

lonely planet

Suède

Des
randonnées
mythiques
Sur les traces
des Vikings
Le design
suédois

Les quatre sections de ce guide

Préparer son voyage

Les expériences incontournables, les itinéraires et de nombreuses idées inspirantes



Sur la route

Des conseils pour découvrir la destination, vivre des expériences locales, tester les meilleurs restaurants...



Carnet pratique

Toutes les informations pratiques essentielles dont vous avez besoin pour votre voyage



Comprendre

Les particularités à connaître et l'histoire de la destination racontées de manière originale et vivante



Suède



Marc Di Duca, Anthony Ham et Nanjala Nyabola



DT/LAN WINTER/SHUTTERSTOCK ©

Lac Siljan (p. 120)

SOMMAIRE

Préparer son voyage

Le voyage commence ici	4
Carte de la Suède	6
Expériences incontournables	8
Villes et régions	22
Itinéraires	24
Quand partir	32
Avant de partir	34
À table !	36
Activités de plein air	39

Sur la route

Stockholm et ses environs	46
Gamla Stan, Södermalm et environs.....	52
Norrmalm et Kungsholmen.....	66
Östermalm, Ladugårdsgärdet et environs.....	74
Djurgården et Skeppsholmen.....	80
Vasastan et ses environs.....	87
Archipel de Stockholm	92
Arrière-pays de Stockholm	97
Notre sélection pour dormir.....	102
Uppsala et le Centre	105
Uppsala.....	110
Environs d'Uppsala.....	116
Lac Siljan.....	120
Environs du lac Siljan.....	124
Örebro.....	127

Environs d'Örebro.....	131
Notre sélection pour dormir.....	135

Göteborg et le Sud-Ouest

Göteborg.....	142
Environs de Göteborg.....	155
Côte du Bohuslän.....	159
Environs de la côte du Bohuslän.....	166
Varberg.....	171
Notre sélection pour dormir.....	173

Malmö et le Sud

Malmö.....	180
Environs de Malmö.....	192
Lund.....	195
Environs de Lund.....	198
Ystad.....	200
Environs d'Ystad.....	203
Notre sélection pour dormir.....	206

Gotland et le Sud-Est

Visby.....	214
Environs de Visby.....	221
Öland.....	223
Environs d'Öland.....	228
Vadstena et le canal Göta.....	231
Environs de Vadstena et du canal Göta.....	236
Notre sélection pour dormir.....	240

Jämtland, côte botnique et Laponie

Östersund.....	243
Environs d'Östersund.....	251
Umeå.....	257
Environs d'Umeå.....	259
Jokkmokk.....	264
Environs de Jokkmokk.....	268
Kiruna.....	272
Environs de Kiruna.....	276
Notre sélection pour dormir.....	284

Carnet pratique

Arriver en Suède	288
Comment circuler	290
Hébergement	291
Argent	292
Avec des enfants	293
Santé et sécurité	295
Manger, boire et sortir	296
Voyage responsable	298
Voyageurs LGBTQI+	300
Voyage et handicap	301
Les aurores boréales	302
Bon à savoir	303
Langue	304

Comprendre la Suède

Une histoire de la Suède en 15 lieux	308
À la rencontre des Suédois	314
Les Sami	316
Les best-sellers de la littérature suédoise	320
Les Icehotels suédois	322
La Suède durable	324
Le design : une passion suédoise	326
Index	328



Parc national de Tyresta (p. 101)

SUÈDE

LE VOYAGE COMMENCE ICI

La Suède, c'est 450 000 km² de lacs, de cours d'eau, de montagnes, de forêts, de plages et d'îles : des atouts irrésistibles pour qui, comme moi, apprécie le grand air. La côte du Bohuslän et ses milliers d'îles constituent un véritable paradis pour kayakistes, surtout que l'on y pagaie accompagné du chant des oiseaux marins. La lumière sur cette côte ouest me rappelle ma région natale, dans le nord-est de l'Angleterre. J'aime me sentir presque seul au monde lorsque j'arpente les étendues sauvages et les sentiers peu fréquentés de la nature suédoise, même si les amateurs de randonnée y sont plus nombreux ces dernières années. Mais l'engouement récent pour cette activité n'entrave en rien les caractéristiques de ces vastes espaces peu peuplés, à l'atmosphère apaisante, où l'on peut échapper à la frénésie du quotidien.

