

GROENLAND

Itinérance en baie de Disko : objectif inlandsis

- Expédition en pulka vers la banquise et l'inlandsis.
- Exploration d'univers distincts sur un même circuit.
- Matériel spécifique grand froid fourni.

À PARTIR DE

4 795 € (vol inclus)

DURÉE

14 jours

TYPE

Voyage en petit groupe

NIVEAU



THÉMATIQUE

Ski nordique / Raquettes

Ce voyage hors du commun permet une immersion totale dans les plus beaux paysages hivernaux du Groenland. Vous parcourez des territoires retirés d'une grande variété rendant chaque jour unique avec une ambiance qui lui est propre. Cette grande traversée reliant Ilulissat à l'inlandsis, rejoint l'esprit des grandes expéditions polaires en raison de son caractère extrême. Raid en autonomie totale de 9 jours, en ski nordique ou en raquettes à votre convenance avec une pulka. Une immersion au cœur du Groenland Ouest !

Jour après jour, nous progressons au milieu de ce désert blanc, sans bruit. Parfois, des attelages de chiens de traîneaux nous rattrapent et nous dépassent dans des jappements caractéristiques ! Des cabanes de pêcheurs viennent s'ancrer parfois près des fjords et offrent l'occasion unique d'échanger avec les Groenlandais.



Itinéraire

JOUR 1

Vol Paris – Copenhague

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Arrivée dans l'après-midi à l'aéroport de Copenhague et installation à l'hébergement, en face de l'aéroport. Soirée et dîner libres pour visiter la capitale ou se reposer avant l'expédition.

NB : selon les dates de départ, nous nous réservons la possibilité de faire escale à Reykjavik, plutôt que Copenhague.

JOUR 2

Vol vers Ilulissat – préparation du matériel d'expédition

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Envol pour Ilulissat. Après un peu plus de trois heures de vol (et une escale minimum à Kangerlussuak), vous voilà arrivés à destination, sur la côte occidentale du Groenland. Accueil et installation à l'hôtel à Ilulissat, qui signifie "glaciers" en Inuit. Premier briefing du guide et préparation du matériel pour le raid.

JOUR 3

Dernier check matériel – départ du raid à ski – 1er bivouac

TRANSPORT : MOTONEIGE (1H, 12 KM) | ACTIVITÉ : 3H | DÉNIVELÉ POSITIF : 80 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 80 M |
HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Après avoir finalisé la préparation du matériel et chargé toutes les pulkas, c'est le départ ! Vous partez à motoneige à travers le massif d'Akinaaq en direction du fjord gelé de Nunatarsuaq. Vous aurez en route l'occasion d'apercevoir de remarquables points de vue sur la calotte glaciaire avant de vous faire déposer sur la banquise. Vous montez votre premier campement au bord de la banquise, ce premier montage est une manière de se former à l'itinérance arctique, de commencer à appréhender les réflexes qui vont être les vôtres pour les prochains jours. Ce sera aussi l'occasion de prendre "en main" vos raquettes ou skis pour une première rando initiatique...

JOUR 4

Itinérance sur la banquise – icebergs – camp de base

TRANSPORT : 30 KM | ACTIVITÉ : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 120 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 420 M |
HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Réveil matinal dans votre tente et "morning routine" ;-). Petit déjeuner, démontage du camp, chargement des pulkas. Vous débutez votre itinérance à ski en direction d'une presqu'île située face au pied de la calotte glaciaire du Groenland, l'Inlandsis. Entre icebergs coincés dans la banquise et front glaciaire, vous évoluez dans une ambiance polaire incomparable et bivouaquons à proximité de la calotte glaciaire. Installation de votre camp de base pour 2 nuits.

JOUR 5

Inlandsis Groenlandais, plus grande surface de glace de l'hémisphère nord

TRANSPORT : 13 KM | ACTIVITÉ : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 340 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 340 M |
HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Aujourd'hui, vous laissez vos pulkas au campement pour aller découvrir l'un des endroits les plus mystérieux et inhospitalier de la planète. En effet, si les conditions le permettent, vous vous rapprocherez au plus proche de la calotte glaciaire qui surplombe le Groenland. Depuis la moraine s'étend devant vous une immensité blanche parcourue par de nombreux explorateurs, dont le célèbre Paul Emile Victor. A 600km plus à l'Est, les reliefs montagneux d'Angmagssalik, lieu du premier hivernage de PEV en 1934. Le froid s'intensifie. Le silence s'étire. Une journée contemplative et sensorielle. Retour au camp de base.

