

### Roumanie - Randonnée dans les Carpates

<b>Durée</b> 8 jours	<b>Places</b> 7 à 12
-------------------------	-------------------------

Itinéraire susceptible de modification en fonction de circonstances climatiques ou autres. Les guides sont aptes à décider de toute mesure nécessaire pour le bon déroulement et le confort du voyage et la sécurité des voyageurs.

### Présentation

Au coeur de la Transylvanie, mystérieuse région de Vlad l'Empaleur mieux connu sous le nom de Dracula, découverte à travers de belles randonnées, d'une contrée encore méconnue où les villes et villages regorgent de monastères et églises en bois.

Traversée des Carpates méridionales et orientales entre sentiers pédestres balisés ou plus sauvages, suivez les traces des nombreux ours de la région. Une occasion aussi de profiter de l'accueil chaleureux de ses habitants.

### Fiche technique

#### Carte d'identité

##### Nom :

Roumanie

##### Capitale :

Bucarest

##### Superficie :

238 391 km

##### Population :

21 457 116 d'habitants

##### Régime politique :

République semi présidentielle

## **Formalités :**

La carte d'identité ou le passeport doivent être en cours de validité pour les citoyens français. Pas de visa obligatoire pour les ressortissants français effectuant un séjour de moins de 90 jours.

## **Santé :**

Aucun vaccin n'est obligatoire, cependant il est conseillé d'avoir les rappels à jour.

INSTITUT PASTEUR : 03 20 87 79 80. Voyager n'est pas anodin. Nos organismes ne sont pas forcément adaptés aux conditions de vie d'autres latitudes. Pour réussir ces moments d'escapade, mieux vaut être informé, préparé. Ne pas hésiter à téléphoner à l'Institut.

HORIZONS NOMADES dispose d'une pharmacie de secours pour chaque groupe, mais il ne faut pas oublier les médicaments personnels et un minimum recommandé.

## **Devises :**

L'unité monétaire roumaine est le leu (au pluriel, lei) ou RON, sur certaines étiquettes, 1€ = 4,94 RON. Attention cependant aux légères fluctuations.

- Ne changez qu'au fur et à mesure de vos besoins.
- Si vous retirez de l'argent dans un distributeur automatique, utilisez de préférence une machine attenante à une agence bancaire.
- Évitez de changer à l'aéroport : les taux y sont très défavorables, ou alors changer une somme modique qui permettra de payer le bus ou le taxi.
- Les bureaux de change (en roumain, au singulier : casa de schimb) assurent le change à de bons taux et souvent sans commission. Très nombreux à Bucarest et dans toutes les villes touristiques. Les banques assurent aussi ce service, mais leurs horaires sont plus restreints.
- Dans la rue, à l'abord des hôtels, on peut vous proposer d'échanger au noir : cela n'a aucun intérêt puisque le cours est quasiment le même qu'à la banque. De plus, c'est interdit. Enfin, vous risquez de vous faire avoir.

ATTENTION : les billets déchirés (même légèrement) sont généralement refusés.

## **Décalage horaire :**

En été quand il est 12h00 en France il est 14h00 en Roumanie. En hiver quand il est 12h00 en France, il est 13h00 en Roumanie.

Pour d'avantage d'information: [www.horlogeparlante.com](http://www.horlogeparlante.com)

## **Électricité :**

220 volts ; prises européennes

## **Religion :**

Orthodoxes (87%), catholiques, protestants, musulmans

## **Langue(s) et ethnie(s) :**

La langue officielle est le roumain. Mais le hongrois, l'allemand et le rom sont également parlés. Le roumain est la seule langue d'origine latine parlée en Europe orientale. Elle est d'ailleurs beaucoup plus proche du latin classique que le français, l'italien, l'espagnol ou le portugais par exemple. Elle a aussi été influencée au fil des siècles par les langues slaves voisines (polonais, bulgare et serbe, notamment). Le roumain écrit est assez cohérent du point de vue phonétique, et proche de la prononciation du français.