Marc Di Duca

[@marcdiduca](#)

Auteur de guides depuis près de 20 ans, Marc a couvert des destinations variées pour Lonely Planet, comme la Sibérie et le Brésil.



Mon expérience préférée
(montagnes et lacs suédois

mis à part) consiste à savourer un roulé à la cannelle et un café dans un établissement de Göteborg, comme le Cafe Husaren (p. 146), installé bien au chaud par une froide journée d'hiver.

SUR LE TERRAIN

Nos auteurs présentent les lieux qui, pour eux, incarnent le mieux la Suède.

KIRK FISHER/SHUTTERSTOCK ©



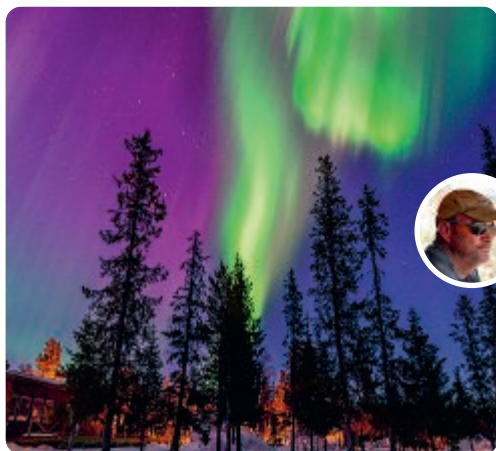
Pas étonnant que l'île de **Djurgården** (p. 80) ait été le terrain de jeu de la famille royale, avec ses superbes jardins luxuriants qui forment une oasis de tranquillité dans la ville, même en haute saison. Elle compte d'excellents musées, dont le Nordiska Museet et Skansen (p. 82 ; photo), mais on peut simplement s'y promener, admirer les œuvres d'art publiques et profiter de la nature. L'île est parfaite pour faire une pause au bord de l'eau, en regardant passer les bateaux.

Nanjala Nyabola

[@nanjalaone](#)

Nanjala est non seulement auteure mais aussi joggeuse, motarde, et elle s'adonne parfois à l'escalade.

PAPY/SHUTTERSTOCK ©



J'aime les paysages sauvages du nord de la Suède, région de laquelle je suis à nouveau tomber amoureux lors de ce voyage. **Kiruna** (photo ; p. 272) donne accès à des terres où l'on peut monter à dos de cheval islandais ou, en été, randonner dans des espaces naturels qui comptent parmi les mieux préservés du nord de l'Europe. En hiver, rien ne vaut une balade en traîneau à chiens dans la taïga avant d'admirer les aurores boréales à Abisko (p. 276).

Anthony Ham

[anthonyham.com](#)

Anthony est auteur de voyage, spécialisé dans les régions sauvages du monde entier, des déserts de l'Afrique à l'Amazonie, en passant par le cercle polaire scandinave. Il a également rédigé deux romans non fictionnels.

MER
DE NORVÈGE

Arvidsjaur

Jokkmokk

Participez aux courses de
jeunes du marché d'hiver
à Jikkim (p. 264).

Göteborg

Admirez les œuvres d'art de renommée mondiale du Konstmuseum (p. 136).

Sigtuna

Apprenez la plus vieille rue de Suède dans la bourgade la plus ancienne du pays (p. 118).

Archipel de Stockholm

Parcourez d'île en île et découvrez art, histoire et littérature (p. 92).

Vadstena

Laissez-vous éblouir par le majestueux château de Vadstena (p. 233).

Simrishamn

Lancez-vous sur un sentier de randonnée cycliste longue distance à partir de cette petite ville portuaire (p. 204).

Malmö

Émerveillez-vous devant l'architecture du Turning Torso (p. 180).

Péninsule de Falsterbo

Observez des milliers d'oiseaux en pleine migration (p. 194).



