

# RANDONNÉE ET ACTIVITÉS AU COEUR DES ROCHEUSES

#### CALGARY > BANFF > KOOTENAY > YOHO > LAKE LOUISE > JASPER > CANMORE > CALGARY

Partons sur les traces des pionniers à la découverte des plus beaux parcs des Rocheuses canadiennes!

Lacs émeraudes, glaciers millénaires, prairies alpines, forêts primitives et sommets enneigés cernés de forêts de conifères s'offrent à nous au pays des grizzlis et des wapitis.

Les parcs nationaux des Rocheuses nous plongent au coeur des paysages les plus emblématiques du Canada avec la découverte des eaux thermales de Banff, le Lac Louise et les dix sommets du lac Moraine.

Nous continuons notre aventure en direction de Jasper pour admirer la beauté sereine du mont Edith Cavell, le lac Maligne, les forêts clairsemées de pins tordus et d'épinettes, le Parc National Yoho, les chutes merveilleuses de Takkakaw et Kootenay. Ces espaces idylliques sont des refuges pour l'orignal, le grizzli et le wapiti que nous aurons peut-être la chance d'observer.

Région Des Rocheuses à la

Colombie-Britannique:

l'Ouest canadien

Activité Nature-Aventure

Nos voyages en été

Trekking

© Durée 13 jours

▲ Groupe 4 à 12 personnes

☐ Prix A partir de 3 795 €

Niveau 3/5Confort 3/5Langue(s) français

# **PROGRAMME**

## ♥ Jour 1 Arrivée à Calgary



Envol pour Calgary. A votre arrivée, vous êtes accueillis à l'aéroport par votre guide. Transfert vers l'hôtel de Calgary. Le dîner et la soirée sont libres.

- Restauration : repas libres

- Transport : minibus- Hébergement : hôtel

# Jour 2 Route pour le parc national de Banff depuis Calgary



Visite de Calgary, petite ville de l'ouest campée entre les Rocheuses et les plaines et très réputée pour son festival de rodéo. En fin de matinée, transfert vers le parc de Banff. Demi-journée de randonnée à la découverte du Canyon Johnson et de ses chutes (Lower et Upper Falls) jusqu'à Ink Pot (pot d'encre). Ce sentier aménagé permet une bonne mise en jambe pour les randonnées futures. Installation en camping dans le parc de Banff en fin de journée.

2 à 4 heures de marche / Dénivelé + : 215m / Dénivelé - : 215m

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner et dîner
- Transport: minibus
- Hébergement : camping

#### Jour 3 Découverte du lac Moraine et du lac Eiffel par la vallée des Dix Pics



Départ matinal pour le secteur du Lac Moraine, voisin et moins connu que le Lac Louise mais tout aussi majestueux. Dans un premier temps nous suivons le sentier des éboulements pour profiter de l'un des plus beaux points de vue du Lac Moraine. La vue est imprenable sur la vallée des 10 pics. Puis nous rejoingnons le départ du sentier du Lac-Eiffel, qui s'embranche sur le sentier de la Vallée-Larch, et longe un des versants de la vallée d'où nous aurons une vue panoramique du lac Eiffel et de la vallée des Dix Pics. Retour en fin de journée au camping. Petit déjeuner, déjeuner et diner inclus. Inclus : Navette pour le Lac Moraine.

4 heures de marche / Dénivelé + : 400m / Dénivelé - : 400m

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner et dîner
- Transport: minibus
- Hébergement : camping

Jour 4 Découverte à pied et à cheval de la région de Banff



Après un tour du village de Banff, nous nous rendons aux sources chaudes de Banff pour une pause détente bien méritée. En fin d'apres-midi, randonnée équestre le long de la riviere Bow. Vous profitez d'une pause pour un diner western barbecue.