JOURS 6 À 8

Front glaciaire – Traversée du massif d'Iviangernarsuit

TRANSPORT : 28 KM | ACTIVITÉ : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 400 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 400 M |
HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Départ à l'ouest vers la baie de Disko pour la traversée du massif montagneux de Iviangernarsuit en direction du village de pêcheur inuit de Oqaatsut. Seules quelques pistes de traîneaux à chiens viennent rayer la surface blanche que vous foulez. Les motoneiges sont interdites dans ce secteur. L'enchaînement de quelques lacs gelés et de reliefs parfois escarpés vous permettent de cheminer vers la banquise au nord de la baie abritée de Oqaatsut. Chaque jour, il vous faudra démonter et remonter le camp : installer les tentes par binôme, creuser les bancs et la table de la tente mess, fabriquer de l'eau, ranger les pulkas, laisser gonfler son sac de couchage grand froid... Une vraie logique d'expédition.

JOUR 9

Traversée du massif d'Iviangernarsuit

TRANSPORT : 10 KM | ACTIVITÉ : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 130 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 130 M |
HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Dernier tronçon de notre traversée du massif d'Iviangernarsuit, dans une ambiance polaire unique, avant de rejoindre le village inuit d'Oqaatsut. Là, une cinquantaine de pêcheurs vivent encore de manière traditionnelle dans des maisons en bois colorées, nichées au creux d'une baie tantôt figée et parsemée d'icebergs, tantôt libre d'eau et griffée des rotations des bateaux. Installation en bivouac au village.

JOUR 10

Oqaatsut : village de pêcheurs traditionnels, banquise et icebergs de la baie de Disko

TRANSPORT : 8 KM | ACTIVITÉ : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 150 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 150 M |
HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Dernier jour d'itinérance et arrivée au village d'Oqaatsut. Journée de sécurité qui vous permettra de vous immerger dans la culture traditionnelle inuit puisque vous passez la journée autour du village. L'occasion d'observer les inuits partir à la chasse en traîneau, poser leurs filets, conditionner le poisson attrapé... Vous partez randonner quelques heures autour du village en direction de la baie de Disko et de ses icebergs. Depuis quelques années, cette baie est partiellement libre de glace en hiver et c'est donc sous le regard des bateaux de pêcheurs que vous évoluez. Dernier bivouac en terre inuit.

JOUR 11

Oqaatsut – arrivée en bateau à Ilulissat – rangement du matériel d'expédition

TRANSPORT : BATEAU (0H15, 6 KM) | ACTIVITÉ : 4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 100 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 100 M |
HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Dernier rangement du camp à Oqaatsut avant de rejoindre en bateau la civilisation et le village coloré d'Ilulissat. Installation à l'hôtel et rangement du matériel, avant une douche bien méritée !

JOUR 12

Randonnée à l'Icefjord, classé à l'UNESCO – Icebergs géants

TRANSPORT : 6 KM | ACTIVITÉ : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 80 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 80 M |
HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Une journée exceptionnelle pour conclure comme il se doit cette découverte du Groenland ! Vous chaussez une dernière fois vos raquettes pour une randonnée jusqu'au célèbre fjord glacé. Cheminant dans la vallée de Sermermiut, vous découvrez progressivement ce spectaculaire fjord classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. De gigantesques cathédrales de glace restent bloquées dans le fjord, figées par la banquise, offrant un panorama des plus saisissants. Le récent musée de l'Icefjord vaut le détour (non inclus), pour aller encore plus loin dans l'approfondissement de vos connaissances sur l'univers des glaciers. Retour à votre hébergement et dernière nuit dans cet univers groenlandais.

NB : Selon les conditions atmosphériques, possibilité en option d'aller naviguer en bateau au milieu des icebergs dans le fjord.