RANDONNER EN SUÈDE

Sentiers côtiers vertigineux, chemins traversant pinèdes ou bois, pistes de montagne ou au fond de vallées, prodiguant des vues grandioses : en Suède, on peut parcourir des milliers de kilomètres. Outre les nombreuses randonnées et ascensions à la journée, le pays présente beaucoup de sentiers longue distance parsemés de refuges, qui les rendent plus facilement réalisables. Procurez-vous des cartes topographiques avant le départ.



Droit de libre accès à la nature

L'*Allemansrätten* (allmansratten.se) donne accès aux parcs nationaux, réserves naturelles et terrains privés (à condition de rester à au moins 70 m des habitations).



Saison des randonnées

La période la plus propice court de fin juin à mi-septembre (période plus étendue au sud), quand les chemins ne sont, pour la plupart, pas enneigés. Les moustiques sont féroces, mais disparaissent vers la mi-août.



Zéro déchet

Si vous bivouaquez, remportez vos déchets, enfouissez vos excréments loin des sources d'eau, éteignez vos feux de camp et ne dérangez pas la faune et les zones de nidification marquées de panneaux "*fågelskydd* – *tillträde förbjudet*".

DEPUIS LA GAUCHE : JENS OTTOSON / SHUTTERSTOCK ©, SEBASTIAN / SHUTTERSTOCK ©, LUKAS JUCCAS / SHUTTERSTOCK ©



NOTRE SÉLECTION

Partez en expédition sur le sentier longue distance le plus célèbre et le plus accessible de Suède, le **1 Kungsleden** (p. 278). Montagnes, vallées et forêts époustouflantes sont au rendez-vous.

Rejoignez en bateau le **2 Padjelantaleden** (p. 269), moins fréquenté, pour plusieurs jours de randonnée le long de montagnes et lacs immaculés et de vallées marécageuses.

Explorez les pistes de Höno, arpentez une réserve naturelle sur Rörö et baladez-vous sur les plages de Brännö dans l'**3 archipel de Göteborg** (p. 155).

Découvrez les falaises, baies et villages de la côte botnique en empruntant le **4 Höga Kusten Leden** (p. 262).

Gravissez le **5 Kebnekaise** (p. 283), point culminant du pays : s'offrent alors à vous des paysages variés, avec vallées fluviales, forêts, pentes rocheuses et points de vue grandioses sur les montagnes et glaciers.



CULTURE SAMI

Seul peuple autochtone d'Europe, les Sami comptent parmi les premiers habitants de Suède. Aujourd'hui, le stéréotype du Sami berger nomade de rennes a fait place à une réalité plus moderne. Certains pratiquent encore l'élevage et migrent au gré des saisons, mais d'autres sont orfèvres ou programmeurs informatiques. Plongez au cœur de la culture sami traditionnelle en passant une nuit dans un élevage de rennes, en flânant sur le marché le plus exubérant de Scandinavie et dans de passionnants musées.



Sámi Duodji

Le label Sámi Duodji identifie des objets d'artisanat sami de qualité, dont des articles de maroquinerie, des étoffes, des *gukse* en bois (coupes à boire), des pièces d'orfèvrerie et des couteaux à fourreau et à manche en corne de renne gravée.



Langues

De la famille des langues finno-ougriennes, dix langues sames distinctes sont parlées dans le Sápmi (terres ancestrales des Sami au nord de la Suède, de la Norvège, de la Finlande et de la péninsule russe de Kola).



Joik

Pierre angulaire de l'identité sami, le *joik* est un poème ou chant rythmique composé pour une personne, un événement ou un objet en particulier, pour en décrire l'essence.

DEPUIS LA GAUCHE : MABLEBY/GETTY IMAGES © JOUKO ESKELINEN/500PX/GETTY IMAGES © KUZNETSOVA JULIA/SHUTTERSTOCK ©





NOTRE SÉLECTION

Participez à une course de rennes, achetez des objets *duodji* ou profitez simplement de l'atmosphère du **1** **marché d'hiver de Jokkmokk** (p. 264).

Croyances traditionnelles, conséquences de la production d'énergie hydroélectrique, élevage de rennes : découvrez la culture sami à l'**2** **Ájtte Museum** (p. 267), à Jokkmokk.