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner et dîner

- Transport : minibus- Hébergement : camping

# Jour 5 Randonnée sur le sentier Plaine des Six Glaciers puis route vers Lake Louise



Nous sillonnons aujourd'hui les sentiers du secteur du Lac Louise. Magnifique randonnée sur le sentier Plaine des Six Glaciers, au cours duquel nous découvrons un paysage de haute montagne avec une impressionnante série de pics et glaciers. Nous faisons une halte au salon de thé de montagne près du glacier Victoria puis nous partons nous installer en auberge à Lake Louise pour 2 nuits.

4 heures de marche / Dénivelé + : 480m / Dénivelé - : 480m

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner et dîner

- Transport: minibus

- Hébergement : auberge de jeunesse

## Jour 6 Découverte du parc national de Yoho : Iceline Trail, Takakkaw Falls et Lake Louise



Départ vers le parc national de Yoho. Nous randonnons sur l'Iceline Trail qui offre de vastes et magnifiques points de vue sur les massifs de la Colombie Britannique et de l'Alberta et permet de découvrir les 2 plus hautes chutes du Canada, Takakkaw Falls (254 m) se déversant du glacier Daly, ainsi que les spectaculaires Twin falls. Point de vue magnifique sur la vallée de Yoho et les champs de glace environnant. Au retour, nous profitons de la soirée plus calme pour nous arrêter au lac Louise, l'un des sites les plus visités et photographiés des Rocheuses.

6 heures de marche / Dénivelé + : 300m / Dénivelé - : 300m

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner et dîner

- Transport: minibus

- Hébergement : auberge de jeunesse

Jour 7 Route pour le parc national de Jasper via Icefield Parkway



En minibus, nous parcourons la célèbre route "Icefield Parkway" en direction de Jasper. En chemin, nous traversons la ligne de partage des eaux à Kicking Horse Pass: toute pluie s'écoulant à l'est de cette ligne imaginaire se déverse dans l'océan Atlantique et à l'ouest, dans l'océan Pacifique. De nombreux lacs, glaciers, forêt de conifères, cols et cascades s'enchaînent le long des 250 km de parcours, les stops sont nombreux et spectaculaires, si bien qu'il nous faudra bien 5 à 6h pour effectuer le trajet! De la route, nous aurons sûrement la chance d'apercevoir wapitis, ours noirs ou chèvres de montagne. Installation en camping en fin de journée dans le parc de Jasper pour 3 nuits.

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner, dîner

- Transport : minibus- Hébergement : camping

# Jour 8 Découverte du lac Pyramid en canoë puis à pied



Départ matinal pour Pyramid Lake avec une sortie en canoë. Ce moyen de transport vous permet d'effectuer le tour de l'île situé au milieu du point d'eau. De retour sur terre, vous effectuez une boucle qui donne accès à l'une des plus jolies vues sur la région. Avec la ville en contrebas, on aperçoit les vallées de la Miette, de la Maligne et de l'Athabasca. Un arrêt s'impose pour une photo avec les fameuses chaises rouges. Retour au camping en fin de journée.

3 heures de marche / Dénivelé +: 100m / Dénivelé -: 100m

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner et dîner

- Transport : minibus- Hébergement : camping

♥ Jour 9 **Découverte à pied du canyon et croisiere sur lac Maligne** 



Départ en matinée pour le lac Maligne. Un arrêt est prévu au Canyon du même nom. Vous randonnez environ 2h sur les sentiers du Canyon qui traversent plusieurs fois la rivière avec par endroit des chutes de 50m, tout en découvrant l'histoire géologique de la région. Vous repartez ensuite pour déjeuner au bord du lac. En après-midi, nous partons ensuite randonner sur La Mary Shaffer Loop Trail. Cette randonnée longe le lac pendant 1 km et permet une nouvelle photo avec les fameuses chaises rouges. Pour finir cette journée : départ pour une croisière sur le lac afin d'admirer Spirit Island, paysage célèbre dans le monde entier. Retour au camping en fin de journée.