## **Climat :**

La Roumanie possède un climat continental avec des étés chauds et des hivers parfois sévères pendant lesquels la neige est très abondante en montagne. Dans les villes, les températures varient de +33 à -15°C. Les écarts de température entre le jour et la nuit sont importants. Le Nord de la Roumanie est très pluvieux, et le sud relativement ensoleillé. La meilleure période pour visiter les Carpates va de Mai à Septembre et de Novembre à mi Avril. Au printemps, les températures sont douces et la nature en fleur. L'été est la meilleure période pour randonner dans les montagnes et rencontrer les troupeaux et les bergers. En Automne, l'été indien offre de très belles couleurs et de magnifiques lumières. En hivers, les températures sont comprises entre -5 et -20°, et l'enneigement y est important, période idéale pour la randonnée à raquettes.

Pour d'avantage d'information: [fr.news.yahoo.com/meteo](http://fr.news.yahoo.com/meteo)

## **Quand partir :**

La meilleure période pour ce voyage est d'avril à novembre

## **Géographie :**

La Roumanie se situe au sud-est de l'Europe. Elle a pour frontières l'Ukraine au Nord, la Hongrie et la Serbie à l'Ouest, la Moldavie et la Mer Noire à l'Est, et la Bulgarie au Sud. On distingue plusieurs régions :

- La Transylvanie au Nord Ouest du pays, délimitée par la chaîne montagneuse des Carpates
- La Moldavie et Bas Danube à l'Est
- La Munténie au Sud Est
- La Sévérine au Sud Ouest

## **Respect des coutumes**

Si vous êtes invité dans une famille, il est d'usage d'arriver avec un petit cadeau (fleurs ou autres). On se déchausse souvent en entrant dans les maisons et appartements.

- Si on vous offre un verre, évitez de le descendre trop rapidement, sinon on vous en sert un autre et ainsi de suite. Ne vous sentez pas obligé de finir votre assiette.
- Chez les paysans, il est préférable de s'abstenir de fumer.
- Dans les églises et monastères, soyez respectueux de l'esprit des lieux : évitez de vous promener en short et autre tenue légère. Les dames doivent absolument porter un foulard.
- Dans les campagnes, les pratiquants orthodoxes respectent encore les fêtes et traditions religieuses, par exemple le carême (post) : 45 jours avant Pâques, 45 jours avant Noël, les 15 premiers jours d'août, le vendredi. Souvent, vos hôtes n'osent pas vous imposer leur régime végétarien, mais adaptez-vous et faites leur sentir que vous êtes à l'aise et que vous souhaitez partager avec eux ces beaux moments. Les recettes du carême sont parmi les plus raffinées de la cuisine roumaine.
- Lorsque vous logez chez l'habitant, respectez vos hôtes en vous abstenant de tâches ménagères, comme le lavage du linge, le jour du repos (vendredi pour les musulmans, samedi pour les juifs et dimanche pour les chrétiens).

## **Groupe**

De 7 à 14 personnes

## **Bagages**

Il faut prévoir un petit sac à dos pour emporter vos affaires personnelles durant les journées de randonnée (crème, appareil photo, gourde..). Et un grand sac de voyage souple de 23 kg maximum mis en soute.

## **Transport**

Les vols internationaux sont assurés par des vols réguliers. Les transferts terrestres se font en minibus privé.

Pendant le vol, préférez le sac à dos pour les objets fragiles et pratiques (appareil photo, portable, livres de voyage..), la nouvelle réglementation interdit la présence de liquides.

## **Niveau**

Les balades sont faciles et sans portage. Il faut prévoir un petit sac à dos pour les affaires personnelles. (crème, appareil photo, gourde..).

## **Accompagnement**

Le circuit est encadré par un guide francophone soucieux de partager la connaissance de son pays, de maintenir la cohésion et la bonne humeur du groupe.

## **Hébergement**

Dans des hôtels, auberges et des maisons d'hôtes.