Avec le prestataire sami **3** **Ofelaš** (p. 281), traversez la toundra et la forêt à l'ombre du Kebnekaise sur un cheval islandais.

Dormez dans une *kåta* (hutte en bois) avec une famille d'éleveurs traditionnels de rennes du **4** **camp de Båtsuoj** (p. 271) et goûtez au renne grillé.

Au **5** **Silverbuseet** (p. 270) d'Arjeplog, observez la plus grande collection d'objets sami en argent au monde, avec notamment des colliers transmis de mère en fille.



NOTRE SÉLECTION

Explorez l'île de
1 Gotland (p. 208) :
 majoritairement plate,
 elle jouit d'un excellent
 réseau de pistes cyclables.
 Ponctuée de pierres
 runiques et de phares, elle
 offre des paysages très
 variés.

Pédalez sur les 270 km du
2 Sydostleden (p. 204)
 qui relie Simrishamn
 (Scanie) à Växjö (Småland).
 Visitez des châteaux et un
 repaire de contrebandiers
 du XIX^e siècle, et dégustez
 de la vodka.

Dévaldez les pentes du
3 Åre Bike Park (p. 251) :
 le plus grand terrain de
 VTT de Suède offre 35 km
 de pistes, 17 sentiers et un
 dénivelé raide de 900 m.

Visitez Stockholm et ses
 environs à deux-roues
 avec **4 Stockholm
 Adventures** (p. 71).

Louez un vélo à Göteborg
 et prenez un ferry pour
5 Brännö (p. 155) où vous
 aurez loisir de profiter de
 ses sentiers cyclables.



LA SUÈDE À VÉLO

La Suède est idéale pour le vélo, notamment la Scanie et l'île de Gotland. La plupart des villes sont pourvues de loueurs de vélos classiques et électriques. La meilleure saison pour pédaler va de mai à septembre dans le Sud, et de fin-juin à août dans le Nord.



Dans les transports en commun

Les bus longue distance n'acceptent pas les vélos, mais les trains Sveriges Järnväg (SJ) les autorisent s'ils sont pliables et transportés en bagage à main. Certains ferrys les transportent gratuitement.



Pistes cyclables longue distance

La Kustlinjen (591 km) est une piste qui part d'Öregrund (Uppland) et longe la mer Baltique jusqu'à Västervik. Le Skånespåret est un réseau développé de pistes cyclables qui s'étend sur 800 km. Entre Helsingborg, au sud, et Karesuando, au nord, le Sverigeleden est bien signalisé tout au long de ses 2 600 km de sentiers cyclables et de routes revêtues.

DEPUIS LA GAUCHE : I. LET IDEAS/COMPETE/FLICKR/CC BY 2.0 DEED © LASSÉ JOHANSSON/SHUTTERSTOCK ©



Frisson du vertige

En été, certaines stations de ski se transforment en parcs pour VTT : les télésièges sont munis de porte-vélos et des cyclistes bien équipés dévalent les pentes à grande vitesse.



NOTRE SÉLECTION

Laissez-vous hypnotiser par l'intérieur opulent du **1 Kalmar Slott** (p. 228), un château Renaissance doté de tourelles de conte de fées qui surplombe le détroit de Kalmar.

Admirez l'imposant **2 Vadstena Slott** (p. 233), héritage du roi Gustave I^{er}, en bord de lac.

À environ 70 km de Stockholm, la jolie bourgade de Mariefred attire les foules en été grâce à son majestueux château, le **3 Gripsholm Slott** (p. 99) de 1370, fort de tourelles, flèches et d'un pont-levis.

Au nord de Lidköping, le baroque **4 Läckö Slott** (p. 168) a été édifié au XVII^e siècle sur les ruines d'une construction encore plus ancienne (XIII^e siècle).

Chassez les fantômes dans la forteresse médiévale de **Glimmingehus** (p. 205), près d'Ystad, et ne manquez pas d'observer ses fausses portes, ses douves et son pont-levis.