5 heures de marche / Dénivelé + : 50m / Dénivelé - : 50m

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner, dîner

- Transport : minibus

- Hébergement : camping

Jour 10 Randonnée sur la Sulphur Skyline et bains thermaux de Miette



Nous rejoignons Miette Hot Springs, point de départ d'une randonnée spectaculaire sur les crêtes de la Sulphur Skyline. L'ascension assez raide sur la fin du sentier vaut le détour avec un point de vue à 360° sur les montagnes environnantes. Après la randonnée, nous nous rendons dans les trois bassins d'eau chaude naturelle de Miette Hot Springs pour un moment de détente dans un environnement incroyable. Retour au camping.

5 heures de marche / Dénivelé + : 700m / Dénivelé - : 700m

- Restauration : petit déjeuner, déjeuner et dîner

- Transport : minibus- Hébergement : camping

# Jour 11 Visite de Jasper et route vers Calgary



Visite du village de Jasper puis route à travers la promenade des Glaciers afin de rejoindre Calgary. Dîner au restaurant et nuit à l'hôtel. Fin de service du guide.

- Restauration : petit déjeuner et déjeuner, dîner

- Transport : minibus- Hébergement : hôtel

# ♦ Jour 12 Visite libre de Calgary et transfert vers l'aéroport



Temps libre à Calgary selon les horaires de vol puis vous vous rendez de façon autonome à l'aéroport de Calgary. Vous prenez votre vol vers la France.

- Restauration : petit déjeuner à l'hôtel, déjeuner et dîner libres

- Transport: minibus

- Hébergement : à bord de l'avion

# ◆ Jour 13 Arrivée en France

Vous arrivez en France le lendemain de votre départ, des souvenirs de grands espaces plein la tête.

Cet itinéraire est donné à titre indicatif. Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.

Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par d'autres entreprises du groupe altaï : 66°Nord, Atalante le spécialiste du trek, et Huwans, le spécialiste du voyage d'aventure.

# **DATES & PRIX**

# Départs pour les groupes parlant français :

Du	Au	Prix par personne	Garanti	Inscription
06/07/2024	18/07/2024	3795€	Non	
20/07/2024	01/08/2024	3795€	Non	
03/08/2024	15/08/2024	3795€	Non	

Code voyage: UCAW1

# Le prix comprend

- Transport en mini-van de 15 places avec guide-chauffeur du jour 1 au jour 13
- Encadrement par un guide chauffeur canadien francophone ou français (suppléé par un deuxième guide si le groupe est supérieur à 8 personnes)
- Hébergement tel qu'indiqué au programme
- Les repas indiqués au programme
- Les frais d'entrée dans les parcs nationaux
- Les frais de camping
- La location d'un équipement de camping complet (à l'exception du sac de couchage)

# Le prix ne comprend pas

- Transport aérien
- Dépenses personnelles
- Les boissons alcoolisées
- Les repas non inclus (10 à 25 CAD / repas)
- Douches dans certains campings (1\$-2\$ CAD /douche)
- Pourboires aux guides (4\$ à 5\$ par jour pour chacun)
- Sac de couchage

# Remarques

#### Les options:

- Sources chaudes de Banff : environ 6€ à payer sur place.
- Sources chaudes de Miette : environ 6€ à payer sur place.
- Sources chaudes d'Upper : environ 6€ à payer sur place.
- Croisière à Spirit Island: environ 55€ à réserver et payer sur place (environ 1h30).

# **Assurance**

Pour tout connaître des assurances voyages d'Altaï: https://canada.altaibasecamp.com/fr/assurance

# **INFOS PRATIQUES**

# **Encadrement**

Vous serez encadrés par un guide-chauffeur francophone. Il est important de noter que celui-ci attend de vous une participation active à la préparation des repas et à l'installation du campement.

