où l’on fait sa mise au point, et rentrer à l’hôtel en toute sécurité !



12. De quoi vous réchauffer !
Parce que la photographie d’aurores boréales comporte beaucoup d’attente dans le froid, il faut prévoir des vêtements chauds, éventuellement quelques chauffe-mains, un thermos, etc.

Conduire En Norvège



VENIR AVEC SA VOITURE FRANÇAISE EN NORVÈGE

Venir avec son véhicule français

Les gens qui viennent s'installer en Norvège ne pevent rouler qu'un an avec leur véhicule français.
Pour les touristes, vous n'avez le droit de rester sur le territoire que 3 mois maximum, au delà de cette période, il faut vous enregistrer et faire une demande de résidence en ayant trouvé un logement (hors air bnb).

ÉCOUTEZ L'ÉPISODE PODCAST



Votre permis de conduire français est valable ici, pas besoin de permis international ! Le code de la route est le même et on circule du même côté qu'en France.

CIRCULER EN NORVÈGE

Pour consulter l'état et l'accessibilité des routes, vous pouvez consulter le site de l'administration norvégienne des ponts et chaussées : **Statens vegvesen.** Le site est disponible en norvégien et en anglais. Il existe également une application mobile.
Pour partir sereinement à la découverte des routes norvégiennes, il est fortement recommandé de lire ces quelques indications.

Sur le site en version norvégienne, cliquez sur « Trafikkinformasjon i kart », puis sur « Åpne kartet » et appliquez les filtres qui vous intéressent.

Quelques termes importants :
Rasteplasser = aires de repos
Ladestasjoner = bornes de recharge
Nasjonale turistveger = routes touristiques nationales
Ferjer = ferries
Trafikkmeldinger = travaux
Bomstasjoner = péages
Webkamera og værstasjoner = webcams et stations météo
Trafikkflyt = flux du trafic
Høydebegrensninger = restrictions de hauteur
Døgnhvileplasser = aires de repos pour les poids lourds.

Vous pouvez également utiliser l'application mobile pour connaitre en temps réel l'état des routes (travaux,fermetures...) et planifier vos trajets.






RÉGLEMENTATION

Vitesse : attention, contravention élevée en cas d'excès !
En zone urbaine : généralement 50 km/h, mais parfois 30 km/h dans les zones résidentielles ou proches des écoles.
Hors des zones urbaines : entre 70 et 80 km/h sur les routes de campagne.
Autoroutes : généralement 90 à 110 km/h, selon les tronçons.
Attention : les contrôles de vitesse sont fréquents, et les contraventions sont très élevées.

Feux de croisement obligatoires
Les feux de croisement doivent être allumés à tout moment, même en plein jour, quelle que soit la saison. Cela est obligatoire pour améliorer la visibilité en raison des conditions météorologiques variables.

Tolérance zéro sur l'alcool et le téléphone :
Les sanctions pour conduite en état d'ivresse sont sévères. La limite légale, qui s'applique au conducteur est de 0,2g d'alcool par litre de sang. L'utilisation du téléphone au volant peut être sanctionnée par une contravention très élevée.

Enfants en voiture
Les enfants de moins de 135 cm doivent être installés dans un siège adapté (siège bébé ou rehausseur).

Conduite en conditions hivernales
Si vous conduisez en hiver, préparez-vous à des routes glissantes et des températures extrêmes. Soyez toujours prudent, adaptez votre vitesse, et utilisez les équipements hivernaux nécessaires. Dans les régions montagneuses, soyez attentif aux fermetures de routes dues aux avalanches ou aux conditions météorologiques extrêmes. Il est conseillé de vérifier l'état des routes avant de partir.



4 pneus hivers sont obligatoires du 1er novembre au 15 avril. Il est interdit d'avoir uniquement 2 pneus hivers ou juste des chaussettes. Il est fortement recommandé de venir avec des chaînes et tout l'équipement pour la neige si vous venez en hiver. Balais pour déneiger la voiture, petite pèle...