Gripsholm Slott (p. 99)

CHÂTEAUX CAPTIVANTS

Dans la campagne et sur la côte de la moitié sud du pays, les châteaux forts et cités médiévales témoignent du pouvoir militaire passé de la Suède. Avant sa neutralité stratégique au XX^e siècle, le pays a connu des guerres fréquentes avec ses voisins, le Danemark, la Norvège et la Finlande. La plupart des châteaux sont aujourd'hui ouverts aux visiteurs.

Le plus vieux château de Suède

Sur le lac Vättern se dressent les ruines du château de Näs, premier et plus ancien château impérial de Suède, détruit par un incendie en 1318.

Île fortifiée

Malgré l'emplacement de l'île au cœur du lac Mälaren, le château de Tynnelsö fut assiégé et conquis lors de la guerre suédoise de libération (XVI^e siècle).



AVENTURE HIVERNALE

En hiver, les Sami utilisent beaucoup le traîneau à chiens pour se déplacer. Participez à des excursions aux commandes de votre propre attelage de huskys,

l'idéal pour découvrir les contrées sauvages aux abords des villes du Nord. Pour des escapades plus courtes, il est aussi possible de s'équiper de traîneaux à rennes ; et pour les lieux les plus difficiles d'accès,

il est préférable d'embarquer pour un safari à motoneige. La plupart de ces expéditions permettent aussi d'admirer les aurores boréales (p. 302).

Certaines réjouissances hivernales se pratiquent partout en Suède, comme le bain de glace ou le ski.



Location et excursions à motoneige

Pour louer une motoneige, il faut posséder un permis de conduire et un permis délivré par l'office de tourisme. Pour un safari, il est moins cher d'engager un pilote expérimenté.



Le choix des skis

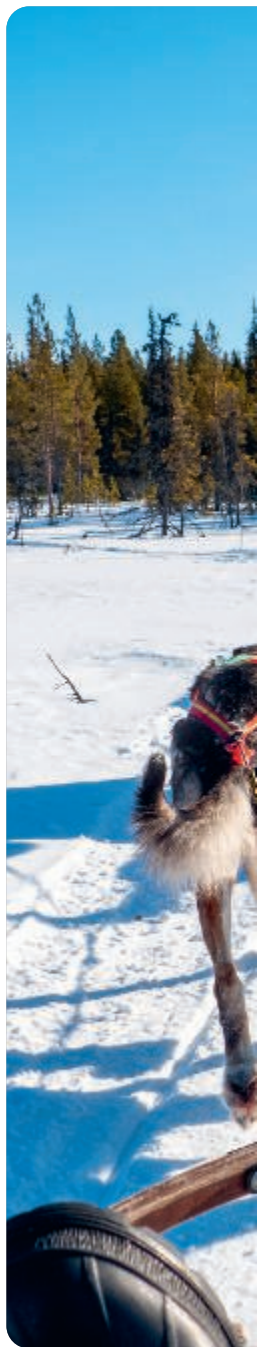
Étroits, les skis de fond sont conçus pour les pistes damées, mais les skis de randonnée (skis nordiques), larges et munis de bords métalliques, conviennent aux terrains vierges et aux montées.



La saison des neiges

De décembre à avril, c'est la saison des traîneaux à chiens et à rennes, et de la motoneige. Avec, toutefois, plus de lumière du jour à partir de fin-février. Conduite sur glace en février.

DEPUIS LA GAUCHE : ROBERT NYHOLM/SHUTTERSTOCK ©, HENRIK A. JONSSON/SHUTTERSTOCK ©, NOWACZYK/SHUTTERSTOCK ©





NOTRE SÉLECTION

Faites ronfler le moteur d'une voiture rapide sur les pistes gelées près de **1 Arvidsjaur** (p. 270).

Partez en excursion de plusieurs jours tiré par des huskys avec **2 Nymånen** (p. 270), près d'Arvidsjaur.

Prenez un bain de glace revigorant avant de vous réfugier dans un sauna sur la plage de **3 Ribersborgs Stranden** (p. 186), à Malmö.

Dévaldez les pistes de **4 Åre** (p. 251). Plus grande station de ski suédoise, elle compte 38 remontées mécaniques et plus de 100 pistes adaptées à tous les niveaux.