## **Alimentation**

*Repas*: Lors des nuitées en camping, tous les repas sont inclus. Le matin, nous offrons un petit déjeuner, un pique-nique le midi et un repas chaud est préparé le soir avec des produits locaux. Nombreuses grillades sur feu de camp ou BBQ. Le matériel de cuisine et les couverts sont fournis par nos soins. Votre aide sera la bienvenue lors de la préparation des repas. Notons que les repas ne sont pas inclus en ville.

Boissons: N'oubliez pas que vous bénéficiez de produits détaxés à l'aéroport d'embarquement. Une bouteille d'alcool est toujours la bienvenue pour l'apéro après une bonne journée de marche. Il y aura des arrêts prévus pour acheter des boissons au cours du voyage. Elles ne sont pas incluses dans le prix.

# Hébergement

Nous avons prévu plusieurs types d'hébergement : auberge et camping comme indiqué au programme.

# Déplacement et portage

Pour les transferts de parc en parc et de village en village, nous utilisons un minibus 15 passagers confortable. Les bagages sont transportés à l'intérieur du minibus ou dans une remorque tirée par le minibus selon le nombre de participants.

# **Budget et change**

La carte de crédit Visa et Mastercard sont acceptées quasiment partout. Vous pouvez l'utiliser pour régler vos achats et vos repas ou retirer de l'argent. Vous pourrez aussi changer des euros.

1 CAD = 0,70 EUR

#### **Pourboires**

Aux États-Unis et au Canada, le service n'est jamais compris dans les prix. Dans les bars, restaurants et tous les endroits où un service vous est fourni, il est attendu que vous laissiez un pourboire compris entre 15 et 20% du montant global. Sachez que beaucoup d'employés dans les métiers de service ne se rémunèrent qu'avec les pourboires (tip). Il serait très mal perçu de ne rien donner, ou de ne pas donner assez. Même lors de paiement par Carte bancaire, vous indiquerez le montant du pourboire que vous souhaitez laisser.

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue. Pour le Canada, prévoir de 5\$CAN/pers/jour.

# **Equipement fourni sur place**

Nous fournissons:

- Les tentes :

Tentes dômes. Malgré une capacité pour 3 personnes, nous avons choisi de n'y installer que 2 participants, pour vous offrir davantage de confort

- 1 matelas auto-gonflant par personne
- 1 tarp (toile en guise d'abri) pour le groupe
- Les ustensiles de cuisine et couverts

# **Equipement indispensable**

De la tête aux pieds

#### Pour la tête:

• bonnet, cagoule en polaire casquette ou chapeau

#### Pour le buste :

- sous-vêtements respirants en fibres synthétiques
- chemise en fibres synthétiques respirantes
- polaire
- veste imperméable et respirante dotée d'une membrane de type Gore-Tex
- un poncho ou une cape de pluie

#### Pour les jambes:

- pantalon de randonnée synthétique et respirant
- shorts
- maillot de bain
- collants synthétiques pour faire un appoint de chaleur

#### Pour les mains:

• gants en polaire

#### Pour les pieds :

- Chaussettes en fibres synthétiques
- chaussures de randonnée tige haute
- sandales de randonnée

#### Pour dormir:

• Sac de couchage avec garnissage en duvet de préférence, de forme sarcophage. Température de confort conseillée: -10°C.

## **Matériel**

- Trousse de toilette : savon et shampoing biodégradables, brosse à dent, dentifrice biodégradable
- Serviette de toilette en micro-fibres
- Paire de lunettes de soleil
- Crème de protection solaire (visage et lèvre)
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange
- Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion)
- Gel hygiénique

## **Equipement utile**

- Pochette étanche pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carnet de vaccination votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements
- Sac à linge sale Boules Quiés Bloc notes et stylo, livre, jeu de carte...
- Bâtons de marche (facultatifs). Ils sont d'une aide précieuse pour économiser vos genoux à la descente (jusqu'à 30% de votre poids + celui de votre sac sont supportés par les bâtons) et soutenir votre effort à la montée (les bras aident en plus des jambes)
- Paire de jumelles
- Appareil photo et chargeur de batterie
- Adaptateur pour prise électrique
- 10 mètres de cordelette fine (2mm) pour étendre votre linge en bivouac

## **Bagages**

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs. Évitez les sacs rigides et les valises. Limitez le poids au maximum.