Animaux sauvages
Faites attention aux animaux sauvages, comme les élans ou les rennes et moutons, qui traversent fréquemment les routes, surtout à l'aube et au crépuscule. Ralentissez dans les zones signalées. Vous pouvez opter pour des sifflets anti-gibiers à coller sur le coté de la voiture (idéalement sous les rétroviseurs), cela fonctionne très bien.

Piétons et cyclistes prioritaires
Les piétons et les cyclistes ont la priorité. Les piétons qui s'apprêtent à traverser la rue s'attendent à ce que vous ralentissiez ou que vous vous arrêtiez pour les laisser passer.

Contraventions
Si vous recevez une contravention de stationnement, nous vous recommandons vivement d'effectuer le paiement le plus rapidement possible, idéalement le jour même. Veuillez noter qu'en Norvège, les frais pour les amendes de stationnement non payées sont considérablement élevés et s'accumulent peu de temps après la date d'échéance. Les parkings des supermarchés sont généralement payants et les contrôles fréquents.

Si vous souhaitez payer vous-même la contravention de stationnement, assurez-vous d'utiliser le numéro "KID" indiqué sur l'amende de stationnement comme référence / motif de paiement. Si vous n'utilisez pas le numéro "KID", votre paiement ne pourra pas être affecté à la contravention de stationnement et celle-ci restera impayée.

ENREGISTREMENT DU VÉHICULE

Tous les véhicules, y compris les véhicules immatriculés à l'étranger, qui circulent en Suède et en Norvège, sont tenus de payer des redevances routières. Si vous venez en Norvège avec votre véhicule personnel, vous devez faire la démarche d'enregistrer votre plaque d'immatriculation sur le site Epass24. Vos redevances routières sont enregistrées automatiquement et vous sont facturées a posteriori. Pour un paiement plus facile, vous pouvez enregistrer un compte avec un paiement automatique des redevances routières émises en Norvège et en Suède.

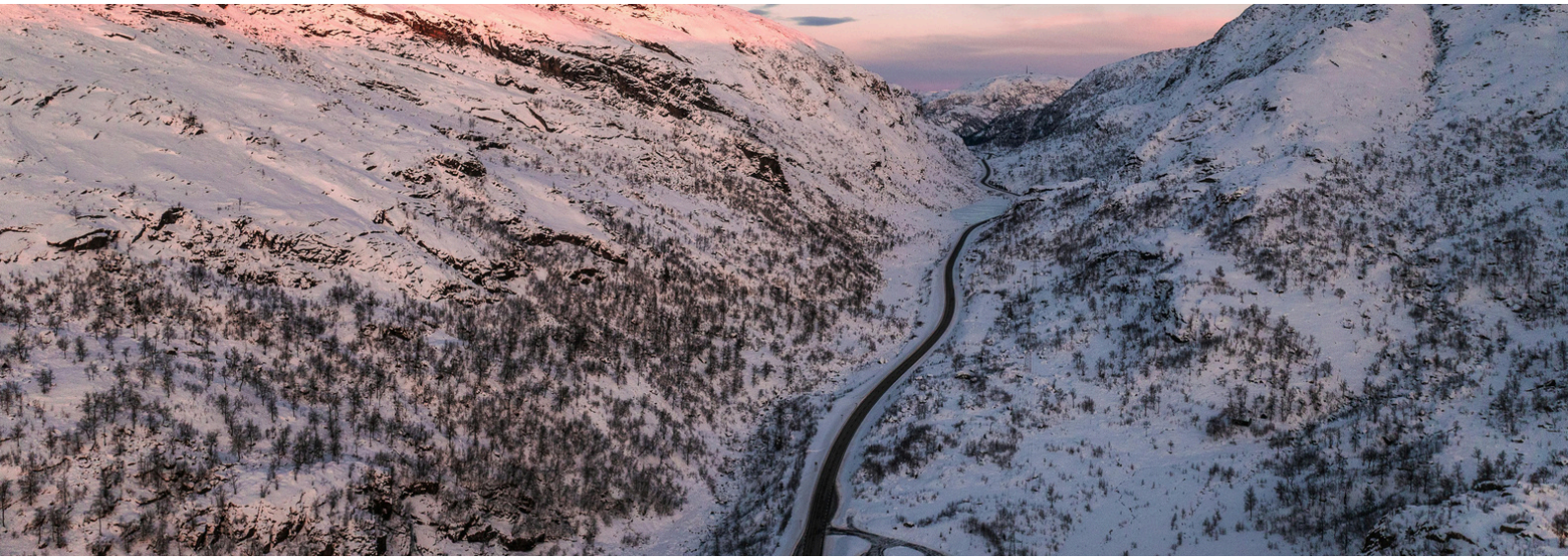
Consultez toutes les informations concernant le payement des ferries et des péages :