À Arvidsjaur, prenez vos marques au guidon d'une **5 motoneige** (p. 270). Déjà expérimenté ? Partez pour un safari extrême en terrain accidenté.



NOTRE SÉLECTION

Explorez les villages de pêcheurs de Trysunda et d'Ulvön au large de la

1 Hôga Kusten (p. 261), traversez la gorge de Hôgbonden et goûtez au *surströmming* (hareng fermenté), spécialité d'Ulvön.

Louez une péniche et explorez la paisible campagne en naviguant entre écluses et lacs le long du **2 canal Göta** (p. 233).

Contemplez les sentiers de sculptures d'Artipelag, visitez le domicile de Mikael Blomkvist sur Sandön et le cimetière des victimes du choléra sur Kyrkogårdsön, dans l'**3 archipel de Stockholm** (p. 92).

Prenez le bateau à Strömstad et rejoignez les **4 îles Koster** (p. 165) pour randonner sur les collines du nord et vous balader sur les sentiers boisés le long des plages du sud de Koster.

En kayak, dans l'archipel de Göteborg, longez la côte du Bohuslän et remontez le **5 canal du Dalsland** (p. 166).



SUR L'EAU

L'immense littoral suédois, avec ses dizaines de milliers d'îles et d'archipels, est une aubaine pour la navigation de plaisance. Le réseau de ferrys permet de passer d'une île à l'autre et de découvrir villages de pêcheurs, sentiers, plages et îlots plus petits, boisés, escarpés ou arides. À l'intérieur des terres, vous pouvez explorer les nombreux canaux à la voile ou faire une croisière. Le pays aux 100 000 lacs est également un paradis pour les amateurs de la pagaie.



Rejoindre les îles

Consultez les horaires des bateaux : certaines îles sont peu desservies hors période estivale. Les plus grandes îles habitées près de Stockholm et Göteborg sont facilement accessibles toute l'année.



Location de bateaux

Le permis bateau est obligatoire pour louer un voilier et naviguer sur la côte, mais pas pour louer certaines péniches afin de remonter le canal du Dalsland et le canal Göta.



Nuit au phare

Passez une nuit unique en dormant dans un *fyr* (phare) sur Hamneskär et Hällö, au large de la côte du Bohuslän, ou sur Hôgbonden, au large de la Hôga Kusten.

DEPUIS LA GAUCHE : 1008 GROUPE V./SHUTTERSTOCK ©, LARS JOHANSSON/SHUTTERSTOCK ©, ULRIK EN BILLO/BETTY IMAGES ©



NOTRE SÉLECTION

À Göteborg, les expositions du **1 Världskulturmuseet** (p. 152), le musée des Cultures du monde, incitent à la réflexion.

Visitez l'**2 IKEA Museum** (p. 198), à Älmhult, pour en apprendre plus sur le fondateur de la marque et la philosophie de l'entreprise.

Revivez le naufrage de l'imposant vaisseau de guerre *Vasa* au **3 Vasamuseet** (p. 80), à Stockholm.

Explorez les fonds marins et les épaves historiques de la mer Baltique via les expositions high-tech du **4 Vrak** (p. 82).

Plongez dans l'histoire de Karlstad, de l'âge de la pierre à aujourd'hui, grâce aux installations multimédias et aux activités de plein air du **5 Värmlands Museum** (p. 134).



Universeum (p. 150)

MUSÉES D'EXCEPTION

Essentiellement concentrés dans les grandes villes (Stockholm, Göteborg et Malmö), les musées futuristes de Suède allient architecture remarquable et contenu interactif. Des fonds marins aux profondeurs de la jungle, en passant par la musique d'ABBA ou l'espace, l'ingéniosité humaine n'aura plus de secret pour vous !

ABBA: The Museum

Des objets collecteurs fourmillent dans ce temple (p. 84) dédié au groupe suédois le plus célèbre au monde, à côté duquel on peut monter sur scène et enregistrer son propre tube.

Pour les enfants

Cascades et dinosaures rugissants, singes acrobates et forêt humide, voyages dans l'espace : les expositions interactives de l'**Universeum** (p. 150) sont parfaites pour les plus jeunes.