#### Prévoir:

• un sac de voyage souple avec fermeture éclaire latérale donnant plus facilement accès à son contenu qu'un sac marin. Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utiliserez pas pendant la journée

• un petit sac à dos (contenance environ 40L) pour vos affaires de la journée pull, tee shirt de rechange, gourde, lunettes, piquenique du midi etc.

Au cas où, veuillez à prévoir en cabine de quoi "survivre" les premiers jours en cas de retard de votre bagage en soute (brosse à dent, tee-shirt, chaussures de marche aux pieds etc).

#### **Pharmacie**

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence.

Il est néanmoins recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie:

- Crème solaire hydratante corps et lèvres
- Elastoplast et ciseaux
- Vitamines C
- Collyre
- Doliprane et/ou aspirine
- Antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix)
- Pommade cicatrisante et antiseptique local
- Antibiotique courant (facultatif)

Hygiène: L'eau est potable au Canada. Dans les régions reculées, le guide fournira des pastilles pour purifier l'eau ou des bidons d'eau potable.

# **Passeport**

Formalités consulaires pour les ressortissants de l'Union européenne et de la Suisse:

Dès votre inscription, merci de nous communiquer vos coordonnées de passeport (Nom - Prénom - Date de naissance - N° de passeport - Date d'émission et date d'expiration).

Actuellement pour un séjour touristique de moins de six mois, il n'y a pas d'obligation de visa et le passeport en cours de validité suffit, avec une validité dépassant d'au moins un jour votre séjour au Canada.

Les voyageurs doivent impérativement obtenir avant le départ une autorisation de voyage électronique (A.V.E.) pour entrer au Canada. Il vous faut compléter le formulaire en ligne de manière individuelle (une demande par personne) sur le site http://www.cic.gc.ca/francais/visiter/ave.asp

Il est nécessaire d'avoir une adresse électronique valide. Les frais de 7 CAD sont payables par carte bancaire Visa, Mastercard ou American Express. L'AVE est accordée en quelques minutes mais nous vous recommandons d'effectuer votre demande aussitôt votre voyage confirmé. L'AVE est un document électronique lié au passeport et qui demeure valide pendant 5 ans ou jusqu'à l'expiration du passeport, selon la première de ces éventualités à survenir. Vous devez donc voyager avec le passeport déclaré lors de la demande AVE.

ATTENTION: Pour les femmes françaises, l'AVE doit obligatoirement être créée avec le nom de jeune fille. De ce fait, pour faciliter l'enregistrement à l'aéroport, nous demandons aux voyageuses au Canada de renseigner leur nom de jeune fille pour la réservation de leur billet d'avion.

#### Vous voyagez avec des enfants:

Les enfants sont soumis aux mêmes obligations de passeport et de visa que les adultes, décrites ci-dessus. L'inscription de mineurs sur les passeports des parents est désormais impossible, les mineurs doivent être titulaires d'un passeport individuel. Il faut obligatoirement faire une demande d' AVE pour chaque enfant.

ATTENTION, à partir du 15 janvier 2017, une autorisation de sortie de territoire, pour tout mineur français voyageant à l'étranger sans ses deux parents, sera obligatoire.

L'enfant devra présenter les 3 documents suivants :

- Passeport valide du mineur
- Photocopie du titre d'identité valide ou périmé depuis moins de 5 ans du parent signataire et de l'acte de naissance
- Formulaire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale, disponible sur le site https://www.service-

Pour les autres nationalités, se renseigner auprès des autorités consulaires du Canada dans votre pays.