## **Gastronomie**

Selon l'endroit où vous mangez, la cuisine roumaine peut devenir l'un des points forts du voyage. La meilleure cuisine se déguste (comme partout) chez l'habitant. La cuisine familiale ne renie pas ses racines paysannes et elle est souvent rustico-robuste (le porc, la pomme de terre, la crème, lamămăliga - polenta - et le chou). Lorsqu'il y a des invités, elle peut devenir raffinée et dévoiler ses racines multiples, notamment en Bucovine : carrefour d'influences slave, juive, turque et d'inspirations locales. Chez les paysans, les produits sont sains et de grande qualité. Les périodes de jeûne orthodoxe sont encore respectées, notamment à la campagne. C'est l'occasion de se délecter de plats végétariens : crème de haricots aux poivrons confits, soupe ou pâté de cèpes, borș de fasole (haricots, mais c'est aussi une préparation à base de son), soupe de lobodă (arroche, proche de l'oseille), feuilles de tussilage farcies au riz et aux girolles, confitures, etc.

## **Eau**

Se munir de bouteilles encapsulées durant les balades.

Rappel : les boissons ne sont pas comprises dans le prix.

## **Protection des sites**

Chaque participant est responsable de la propreté des lieux de passage. Il ne faut rien laisser traîner (papiers, plastiques, ...) car l'équilibre écologique de ces endroits est fragile et la permanence des flux touristiques accroît les risques de dégradation.

## **Assurance :**

Nous vous rappelons qu'en cas d'hospitalisation sur place ou de rapatriement, vous pouvez être couvert par une assurance personnelle.

Si vous n'êtes pas couvert par cette dernière, Horizons Nomades vous propose une assurance globale qui couvre l'assistance rapatriement, l'annulation du voyage, l'interruption de séjour et les bagages. Son montant est variable en fonction du prix du voyage. Si vous disposez d'une assurance personnelle, vous pouvez souscrire une assurance « annulation » uniquement qui vous permettra d'être remboursé en cas d'annulation inattendue de votre voyage. Son montant est également variable en fonction du prix du circuit choisi. Merci de nous consulter pour plus de renseignements.

## **Pour vous inscrire**

Il suffit de compléter le bulletin d'inscription en ligne se trouvant à la fin de cette fiche technique, accompagné d'un acompte de 30% du montant total, à l'agence de Strasbourg : Horizons Nomades, 4 rue des Pucelles, 67000 Strasbourg.

## **Vêtements**

- chemises légères
- pantalons amples
- un coupe vent
- pull chaud
- robes et jupes longues

## **Chaussures**

- une paire de basket
- une paire de sandales

## **Accessoires nécessaires**

- une paire de lunettes de soleil
- un couteau multi-usages

## **Trousse de toilette**

- nécessaire de toilette : préférez des produits biodégradables.
- une crème solaire
- lait de toilette
- des serviettes humidifiées type lingettes
- baume pour les lèvres

## Pharmacie

Une pharmacie de premier secours est fournie par HORIZONS NOMADES pendant le voyage. Cependant, prévoyez une petite pharmacie individuelle:

- compresses, pansements
  - antiseptiques
  - analgésique
  - coton
  - collyre
  - pommade anti-inflammatoire
  - poudre anti-parasitaire
  - antidiarrhéiques
  - analgésiques
  - désinfectant cutané
  - répulsif anti-moustiques (en zone tropicale)
  - antibiotiques (selon avis du médecin)
  - biafine
- (ciseaux, épingles de sûreté en soute, pince à épiler en soute)

## Photo/Vidéo

Il faut penser à s'approvisionner en batteries avant le départ et à prendre des sachets plastiques pour protéger le matériel. Pour la photographie, n'oubliez pas de demander une autorisation et de remercier les personnes.

## Guides

Guide vert, Michelin 2012

## Récits, littérature, ouvrages illustrés

**La véritable histoire de Dracula**, Michèle Barbier, édition Exaequo, 2013

**Bibliothèque du voyageur : Roumanie**, éditions Gallimard, 2008

**Dictionnaire insolite de la Roumanie**, Diane Chesnais, éditions Cosmopole, 2012

**Roumanie, d'hommes et de lumières**, Olivier Bourguet, éditions Vilo, 2012

**Histoire de Transylvanie**, Jean De Maere, éditions Avant-Propos, 2014

## Carte routière

Carte nr 738 Michelin Roumanie

# Itinéraire

## Jour 1 • Paris - Bucarest - Busteni

Accueil à l'aéroport et départ immédiat vers la Vallée de la Prahova, au pied des Carpathes méridionales. Arrivée à Busteni en fin d'après midi. Dîner et nuit à dans une maison d'hôte, au pied des télécabines dans le village de Moeciu.