Ici

Veillez à vous renseigner sur les réglementations des différents pays traversés. Par exemple :
En France, Belgique, Pays-Bas, et Allemagne, il n'y a généralement pas de vignette requise, mais certains tronçons d'autoroute peuvent avoir des péages, notamment en France. Il est gratuit de conduire sur les routes et les autoroutes partout au Danemark. Le pont de l'Oresund entre le Danemark et Malmö est quant à lui payant (l'enregistrement de votre plaque d'immatriculation sur Epass24 permet de régler ces frais).

LES ROUTES PANORAMIQUES

Les Routes Touristiques Nationales de Norvège sont un réseau de 18 routes spécialement aménagées pour mettre en valeur la beauté des fjords, des montagnes et des côtes, et permettent de découvrir le pays autrement, à un rythme lent, où chaque virage dévoile une nouvelle vue spectaculaire. Elles couvrent un total de 2 136 km et traversent des fjords, montagnes, côtes sauvages, et vallées verdoyantes. Ces routes sont conçues pour les explorations lentes avec de nombreux arrêts pour admirer la vue, prendre des photos et se promener. Les routes de montagne et côtières peuvent être exposées aux intempéries, donc consultez toujours la météo avant de partir.



Vous pouvez retrouver plus d'informations ainsi qu'une carte des routes sur le site

Nasjonale Turistveger



Pour les parkings il est recommandé d'utiliser l'application easypark que vous pouvez ajuster au besoin

Faites attention avec le fonctionnement des parkings :



LOUER UNE VOITURE

Pas de particularités concernant les locations en Norvège mais quelques conseils pratiques.

Certaines agences demandent des cartes de crédit et non de débit. Cela peut poser problème lors de la prise d'empreinte de la carte au moment de la prise du véhicule pour la caution. Renseignez-vous bien avant chez le loueur.



Presque tout est automatisé en Norvège, vous n'aurez donc très certainement pas un agent qui vous accompagnera jusqu'à votre véhicule, vous recevrez les clés et vous irez tout seul prendre en main votre voiture. Il est donc recommandé de prendre des photos du véhicule avant de partir pour faire office de preuve si jamais on vous accuse d'avoir créé des bosses ou fait des rayures au moment de la restitution. Faites la même chose au moment où vous rendez le véhicule : reprenez des photos.

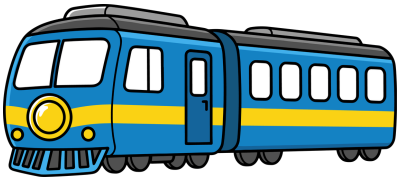


90% du parc automobile en Norvège est électrique. Ne soyez donc pas surpris si au moment de la location en ligne vous optez pour une voiture à essence et qu'au final vous vous retrouvez avec une hybride ou une électrique. Pensez bien à demander à l'agence les applications à utiliser pour connaître l'emplacement des bornes de recharges.

Tout ce qui concerne les problèmes avec les véhicules coûtent très cher en Norvège d'où l'intérêt d'avoir une bonne assurance voyage

LES TRANSPORTS EN NORVÈGE





Les transports en commun en Norvège...coûtent également assez chers.