#### ARRIVÉE AU CANADA VIA UN TRANSIT PAR LES USA:

ATTENTION, nous pouvons de façon exceptionnelle utiliser des compagnies américaines pour les voyages à destination du continent américain (nord et sud).

Celles-ci font escale aux Etats-Unis : vous devez être en possession d'un passeport électronique ou biométrique valide 6 mois après la date de sortie des Etats-Unis (sous le mot passeport, se trouve un symbole sécurisé, un cercle à l'intérieur d'un rectangle).

Vous devez également demander une autorisation de voyage électronique (ESTA) sur le site officiel https://esta.cbp.dhs.gov. Valable pour une durée de deux ans ou jusqu'à expiration du passeport, cette autorisation doit être demandée au plus tard 72h avant le départ; nous vous recommandons d'en faire la demande dès la confirmation de votre voyage. L'ESTA est payante (14 USD à payer en ligne par carte bancaire). Le nom que vous renseignez sur le formulaire ESTA doit être le même que celui figurant sur vos billets d'avion et doit bien sûr apparaître sur votre passeport. Si le nom utilisé sur le formulaire ESTA est différent de celui de votre billet d'avion, votre embarquement sera refusé par la compagnie aérienne. Les mineurs doivent également solliciter l'autorisation ESTA.

Le programme d'exemption de visa (Visa Waiver Program - VWP) permet aux ressortissants français d'accéder sans visa au territoire américain, soit en transit, soit pour un séjour de 90 jours maximum. Un visa est néanmoins nécessaire si vous n'avez qu'un passeport délivré en urgence. Par ailleurs, les voyageurs qui se sont rendus en Iran, Irak, Syrie, Libye, Somalie, Yémen ou Soudan depuis le 1er mars 2011 et les personnes ayant la nationalité iranienne, irakienne, syrienne ou soudanaise ne peuvent plus bénéficier du régime d'exemption de visa : plus d'informations sur http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/etats-unis/

#### ARRIVÉE AUX USA OU TRANSIT PAR LES USA:

A l'arrivée, les services de l'immigration prendront une photo de votre visage et vos empreintes digitales. Il faudra patienter derrière la ligne jaune et ne pas la franchir si vous n'y êtes pas invité, cela peut durer un certain temps. Les contrôles de douane se feront au premier point d'entrée sur le territoire (en cas de transit par un aéroport canadien, celui-ci sera considéré comme point d'entrée aux Etats-Unis et la procédure suivante devra être respectée). Un fois l'immigration passée, vous récupérerez vos bagages sur les tapis roulants et vous devrez vous rendre à la douane. En cas de continuation aérienne, vous devrez récupérer vos bagages et les apporter aux tapis-bagages qui desservent

## Climat

Le printemps est une saison pluvieuse dans la plus grande partie du Canada. Le jour, les températures montent régulièrement mais les nuits demeurent fraîches. La température moyenne le jour avoisine les 12°C en mars, avril et début mai. L'été commence officiellement le 21 juin mais pour la plupart des Canadiens, juillet et août sont les vrais mois d'été. La température est chaude dans la plupart des régions du pays. Dans le sud, elle se maintient normalement au-dessus des 20°C le jour et peut parfois dépasser les 30°C. L'automne commence en septembre. La température fraîchit et les feuilles de nombreux arbres changent de couleur et tombent. Cette saison peut aussi être très pluvieuse. Dans certaines régions, en particulier dans le nord et en montagne, il peut commencer à neiger vers fin octobre. Le jour, les températures normales varient entre 10 et 12°C dans la plus grande partie du pays.

Contrairement à l'Europe, les saisons sont très marquées au Canada. Les températures peuvent monter au-dessus de 30°C en été et descendre au-dessous de -30°C en hiver. En fait, le climat canadien change beaucoup d'une région et d'une saison à l'autre. Le Canada s'étend effectivement de l'océan Atlantique à l'océan Pacifique et se trouve sur la même latitude que Rome à son point le

plus au sud, d'où il se rend jusqu'en Arctique.