CULTURE DU DESIGN

Cuisine futuriste, objets ménagers ou derniers chefs-d'œuvre architecturaux urbains : le design suédois marie élégance minimaliste, fonctionnalité et ingéniosité. La ville postindustrielle de Malmö est un haut lieu du design et de l'innovation, les infrastructures et espaces publics de Stockholm allient design moderne et durabilité. Ailleurs fleurissent d'incroyables bâtiments en verre, et des édifices de glace, reconstruits chaque année.



Un pont impressionnant

Triomphante structure d'acier qui rejoint un tunnel sous la mer, le pont d'Öresund relie la Suède au Danemark (Malmö et Copenhague).



Verre d'avant-garde

Dans le Glasriket, le design abstrait a remplacé les vases traditionnels dans les années 1960. Aujourd'hui, de jeunes artistes se permettent toutes les folies possibles avec ce matériau.



Renouveau glacé

L'hiver, des artistes internationaux créent des chefs-d'œuvre de glace, allant de la sculpture conventionnelle à des créations plus abstraites, pour orner les pièces de l'Icehotel de Jukkasjärvi.

DEPUIS LA GAUCHE : PANDORA PICTURES/SHUTTERSTOCK © DANITA DELMONT/SHUTTERSTOCK © COLLECTION MAYKOVA/SHUTTERSTOCK ©





NOTRE SÉLECTION

Admirez la façade de verre et d'acier du **1 Kulturkvarteret** (p. 128), sur laquelle se reflète la Svartån. Bâti en 2021, il héberge les institutions culturelles d'Örebro.

Dans l'archipel de Stockholm, laissez-vous séduire par la sculpture contemporaine de l'**2 Artipelag** (p. 94).

À **3 Malmö** (p. 180), tombez sous le charme du Slussplan, un bijou d'architecture régénérative ou du bâtiment de la World Maritime University.

Flâner autour du **4 Drottningholms Slott** (p. 97), inspiré de Versailles. De style Renaissance, il a été conçu au XVII^e siècle par le grand Nicodème Tessin l'Ancien.

À Malmö, admirez la merveille torsadée qu'est le **5 Turning Torso** (p. 188), étonnante tour d'habitation conçue par l'architecte espagnol Santiago Calatrava.



NOTRE SÉLECTION

Si vous n'avez pas fait de rencontres imprévues avec des élans sur les routes boisées, venez observer ceux domestiqués du **1 Moose Garden** (p. 249), près d'Östersund.

En automne, observez les milliers d'oiseaux de la **2 péninsule de Falsterbo** (p. 194) et cherchez les phoques dans la réserve naturelle de Måkläppen.

Pour voir des phoques, participez à un safari sur la **3 côte du Bohuslän** (p. 159), organisé par une agence près de Lysekil.

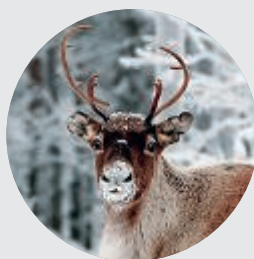
Avec un peu de chance, vous apercevrez un ours brun près de **4 Dorotea** (p. 255), capitale suédoise des ours. Sachez toutefois qu'ils sont craintifs et difficiles à apercevoir.

Levez les yeux pour observer pygargues à queue blanche, loriot d'Europe et autres oiseaux migrateurs dans le **5 parc national de Gotska Sandön** (p. 222).



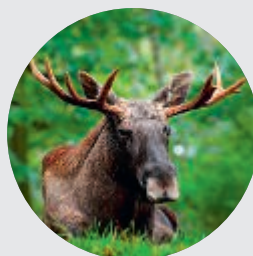
FAUNE

Dans les forêts denses et les montagnes du nord et du centre du pays vivent les grands carnivores d'Europe : l'ours brun, le loup, le glouton, le lynx et l'aigle royal, qui sont tous des espèces protégées. Les eaux et îlots rocheux suédois sont peuplés de phoques gris et communs, mais aussi de mouettes, sternes et autres oiseaux marins, tandis que les lacs intérieurs hébergent des échassiers.