JOUR 13

Ilulissat – Copenhague

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Rangement final du matériel et temps libre sur Ilulissat, avant d'embarquer pour Copenhague. Installation en autonomie à l'hôtel. Soirée et dîner libres dans la capitale danoise.

NB : selon les dates de départ, nous nous réservons la possibilité de faire escale à Reykjavik, plutôt que Copenhague.

JOUR 14

Copenhague – vol retour pour la France

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Vol retour pour la France et fin de votre voyage au Groenland. Quelle sera la prochaine aventure ;-)
?

À NOTER

L'itinéraire, les distances et les temps d'activité sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés en fonction de l'état de la banquise, des conditions météo et du rythme du groupe. Dans ce cas notre expérience du terrain nous conduira à choisir la meilleure solution.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 29/04/2024)

Nombre de participants : de 4 à 8

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
MER. 26/02/2025	MAR. 11/03/2025	4 795 €	Confirmé dès 4 inscrits
MER. 12/03/2025	MAR. 25/03/2025	4 795 €	Confirmé dès 4 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

✓ LE PRIX COMPREND

- Vol Paris / Ilulissat via Reykjavik ou Copenhague
- Les taxes aériennes
- Les déplacements selon le programme
- L'hébergement tel que décrit
- Les repas tels que mentionnés dans le jour le jour
- La logistique d'expédition : nourriture, pulkas, tentes, matériel collectif, réchauds...
- Le matériel spécifique : veste et duvet grand froid, ski, peaux, bâton, chaussures grand froid, raquettes
- L'encadrement par un guide 66°Nord francophone

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- La contribution carbone volontaire pour votre voyage au Groenland : 8€ par personne
- Les transferts A/R sur les lieux de transit
- Les activités optionnelles : réservation conseillée des excursions lors de l'achat du séjour, pour garantir leur disponibilité. Sur place, paiement par téléphone via CB
- Les éventuels suppléments aériens : les prix indiqués sont établis en fonction, notamment, de certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Il se peut que cette classe désignée ne soit plus disponible au moment de la réservation, auquel cas nous pouvons être amenés à modifier le prix du voyage moyennant un supplément
- Les repas libres mentionnés dans le programme

À payer sur place :

- Les dépenses personnelles
- Les boissons
- Les repas à Reykjavik ou Copenhague (~ 30€ / repas) et les repas libres du programme
- Les frais réels de séjour supplémentaires en cas de modification de vols ou pour cause de mauvais temps
- Les transferts aéroport/hôtel à Copenhague ou en Flybus à Reykjavik

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

DÉPARTS DE PROVINCE

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter [par mail](#) ou par téléphone au [04 81 68 55 60](#).

Détail du voyage

NIVEAU

Cette expédition s'adresse à des personnes en très bonne forme physique et psychologique, pratiquant régulièrement un sport et ayant l'expérience du voyage d'aventure, du trek itinérant ou du ski nordique ou de la randonnée alpine. Elle ne présente pas de difficulté technique car nous pouvons effectuer ce séjour en raquettes ou en ski à la convenance de chacun et nous enlevons les skis dès que la pente s'accroît. Chaque membre de l'expédition tire une pulka (poids de départ 40 kg) et doit être équipé pour des conditions climatiques rigoureuses (vent et froid). La progression journalière est de 5 à 7 h mais dépend fortement des conditions météo. Le dénivelé quotidien n'excède pas les 400m mais le terrain parfois montagneux nous amène à franchir des passages à fort dénivelé sur quelques mètres où la progression sera lente et difficile.

L'itinéraire est donné à titre indicatif. Il dépend des conditions de neige et de la météo.

ENCADREMENT

Atalante est membre du groupe altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays.

Installée au Groenland depuis de nombreuses années, notre agence vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques.

Encadrement par un guide-accompagnateur francophone altaï au Groenland. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides de trek et kayak, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider.

Sécurité :

Nos séjours se déroulent en milieu polaire, milieu isolé pouvant se révéler hostile. Sur place, votre guide vous expliquera les règles de sécurité qu'il faut appliquer en Arctique tant au niveau de la progression qu'au niveau du campement et maints petits détails quotidiens concernant le froid et le confort. Votre guide seul fait autorité durant la totalité de votre séjour, et lui seul, de par ses connaissances du terrain, est habilité à prendre des décisions.