Pour connaître le climat actuel et les conditions météorologiques par province et par territoire, visitez le site Web d'Environnement Canada (www.meteo.gc.ca) ou de Météo Média (www.meteomedia.com).

Printemps :Le printemps arrive dès le mois de février sur la côte ouest. Dans le reste du Canada, le temps commence à se réchauffer au début d'avril, et le doux climat de printemps dure jusqu'en juin.

Été:Les étés au Canada apportent des températures tièdes à chaudes de la fin mai à la fin septembre. Les chaleurs de l'été durent de juin à août, et juillet est souvent le mois le plus chaud.

Automne :L'automne apporte d'agréables températures fraîches, particulièrement en septembre et en octobre. Il s'agit du meilleur temps de l'année pour admirer la beauté spectaculaire des feuilles d'automne dans l'Est du Canada, faire de longues promenades en profitant de l'air vivifiant.

Hiver : Une grande partie du Canada se recouvre d'un manteau blanc durant l'hiver, où les températures descendent généralement sous le point de congélation, et les chutes de neige commencent vers la fin octobre. Les hivers sont toutefois très doux sur la côte ouest, où le peu de neige qui tombe ne reste pas longtemps.

# Electricité

Comme partout en Amérique du Nord, le courant est de 110 volts (60 cycles). Les nouveaux appareils électriques sont souvent capables de s'adapter eux-mêmes au courant 110 volts. Il est préférable de vérifier avant le départ si votre appareil électrique est équipé d'un transformateur de courant. En général, il s'agit d'un boitier noir qui est situé entre la prise électrique et votre appareil. Si votre appareil ne supporte pas le courant 110 volts, il faudra alors vous munir d'un transformateur de courant vendu séparément. Les fiches électriques étant plates, il vous faudra un adaptateur pour pouvoir brancher votre appareil. Vous le trouverez facilement sur place ou avant de partir dans une boutique d'articles de voyage. Un sac étanche de type Zip Lock est un bon moyen de garder son matériel électronique au sec.

# Heure locale

Il y a 8h de décalage entre la France et Calgary. Lorsqu'il est midi à Paris, il est 4h du matin à Calgary.

# Tourisme responsable

Altai oeuvre depuis toujours pour un tourisme plus responsable et s'inscrit dans une démarche d'organisation de voyages respectant des principes équitables et durables.

L'harmonisation des pratiques assure:

- Une juste répartition des retombées économiques
- L'amélioration des conditions de travail des équipes locales et leur sensibilisation à la protection de l'environnement
- L'information des voyageurs au respect des populations locales et de l'environnement et le recueil de leurs ressentis à leur retour

Adoptez, vous aussi, des gestes simples lors de vos voyages et agissez ainsi en faveur d'un tourisme responsable :

- Évitez de laisser des déchets derrière vous : déposez les dans des poubelles ou ramenez les avec vous
- Utilisez l'eau potable avec parcimonie (préférez les douches aux bains et signalez les fuites) et évitez de la gaspiller (préférez les savons biodégradables pour vous laver etc.)
- Évitez de dégrader des sites culturels : ne touchez pas les statues, ne déplacez pas pierres et objets etc.
- Préférez les échanges aux dons (des cadeaux trop importants au vu du niveau de vie du pays peuvent déstabiliser l'équilibre économique local)
- En balade, notamment dans certains écosystèmes fragiles, observez la faune à distance, ne sortez pas des sentiers, limitez le piétinement et ne rapportez pas de « souvenirs » : renoncez à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles etc.
- Dans certains hôtels, vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé pour éviter la surconsommation énergétique et les émission de gaz à effet de serre de la couper systématiquement lorsque vous n'êtes pas

