

# FINLANDE



## FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité obligatoire. Pensez à en faire une photocopie, car en cas de perte cela facilite les démarches.



## SANTÉ

Aucun vaccin n'est nécessaire. Une convention passée entre les pays d'Europe permet le remboursement par la Sécurité Sociale des frais médicaux engagés. Pensez à vous munir de la carte Européenne d'assurance maladie fournie par la caisse primaire d'assurance maladie. Il est impératif de demander une facture pour tout acte médical et la faire parvenir à votre régime de Sécurité sociale dès votre retour.



## DÉCALAGE HORAIRE

Pas de décalage horaire.



## POURBOIRE

Il dépend de votre satisfaction des services rendus. Il reste avant tout une récompense mais est relativement attendu lors d'une sortie au restaurant ou dans un bar.



**MONNAIE  
CARTE DE CREDIT**

La monnaie est l'euro. Les pièces de 1 et 2 centimes d'euros ne sont pas utilisées !

Toutes les cartes de crédit internationales sont acceptées dans les hôtels, restaurants et grands magasins ainsi que dans la plupart des commerces. Vous pouvez également retirer de l'argent avec votre carte dans les banques et bureaux de poste ainsi qu'aux distributeurs automatiques.



**GÉOGRAPHIE**

**Superficie :** 338 424 km<sup>2</sup>  
**Population :** 5.5 millions d'habitants

**Capitale :** Helsinki avec 632 000 habitants

Le paysage finlandais est plat dans la partie sud-ouest et dans les vastes plaines côtières d'Ostrobothnie, mais vallonné de collines dans le Centre et l'Est. La Laponie est par endroits montagneuse, mais généralement formée de vastes étendues assez planes. Le point culminant est le mont Ridnitsohkka 1 317,1 m d'altitude, qui se trouve dans la pointe nord-ouest de la Laponie, près des frontières norvégienne et suédoise.

La Finlande est un pays aux milliers de lacs (dont la plupart communiquent entre eux) et d'îles (187 888 lacs et 179 584 îles). Un de ces lacs, le Saimaa, est le cinquième plus grand d'Europe. À côté des nombreux lacs, le paysage est dominé par la forêt boréale (environ 68 % du pays) et assez peu de terres arables. La plupart des îles sont dans le Sud-Ouest, dans l'archipel d'Åland, et le long de la côte méridionale du golfe de Finlande.

**ROVANIEMI**

Rovaniemi est une ville du Nord de la Finlande, située non loin du cercle polaire. C'est là bas que vous vivrez des expériences uniques et dépaysantes, au programme, safaris en motoneige, escapades en rennes ou husky en passant par la chasse aux aurores boréales pendant la période hivernale. Ainsi lorsqu'arrive l'été, vous pourrez effectuer une croisière le long de deux rivières.

A Santa Claus, bien sûr, vous pourrez rendre visite au populaire « Père Noël » qui possède son propre bureau !



**CLIMAT**

Bénéficiant encore de l'influence de l'Atlantique et du Gulf Stream, le pays jouit d'un climat relativement tempéré pour sa latitude.

L'hiver est froid (- 30 °C en Laponie n'a rien d'exceptionnel) et dure entre 5 mois (dans le Sud) et 7 mois (dans le Nord). Le printemps est court. L'automne, la *ruska*, commence en septembre en Laponie (la nature se colore en rouge et orange de façon féerique) et s'étend dans le Sud un mois plus tard. La neige suit, quelques semaines après. La haute saison d'hiver débute en février, les skieurs de fond et de randonnée envahissent forêts et lacs gelés jusqu'à fin mars dans le Sud et fin avril dans le Nord.

**Tableau des températures à Rovianemi**  
(Températures mini & maxi)

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
-14°	-13°	-9°	-4°	2°	8°
-6°	-7°	-2°	4°	10°	17°
Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
11°	9°	4°	-2°	-8°	-11°
20°	17°	11°	3°	-3°	-5°



## VÊTEMENTS

Pour un voyage en hiver, prévoir des vêtements vraiment chauds et imperméables et ne pas oublier bonnet et gants. Pour les autres saisons, penser au coupe-vent, bien pratique pour les promenades en bateau et traversées en bac. Pour ceux que la lumière du jour empêche de dormir, prévoir des lunettes en tissu noir.



## ACHATS

Le design finlandais, ce sont de biens beaux objets, en harmonie avec la nature et fonctionnels. Matériaux simples (bois, verre, céramique, tissu) agencés en formes pures, comme la joaillerie de type Kalevala, le fameux vase Savoy dessiné par Alvar Aalto ou encore es vêtements, la maroquinerie, les tissus d'ameublement et les accessoires de la marque Marimekko.

Pour les gourmands, des liqueurs et des confitures de baies. En Laponie, des peaux de rennes, des objets en corne, des couteaux et des tasses sâmiées taillées dans le champignon parasite du bouleau.



## GASTRONOMIE

Origine de la cuisine finlandaise : répondre aux besoins caloriques des paysans et des bûcherons, d'où des plats assez lourds et plutôt gras. Les pommes de terre accompagnent poisson, gibier ou viande. Les légumes sont rares dans l'assiette. Là-dessus se greffent des influences scandinaves à l'Ouest, russes à l'Est et américaines partout, ces dernières se traduisant par un grand nombre de fast-foods, dont l'omniprésent Hesburger, originaire de Turku.

**Le poisson**, qu'il soit grillé, fumé ou mariné, est évidemment bien représenté. Côté **saumon**, il faut goûter aux saumons fumés « à froid », plus fins que ceux « à chaud » qu'on connaît d'habitude, et surtout au *gravlax*. Ce saumon frais préparé en saumure est un plaisir populaire en Finlande.

**Le renne** (*poro*), traditionnellement servi parfois sous forme de ragoût et accompagné de purée et de confiture d'airelles. L'**élan** est nettement plus rare et plus cher que le renne. Sa viande est d'un délicat blanc rosé. Tout aussi typiques, le lagopède rôti et le corégone blanc, un savoureux petit poisson blanc de lac.



## LANGUE

Le **Finois**. Le suédois et l'anglais sont parlé couramment.



## ÉLECTRICITÉ

220 Volts. Les prises de courant sont les mêmes qu'en France.



### TELEPHONER DE FRANCE EN SUEDE :

00 358 + numéro de votre correspondant.

### TELEPHONER DE SUEDE EN FRANCE :

00 33 + numéro de votre correspondant sans le zéro débutant les 10 chiffres.

## TÉLÉPHONE

---



**Ambassade en France**  
1, Place de Finlande  
75007 Paris  
tél. +33 (0)1 44 18 19 20

## ADRESSES UTILES

---



## INFO VÉRITÉ

Les pays scandinaves sont connus pour le coût de la vie qui est assez élevé.

De la pharmacie à la banque, en passant par le rayon viande supermarché local, il vous faudra être patient car vous serez servi dans une file d'attente numérotée. Beaucoup de commerces ont un système de tickets.

Les toilettes des autocars (lorsqu'elles existent) sont fermées pour diverses raisons : sécurité des passagers (routes souvent sinueuses et escarpées) ... Cependant, l'autocar effectue des arrêts fréquents et réguliers au cours de la journée.

---