Nous emportons sur tous nos raids une balise Sarsat, qui permet d'alerter les secours en cas d'extrême urgence. Elle envoie un signal de détresse détecté par des satellites qui passent en moyenne toutes les demi-heures au niveau du Groenland. Enfin, nous sommes équipés d'un téléphone satellite (Iridium), destiné à la sécurité et à l'organisation du voyage.

Ours : Les ours sont rares dans cette région du Groenland.

ALIMENTATION

Nous essayons de vous proposer une nourriture équilibrée et en même temps adaptée aux conditions rencontrées au Groenland. Sachez qu'il est naturellement difficile, voire impossible, de trouver des légumes ou des fruits frais dans le Grand Nord.

Le petit déjeuner : Müesli avec café, chocolat ou thé, tartines ou biscottes avec de la confiture. Pas de croissant malheureusement ;-) !

Le midi, pique-nique : soupe chaude, nouille chinoise, charcuterie, fromage, barres de céréales chocolatées, fruits secs ou en-cas salés...

Tout dépend des conditions météo. Lorsque le temps le permet, nous pouvons faire une vraie pause et profiter de nourriture chaude et froide, à préparer rapidement. Lorsque les conditions ne le permettent pas, nous faisons de mini-pauses en mangeant des snacks et opterons pour un "retour de courses" dès l'arrivée à destination.

Le soir : soupe chaude, plat chaud et dessert...

Le repas du soir sera cuisiné à base de nourriture "fraîche" et/ou de nourriture lyophilisée ou déshydratée.

La gastronomie reste simple, facile et rapide à préparer, légère et efficace en terme d'apports énergétiques.

Important : prévenez-nous en cas d'allergie.

Chaque personne est responsable de son matériel et de sa sécurité. L'installation du camp, la préparation des repas, l'entretien du matériel, l'application des règles de sécurité, l'entraide, concernent toutes les personnes du groupe. Chacun a une part active dans le déroulement du voyage.

HÉBERGEMENT

A Copenhague (ou Reykjavik)

Nuits en hôtel, chambre double/twin, exceptionnellement triple, salle de bain privative.

A Ilulissat

Nuits en hôtel, chambre double/twin, exceptionnellement triple, salle de bain privative ou à partager.

Pendant le raid

Nuits sous tente. Deux personnes dans une tente de 3 places (Simon Makalu T3), avec une abside et une ouverture de chaque côté. C'est notre tente de base pour toutes nos expéditions.

Participation de tous aux tâches collectives : préparation des repas, vaisselle...

DÉPLACEMENT

En raquettes ou en ski de randonnée nordique selon votre préférence. Vous tractez une pulka durant l'expédition.

BUDGET & CHANGE

Au Groenland la monnaie est la couronne Danoise. Vous pouvez faire du change en France. Attention, la vie est chère au Groenland et le prix d'un souvenir peut vite monter à plus de 50euros.

1 euro = 7,45 DKK environ. Prévoyez 1000 DKK en billet de 200 DKK. Au Groenland vous pourrez absolument tout régler en carte bancaire mais durant le trek il n'y a rien à acheter.

En Islande la monnaie est la couronne islandaise. Vous pouvez faire du change sur place à votre arrivée, ou régler vos achats sur place par CB. 1euro = 140 ISK environ.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Le matériel Grand Froid Spécifique :

- Un duvet Grand Froid : Duvet synthétique haute performance
- Un sac à viande en polaire
- Une veste Grand Froid
- Des bottes grand froid: modèle glacier de chez Sorel
- Moufles Grand Froid

Le matériel d'expédition:

- Une pulka en polyéthylène. Avec sac à pulkas, cordes

Les pulkas n'offrent pas des coffres de grandes tailles. De plus, elles seront d'autant plus faciles à tirer qu'elles seront légères. Il serait souhaitable de prendre le minimum d'affaires mais des vêtements adaptés et multi usages.