Ici, c'est un calcul à faire en fonction de chaque famille par rapport à là où vous allez loger, au nombre de personnes qui doivent se déplacer, etc.

Prix des transports

Descriptif	Tarif (en NOK)	Remarques
Billet de bus (Vestfold)	40	*Valable 1h30*
Billet de bus (Oslo)	44	*Valable 1h30*
Train de l'aéroport au centre ville (Oslo)	129	*20 min de trajet*
Train de l'aéroport d'Oslo à Tønsberg	279	*1h39 de trajet*

Si vous faites des trajets réguliers entre les mêmes endroits il existe des abonnements de train qui sont très intéressants. Mais les billets de train à l'unité coûtent assez cher. Vous pouvez prendre vos billets de train à la dernière minute. Il y a un seul wagon avec des places réservées mais pour tout le reste tout le monde peut monter donc aux heures de pointe c'est souvent la cohue et vous devrez rester debout. Alors quelques fois c'est désagréable car payer 50€ de train aller/retour et devoir rester debout pendant plusieurs heures...c'est pas top ! C'est pas comme ça partout et tout le temps évidemment mais il faut y être préparé, autour d'Oslo ça peut arriver....souvent !

Si vous avez l'habitude d'entendre des critiques de la SNCF en France attendez de voir le service en Norvège...il est catastrophique ! Les trains en soit sont assez confortables et très propres, mais les lignes et le système sont très vieux et fonctionnent très mal. Il y a très souvent du retard ou alors ils mettent carrement en place des bus pour remplacer les trains.

VAN ET CAMPING-CAR

EN NORVÈGE



Tout d'abord, en fonction de la période, vous ne serez pas du tout seuls au monde mais vous pouvez être bloqué dans des files de camping car allant TOUS au même endroit ! Il peut également être difficile de trouver un spot pour se poser car les lieux touristiques sont pris d'assaut et les camping sont vite complets. De plus en plus d'endroits sont interdit aux camping-car (notamment au Lofoten) alors il faut être prévoyant. **De plus partir en camping car en Norvège c'est devoir s'adapter au climat nordique, froid, humide et sombre l'hiver et sans nuit l'été.**

Appli utiles

Campersite

Norcamp

Parck4night

Camper contact

Retrouvez les épisodes du podcast avec pleins de conseils pour voyager en Norvège en van ou camping-car







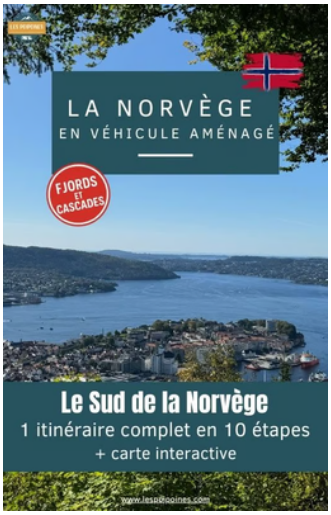
EBOOK VÉHICULE AMÉNAGÉ

Chacun ses domaines de compétences ! Et moi, je n'y connais rien en camping car puisque je n'en ai jamais utilisé. Alors je vous ai trouvé les meilleurs supports pour bien gérer votre voyage en Norvège et vous pouvez bénéficier de -10 % de réduction avec le code "BLONDE10"

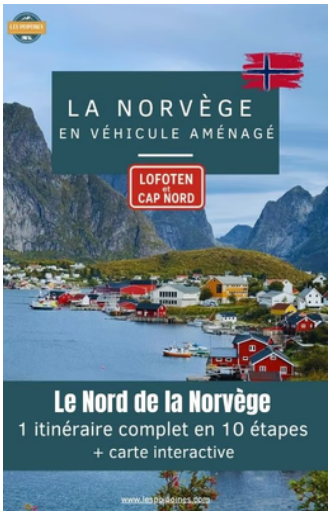
Les Poipoines :

famille nomade, experte des voyages en véhicules aménagés à travers l'Europe !