## Jour 2 • Moeciu - Mont Bucegi - Moeciu

Tôt le matin, départ en télécabine pour les crêtes des Monts Bucegi (2150m). Traversée du Massif en direction de l'Ouest par les sentiers faciles, puis passage par la formation rocheuse des Babele (2200m). Redescente en pente douce par la Valea Ialomita jusqu'à Moeciu. En chemin, déjeuner dans un refuge. Puis retour à l'hôtel.

## Jour 3 • Moeciu - Piatra Craiului - Moeciu

Dans la matinée, visite du Château de Bran, dit château de Dracula. Puis après le déjeuner, depuis Moeciu, découverte à pied du Massif de Piatra Craiului, aussi appelé « l'aiguille de Calcaire ». Belle randonnée d'environ 5 h nous faisant découvrir villages et hameaux parmi les plus élevés du pays. Retour à Moeciu. Dîner et nuit à l'hôtel.

## Jour 4 • Moeciu - Praid

Continuation de la route en direction des Carpathes Orientales, en Transylvanie, dans le Pays de Secule, chez les fiers descendants des colons hongrois transylvaniens. Les paysages et les reliefs changent : randonnée de 4 heures sur les crêtes surplombant les impressionnantes gorges de Bicaz et le Lac Rouge. En fin d'après midi, route pour la petite bourgade de Praid, où se trouve une mine de sel. Dîner et nuit à l'auberge.

## Jour 5 • Praid

Journée de randonnée dans les Carpathes sauvages, accompagné d'un « ranger » du Parc Régional, pour y découvrir les traces des ours et de la flore et faune sauvage de la région. Puis, dégustation de produits locaux (fromages et Tzuica, alcool de prunes présent partout en Roumanie). Retour et nuit à l'auberge.

## Jour 6 • Praid - Sibiel

Départ tôt le matin de Praid pour traverser la Transylvanie Saxonne. En chemin, visite de Sighisoara, citadelle médiévale où est né Vlad l'Empaleur, plus connu sous le nom de Dracula ! Dans l'après-midi, continuation de la route pour Sibiel, point de départ d'une randonnée d'environ 3 heures dans les Monts Cindrel. Traversant une route forestière, les sentiers mènent aux crêtes et offrent un magnifique panoramique ainsi que la rencontre avec les bergers de la région. Retour à Sibiel. En fin d'après-midi, visite du musée des Icônes Zosim Oancea qui abrite l'une des plus vastes collections d'icônes de Roumanie, avec quelque 700 pièces rassemblées par un prêtre qui passa 17 ans en prison sous le communisme pour ses actes religieux. Dîner et nuit à l'auberge.

### **Jour 7 • Sibiel - Sibiu - Bucarest**

Dans la matinée, balade dans les rues du vieux Sibiu, une des plus jolies villes de l'Europe du Sud Est. Capitale Européenne de la Culture en 2008, elle offre, sur une superficie totale ne dépassant pas les 80 hectares, une riche palette de monuments de l'architecture médiévale, renaissance et baroque, et a su conserver l'esprit et l'atmosphère des siècles révolus. Sibiu peut se prévaloir d'un ensemble de musées de grand intérêt, organisés en une douzaine d'institutions, qui soit détiennent des collections d'art et de peinture, soit se consacrent aux arts décoratifs, à l'archéologie, à l'anthropologie, à l'histoire, à l'archéologie industrielle, à l'histoire des arts et métiers, ou aux sciences naturelles. Retour vers Bucarest, arrivée dans l'après midi et tour de ville panoramique de la capitale. Dîner et nuit à l'hôtel au centre ville.

### **Jour 8 • Vol Bucarest - Paris**

En fonction de l'horaire, transfert à l'aéroport pour le vol retour.

## **Carte**