

# Norvège



## FORMALITÉS

Carte d'identité 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'assurances 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

Aucun



## POURBOIRE

Il dépend de votre satisfaction des services rendus. Il reste avant tout une récompense.



## MONNAIE CARTE DE CREDIT

La monnaie est la couronne norvégienne. 1 € = 8.78 NOK ET 1 NOK = 0,11 € (30/06/2015). 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

La Norvège est l'un des cinq pays nordiques situés au nord du continent européen. Elle est bordée à l'Est par la Suède, la Finlande et la Russie, au Nord par la mer de Barents, à l'Ouest par la mer de Norvège et l'océan Atlantique et au sud par la mer du Nord. Véritable muraille entre l'Atlantique et le reste de la Scandinavie, la Norvège s'étire sur 2 000 km du Cap Nord à l'Archipel de Mandal, à la pointe Sud Ouest. Les ¾ du pays sont occupés par des montagnes avec près d'une centaine de sommets dépassant 1 500 mètres.

**Superficie** : 390 000 km<sup>2</sup>

**La région du fjord d'Oslo** : long de 100 km, bordé de plages et de cirques naturels, le fjord d'Oslo est parsemé de 300 îles et d'une multitude d'îlots et de récifs. A voir : les sites archéologiques de l'époque Vikings. Au Nord d'Oslo : Lillehammer, ville olympique, les vallées vertes du Gudbrandsdal, le massif du Jotunheimen pays des trolls. A l'ouest, ce sont les grands fjords : Geirangerfjord, Nordjord, Sognefjord « le roi des fjords », la ville de Bergen avec ses marchés, ses musées et ses quartiers typiques. Au large de Trondheim, la côte est déchiquetée jusqu'au Cap Nord.

**Population** : 4,65 millions d'habitants qui vivent pour la plupart en milieu urbanisé. La densité de la population est extrêmement faible et de grandes parties du pays restent inhabitées.

**Capitale** : Oslo avec environ 500 000 habitants.

### QUELQUES DISTANCES :

Oslo / Bergen = 478 km

Bergen / Alesund = 378 km

Alesund / Lillehammer = 382 km



## CLIMAT

La Norvège jouit d'un climat plutôt clément par rapport à sa latitude, grâce au Gulf Stream qui réchauffe si bien la mer que même en hiver, les ports ne sont pas pris par les glaces. La saison idéale pour le tourisme est la période entre mai et septembre.

**Tableau des températures à Bergen (1) et à Oslo (2)**  
(Moyennes des températures minimales et maximales)

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
(1) 0/3	(1) -1/3	(1) 0/6	(1) 3/9	(1) 7/14	(1) 10/16
(2) -7/-2	(2) -7/-1	(2) -4/4	(2) 1/10	(2) 1/10	(2) 6/16
Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
(1) 12/ 16	(1) 12/19	(1) 9/15	(1) 6/11	(1) 3/7	(1) 1/5
(2) 13/22	(2) 12/21	(2) 8/16	(2) 3/9	(2) -1/3	(2) -4/0



## VÊTEMENTS

En été, vêtements légers pour la journée ; pull et veste chaude sont nécessaires le soir. Munissez-vous également d'un équipement confortable : imperméable et chaussures de marche.



## ACHATS

Tricots, bijoux, montres et délices locaux sont quelques-uns des objets que vous pouvez ramener de Norvège.

Le tricot a de longues traditions en Norvège. Le plus ancien ouvrage tricoté qui soit préservé remonte à une date qui se situe entre 1476 et 1525.

Certaines marques chères de montres suisses se vendent à un prix intéressant en Norvège, et sont authentiques. Beaucoup de touristes se sont aperçus qu'il est très rentable d'acheter des montres en Norvège.

L'orfèvrerie a des traditions vieilles de plus de 2 000 ans. Aujourd'hui, comme par le passé, les bijoutiers visent une qualité élevée et effectuent des contrôles qualité très stricts sur les produits qu'ils fabriquent.

Autres objets appréciés qu'on peut ramener de Norvège : trolls, étain, argenterie, porcelaine, objets en bois peint, peaux de chèvre ou de rennes, fourrures, verreries et céramiques.



## GASTRONOMIE

La cuisine norvégienne est une cuisine du Nord, qui offre traditionnellement peu de variété, tout en étant assez lourde pour que l'apport calorifique soit suffisant en hiver. On consomme beaucoup de laitages, de bons fromages, ainsi que du poisson frais sur la côte. Le gibier constitue un apport non négligeable dans la cuisine traditionnelle.

La cuisine norvégienne est surtout connue pour le saumon, l'un des meilleurs du monde. En Norvège le saumon continue à se servir fumé (roklaks), ou mariné (gravlaks). Sa couleur indique s'il est maigre ou gras. Les Norvégiens l'aiment plutôt rouge, donc gras, justifiant ainsi le traditionnel petit verre d'aquavit glacé qui l'accompagne pour la digestion.



## LANGUE

Le norvégien. L'anglais est parlé couramment.



## ÉLECTRICITÉ

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



## TÉLÉPHONE

### TELEPHONER DE FRANCE EN NORVEGE :

00 47 + numéro de votre correspondant.

### TELEPHONER DE NORVEGE EN FRANCE :

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



## ADRESSES UTILES

---

### Office du tourisme de Norvège

28 rue Bayard

75008 PARIS

Tél : 01- 53-23-00-50



## INFO VÉRITÉ

---

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

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.