-10% avec le code : "BLONDE10"

Le guide complet

Plus de 230 pages d'itinéraires, de conseils concrets et d'adresses testées pour explorer la Norvège autrement, que ce soit en van, en fourgon ou en camping-car!

-10% avec le code : "BLONDE10"





Venir avec son animal

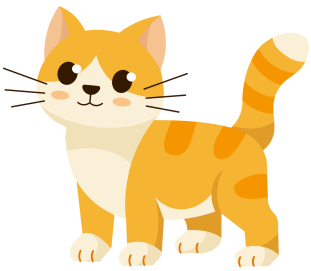
CHIENS, CHATS, FURETS...

EN NORVÈGE

L'introduction et le transit sur le territoire norvégien des chiens, chats, furets, oiseaux de compagnie et autres animaux domestiques en provenance d'un État membre de l'Union européenne ou d'un pays tiers sont régis par des dispositions légales européennes et norvégiennes.







Tout chien, chat ou furet voyageant vers la Norvège depuis l'Union Européenne, avec son propriétaire doit correspondre aux critères suivants :

- Être âgé de plus de trois mois
- Avoir un Passeport
- Être identifié par puce électronique ou tatouage lisible fait avant 3/7/2011
- Vaccination antirabique à jour (postérieure à l'identification, valable 21 jours après la primoinjection
- Vermifugation contre les ténias (praziquantel, epsiprantel) pour les chiens uniquement, administrée par un vétérinaire (rubrique VII du Passeport), entre 24 et 120 heures avant l'arrivée (sauf si un traitement est effectué régulièrement tous les 28 jours et certifié sur le passeport, avec au moins 2 traitements espacés de moins de 28 jours avant le voyage).
- Races de chiens interdites : Pit Bull Terrier, American Staffordshire Terrier, Fila Brasilerio, Tosa Inu, Dogue Argentin, Chien Loup Tchèque



Les chiens doivent être tenus en laisse entre le 1er avril et le 20 août. C'est d'autant plus important dans les bois et les montagnes, où vivent d'autres animaux ! »

HÔTELS : En Norvège, la plupart des hôtels acceptent les chiens ou disposent de pièces dédiées, mais veillez à poser la question à l'avance. Généralement, des frais supplémentaires vous seront demandés.

PARCS À CHIENS : Votre chien doit être tenu en laisse, mais certains parcs prévoient des zones spéciales pour les chiens, où ils peuvent courir et jouer avec leurs congénères.

TRANSPORTS PUBLICS : Les chiens voyagent généralement gratuitement, mais ils doivent être tenus en laisse et ne pas s'asseoir directement sur les sièges.

RESTAURANTS ET CAFÉS : Les chiens sont les bienvenus dans la plupart des zones extérieures des restaurants et des cafés. Certains vous autorisent même à vous asseoir à l'intérieur avec votre animal. Quelques établissements proposent même un menu spécial pour chiens ! Les animaux de compagnie sont autorisés dans les lieux où l'on sert de la nourriture et des boissons, à condition qu'ils ne constituent pas un danger pour la nourriture ou les autres clients. Si un autre client ou un employé est allergique ou mal à l'aise en présence de chiens, le personnel a le droit de vous demander de partir, à vous et à votre chien. Cette règle s'applique aussi bien à l'extérieur qu'à l'intérieur.



PARCS À CHIENS À OSLO

Oslo compte de nombreux parcs avec des zones réservées aux chiens. Les chiens sont autorisés à courir librement dans ces zones, même lorsque la laisse est obligatoire (du 1er avril au 20 août).