- Une paire de ski de randonnée nordique. Dotés d'une bonne glisse, ils ont aussi une accroche maximum avec les peaux et sont utilisables même par des novices.

Fixation à clip afin de pouvoir skier avec ses bottes grand froid ce qui présente l'avantage d'avoir le pied au chaud et de transporter une seule et même chaussure pour la journée et pour le camp

- une paire de raquettes
- une paire de bâton de ski
- une tente d'expédition (3 places) pour 2 personnes
- un matelas auto-gonflant épais pour une meilleure isolation et un confort optimal + matelas Thermarest

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Le système 3 couches :

Pour l'habillement, la méthode multicouche est la meilleure. Il s'agit de porter plusieurs couches de vêtements dont les plus rapprochées du corps laissent facilement échapper la sueur. Les autres couches conservent la chaleur ou préservent le corps des conditions extérieures. Donc il faut porter des sous-vêtements qui absorberont cette humidité et changer ceux-ci en fin de journée, même si les vêtements vous semblent secs.

La couche de base (respirante)

Doit permettre la circulation de la transpiration du corps vers l'extérieur et permettre de rester au sec. Il s'agit habituellement d'un sous-vêtement. Nous vous recommandons la laine (par exemple les sous-vêtements ullfrotté distribués en France par Pronor ...).

La couche intermédiaire (thermique)

Emprisonne notre chaleur. Durant longtemps, la laine fut abondamment l'isolant de base, son grand avantage est de rester chaude même mouillée. Aujourd'hui la polaire est aussi très efficace. L'eau ne la pénètre presque pas et elle sèche rapidement.

La couche extérieure (protection)

Sa fonction est de protéger de l'eau, de la neige et surtout du vent. Sa construction doit être solide. Il devra être ample et descendre le plus bas possible. Il doit être à la fois respirant et imperméable au vent avec si possible des options techniques d'ouverture pour une meilleure ventilation.

La couche de base

Portée à même la peau, c'est la première isolation que vous aurez. Soignez-la ! Des fibres techniques fines, type carline, capilene ou Merinos sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Privilégiez la laine Merinos, aussi efficace en terme de thermicité comme pour sa capacité à ne pas retenir les odeurs ! Ces matières sèchent très rapidement.

- 2 T-shirts à manches longues
- 1 collant technique

La couche intermédiaire

Elle vous apporte de la chaleur tout en continuant de faire migrer la transpiration vers l'extérieur.

- 1 polaire fine (ou micropolaire)
- 1 polaire épaisse pour le soir
- 1 veste Softshell ou une minidoudoune, pour un apport thermique supplémentaire et apprécié
- 2 paires de chaussettes de marche hivernale en laine (merino si possible)
- 1 casquette
- 1 bonnet
- 1 paire de gants pour activité journée comprenant : 1 couche gant polaire + 1 couche gant imperméable et coupe vent type "gore-tex"

- 1 paire de gants secours (pour soir ou si autres gants mouillés)
- 1 cache-cou type Buff
- 1 cagoule-col épaisse ou type cache nez (antibuée)
- 1 paire de lunette de soleil, indice de protection 4
- 1 masque de ski (obligatoire !)
- 1 masque néoprène pour protéger le visage

La couche extérieure

Elle vous coupe du vent et de la neige.

- 1 veste imperméable et respirante (hardshell 2 ou 3 couches) avec une membrane type Gore-Tex, H2No, Dryvent, MP+...
- 1 pantalon de raquette / ski de rando avec une membrane équivalente, avec guêtres intégrées
- 1 paire de chaussures de randonnée imperméables, confortables, antidérapantes, respirantes, avec une tige montante pour une meilleure tenue du pied

Le "kit nuit" (matériel indépendant du reste ci-dessus)

Vous veillerez à conserver toujours au sec votre "kit nuit", quelques affaires que vous retrouverez chaque soir pour dormir.