- Parc à chien dans le parc Vigeland à Frogner.
- Rencontre de chiens à Ekebergsletta tous les dimanches (pour les chiens de moins de 5 kg).
- Parc à chiens Maridalen (en norvégien uniquement)
- Autres parc à chiens à Oslo (en norvégien uniquement)

RESTAURANTS ET CAFÉS

- **BD57 BrewDog** – dans le quartier Grünerløkka. Il propose un menu pour chiens où votre animal peut commander un Dog Burger, une glace pour chiens et même une bière pour chiens !
- Starbucks propose un « puppuchino » pour votre chiot.

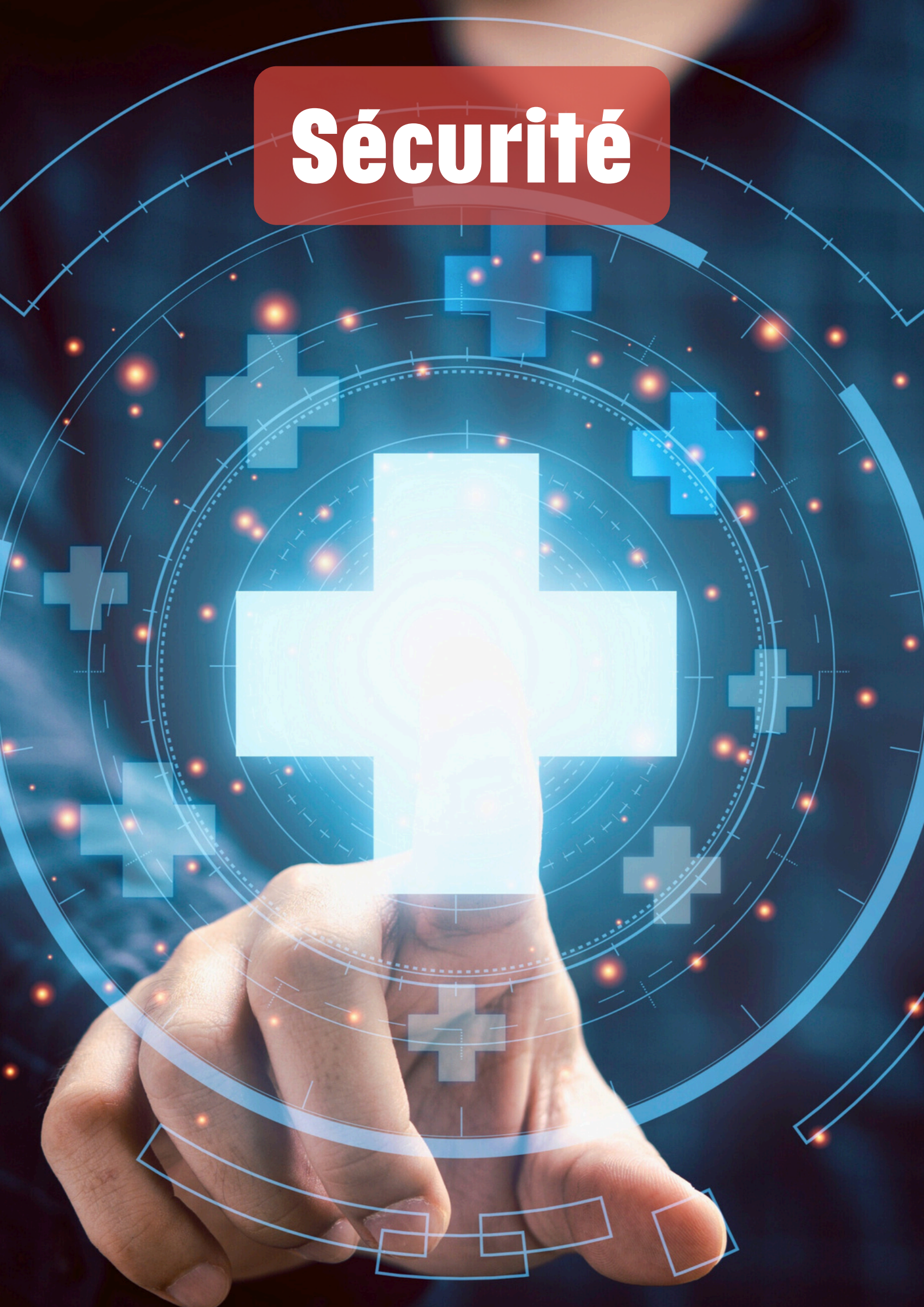
La plupart des chalets de l'Association norvégienne de trekking (DNT) acceptent les chiens, soit dans des chambres privées, soit dans une pièce spéciale à l'extérieur. C'est également le cas pour de nombreux chalets de location, mais vérifiez toujours à l'avance.
Voici une liste de chalets DNT acceptant les chiens.

Écoutez les épisodes du podcast avec Aurélien, ostéopathe.
On parle des animaux en général avec plein d'anecdotes.



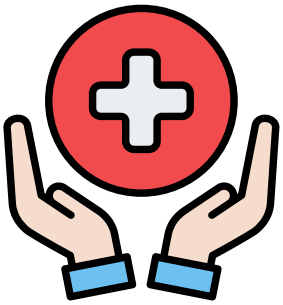


Sécurité



ASSURANCES

Quand on part en voyage, on part souvent du principe que tout se passera bien...et c'est le cas la plupart du temps....mais....jusqu'au jour où....Si un incident ou un accident arrive, vous serez évidement pris en charge par les services norvégiens...mais...à quel prix et comment serez-vous remboursés ?



Que ce soit pour un problème de santé, un problème avec votre véhicule de location ou un incident avec un tiers, le mieux est tout de même de souscrire à une assurance voyage. Cela rajoute évidement un petit coût au voyage mais cela peut éviter bien des frais exorbitants en cas de problème.

J'ai mis beaucoup de temps à trouver le partenaire idéal mais je suis ravie de pouvoir vous faire profiter de -5% de réduction sur toutes les assurances chez :

Heymondo

Pas besoin de code de réduction, en cliquant sur le lien ci-dessous, vous aurez directement accès à toutes les assurances, modulables à votre convenance avec -5% de réduction ! Ces assurances sont valables PARTOUT DANS LE MONDE alors n'hésitez pas à en profiter pour tous vos voyages et à partager le lien !

-5% de réduction
sur votre assurance voyage

Qu’est-ce que la carte européenne d’assurance maladie et comment l’obtenir ?

La Carte Européenne d’Assurance Maladie (appelée localement Europeisk helsetrygdkort) doit être utilisée lorsque vous vous rendez pour une durée de moins de 6 mois en Norvège, quel que soit la nature du séjour ou le statut du titulaire de la carte. C’est une carte qui est délivrée gratuitement, elle est nominative et individuelle. Chaque membre de la famille doit être en possession de sa propre carte. Cette carte vous permettra d’attester de vos droits à l’assurance maladie et de bénéficier d’une prise en charge de vos soins médicaux publics, selon les formalités en vigueur de la Norvège. Les cartes délivrées en France sont valables deux ans. Vous devez demander votre carte auprès de la caisse dont vous relevez pour l’assurance maladie. Si elle ne peut pas vous être délivrée avant votre départ, vous devrez demander un certificat provisoire de remplacement (CPR) qui sera valable 3 mois.



Numéros de téléphone d’urgence :

- **110 — Pompiers**
- **112 — Police**
- **113 — Ambulance**
- **120 — Situation d’urgence en mer**
- **22 59 13 00 — Centre d’information antipoison**
- **1412 ATS (texte par téléphone pour les sourds et malentendants)**

Parlez quelques mots



de norvégien

PARLER NORVÉGIEN

Essayez de parler quelques mots lors de votre voyage !

Commandez votre café en norvégien !

ET IMPRESSIONNEZ LES LOCAUX !



La langue norvégienne est très interessante, il y a 3 langues écrites et des centaines de dialectes. Peu de gens parlent le norvégien alors vous allez impressionner les locaux si vous parlez quelques mots lors de votre voyage. Demandez votre chemin, remerciez un serveur ou demandez l'addition. Vous retrouverez tout ce vocabulaire dans ma mini-formation de découverte de la langue.