- 1 collant chaud
- 1 sous-vêtement manche longue en laine, chaud
- 1 paire de chaussette en laine chaude
- 1 bonnet
- 1 cache-cou type Buff
- 1 petit oreiller gonflable
- Boules Quies (ou équivalent)
- 1 paire de chausson en duvet (pour les + frileux(se) - facultatif)
- 1 doudou (facultatif ;-)

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- 1 petit sac à dos pour vos affaires de la journée, 30 -40 litres
- 1 serviette de toilette en micro fibre
- Chauffeuses pour les mains ou les pieds
- 1 petit stock de vos barres énergétiques préférés
- 1 appareil photo
- 1 mini trousse de toilette - prévoir un dentifrice sec/pastille en cas de grand froid + quelques lingettes
- 1 trousse de pharmacie personnelle
- 1 stick à lèvres et de la crème solaire/hydratante (pas à base d'eau, type vaseline)
- 1 lampe frontale avec piles de rechange
- 1 paire d'après-ski ou de sandales ouvertes pour le soir en cabane
- 3 à 4 pansements anti-ampoules type "compeed"
- Livre ou liseuse (en option)
- 1 Lecteur mp3 (en option)
- Une petite spécialité de votre "terroir" ou gâteaux apéritifs pour le soir, à partager avec vos compagnons d'aventure

A votre arrivée, votre guide vous aidera à faire le tri de vos affaires pour que vous limitiez le volume et le poids de ces dernières à 20L et une dizaine de kilogrammes.

Vous pouvez cependant prendre des affaires en plus pour votre voyage en avion et les visites de ville (Copenhague-Reykjavik-Ilulissat). Toutes vos affaires pourront être stockées en sécurité sur Ilulissat pendant le raid.

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple, avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu, de type sac marin ou "duffle bag" de 80 L environ et de 15 Kg maximum. Les bagages sont transportés par véhicule (parfois dans une remorque). Chaque participant doit être capable de transporter son propre bagage.
- Un petit sac à dos (contenance 25-40L) pour vos affaires de la journée : vestes, t-shirt de rechange, thermos, pique-nique de midi, lunettes, petit matériel.

PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence, D'un téléphone satellitaire et d'un GPS. Toutefois, il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels (aspirine, pansements, désinfectant local, coton, etc.).

Formalités & santé

PASSEPORT

Passeport valide

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

Aucun visa n'est nécessaire pour aller au Groenland.

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID. Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs".

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs"

SPÉCIFICITÉS

Le voyage que vous avez choisi peut vous exposer à des températures très froides et dans des zones géographiquement éloignées de centre de soins médicaux. Nous vous proposons donc une liste de pathologies qui, bien que ne contre-indiquant pas formellement la réalisation de ce voyage, devraient vous encourager à consulter votre médecin traitant pour lui faire part de ce projet.

- Pathologies cardiovasculaires : maladie des coronaires (antécédent d'infarctus, de pontage, de stent, de spasme des coronaires ou angor de Prinzmetal) ; hypertension artérielle sévère non contrôlée par les traitements ; insuffisance cardiaque
- Pathologies respiratoires : bronchite chronique (BPCO), asthme (sous traitement au long cours, ou avec survenue de crises récentes)
- Pathologies neurologiques : épilepsie non contrôlée par le traitement (survenue de crises récentes)
- Pathologies endocrinologiques : diabète insulino-requérant déséquilibré. A noter que l'insuline peut geler et s'inactiver ; il est conseillé de toujours la garder dans une poche intérieure pour la protéger du froid.
- Autres : syndrome de Raynaud sévère (en raison d'une augmentation de la fréquence et de l'intensité des crises), drépanocytose, insuffisance rénale sévère, pathologies psychiatriques non équilibrées

De manière générale, toute pathologie chronique évolutive et non stabilisée est à prendre en charge avant d'entreprendre un voyage. Emportez vos traitements habituels ainsi qu'une ordonnance écrite en DCI (nom international des médicaments).

Cette liste est non exhaustive et nous vous conseillons de consulter votre médecin traitant pour faire une évaluation de votre état de santé et bénéficier de recommandations sanitaires. Il est également conseillé de mettre à jour les vaccinations habituelles et de commander gratuitement la carte européenne d'assurance maladie (<https://www.ameli.fr/assure/adresses-et-contacts/lobtention-dun-document/commander-une-carte-europeenne-dassurance-maladie-ceam>).