2 options

Formule découverte de la langue
Ebook de phrases et mots de voyage

-10 % avec le code : VOYAGE10



[En savoir plus]

Ebook



[En savoir plus]

Réductions

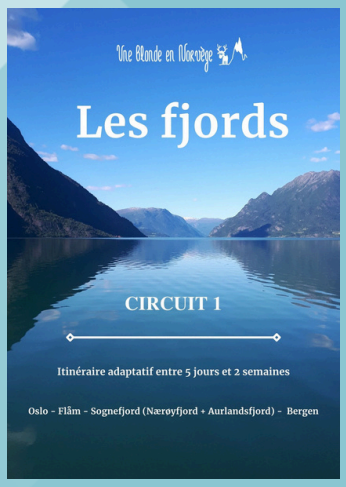




-10% avec le code : VOYAGE10

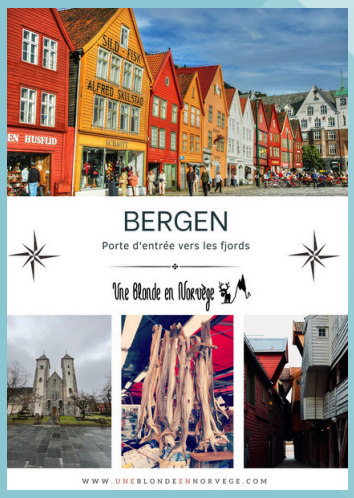
Voir le guide

-10% sur tous les Ebook

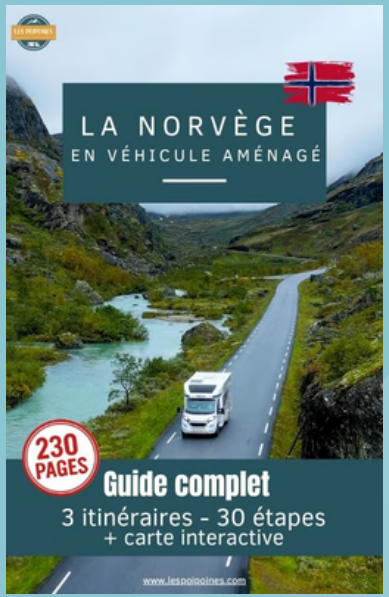








AVEC LE CODE DE RÉDUCTION “VOYAGE10”



-10% avec le code : “BLONDE10”

10% DE RÉDUCTION

SUR LE CONSULTING

AVEC LE CODE “CONSULTING10”





-10% avec le code : VOYAGE10



GUIDE ÉVOLUTIF

N'hésitez pas à me dire ce que vous pensez de ce guide et surtout si vous pensez qu'il manque des choses. Mon but étant de vous fournir un document le plus pratique et complet possible, il y aura des mises à jours régulières et vous recevrez les nouvelles versions.



Vous pouvez laisser un avis sur la page de vente du guide.

Laissez un avis

Une Blonde en Norvège

VOUS SOUHAITE UN MAGNIFIQUE

VOYAGE EN NORVÈGE



DROIT DE TRADUCTION ET DE REPRODUCTION RÉSERVÉS POUR TOUT PAYS. TOUTE REPRODUCTION, MÊME PARTIELLE, DE CET OUVRAGE EST INTERDITE. UNE COPIE OU REPRODUCTION PAR QUELQUE PROCÉDÉ QUE CE SOIT, PHOTOGRAPHIE, MICROFILM, BANDE MAGNÉTIQUE, DISQUE OU AUTRE, CONSTITUE UNE CONTREFAÇON PASSIBLE DES PEINES PRÉVUES PAR LA LOI DU 11 MARS 1957 SUR LA PROTECTION DES DROITS D'AUTEUR.

© UNE BLONDE EN NORVÈGE, 2026

WWW.UNEBLONDEENNORVEGE.COM