Troupeaux de rennes

Vous croiserez peut-être certains des 260 000 rennes de Laponie. La Suède ne compte plus aucun renne sauvage : tous ont été domestiqués et sont élevés par les Sami.



Roi de la forêt

Environ 300 000 élans évoluent sur les terres suédoises. Pouvant mesurer jusqu'à 2 m de hauteur, l'élan est le plus grand mammifère terrestre d'Europe. Très bon nageur, il est aussi bon sauteur. À l'aube et au crépuscule, il représente un vrai danger sur la route.



Amateurs d'ornithologie

La Suède compte de nombreux ornithologues passionnés : une multitude de tours d'observation et de réserves naturelles font leur bonheur. Pour plus d'informations, contactez la Sveriges Ornitologiska Förening (birdlife.se).

DEPUIS LA GAUCHE : ANDREA GADAN / SHUTTERSTOCK ©, OUDREI PROSIC / SHUTTERSTOCK ©, UMONOS / SHUTTERSTOCK ©



NOTRE SÉLECTION

Visitez la jolie ville en bois bien conservée d'❶ **Eksjö** (p. 239), où l'on trouve des édifices du XVII^e siècle et d'autres de style néoclassique.

En bord de lac, explorez la jolie bourgade de ❷ **Mariefred** (p. 99), proche de Stockholm, où trône le château de Gripsholm, l'un des plus beaux de Suède.

À ❸ **Sigtuna** (p. 118), la plus vieille ville de Suède, bâtie sur les rives du lac Mälaren, flânez dans Storagatan et découvrez son église en ruine, plusieurs fois centenaire.

De pittoresques villages de pêcheurs avec vue panoramique parsèment le ❹ **Höga Kusten**

Leden (p. 262) et aussi les îles au large de la Höga Kusten.

Observez le joli port de ❺ **Mollösund** (p. 161), le plus ancien village de pêcheurs de la côte du Bohuslän, et arpentez ses beaux sentiers.



Höga Kusten (p. 261)

CHARMANTS VILLAGES

Avant qu'un style plus design n'envahisse Stockholm et Malmö, l'architecture suédoise se cantonnait aux villages parsemés de cabanes de pêcheurs balayées par les vents, accrochées à la côte du Bohuslän ou disséminées sur les îles d'archipels. Des localités pavées dotées d'églises centenaires, des lieux de pèlerinage anciens et d'adorables petites maisons en bois rouge et blanc.

Lieu de pèlerinage

De nos jours, il est difficile de croire que le village assoupi de Vadstena fut, il y a plusieurs siècles, un lieu de pèlerinage important pour les fervents de sainte Brigitte.

Maisons rouges

Les maisons recouvertes de rouge de Falun sont légion aujourd'hui, mais ce n'était pas le cas jusqu'à la moitié du XIX^e siècle : cette couleur était réservée à l'aristocratie.

VILLES ET RÉGIONS

Composez votre voyage selon vos envies.

Uppsala et le Centre

CŒUR HISTORIQUE ET BOURGADES IDYLLIQUES

Renfermant l'essence du pays, le Centre est constitué de villes multiculturelles, de villages aux fortes traditions folkloriques, de paysages bucoliques et de maisons rouges de Falun. Si on y ajoute les châteaux et les *dalahäst* (chevaux en bois sculpté), la région est d'un éclectisme fou.

p. 105



Jämtland, côte botnienne et Laponie p. 243

Jämtland, côte botnienne et Laponie

CONTRÉES SAUVAGES. CULTURE SAMI ET LITTORAL

Tapissée de forêts, hérissée de montagnes et ponctuée de lacs, la Laponie est la dernière vraie contrée sauvage d'Europe. Sous le soleil de minuit ou sous les aurores boréales, explorez les terres ancestrales des Sami, à pied ou en traîneau à chiens, et trouvez l'île inhabitée de vos rêves sur la côte botnienne.

p. 243

Göteborg et le Sud-Ouest

DES ÎLES, DES LACS ET

LA DEUXIÈME VILLE DU PAYS

Flanquée d'un archipel attrayant, Göteborg, deuxième ville du pays, tient sa renommée de ses bars, cafés, musées captivants, parcs à thème et de sa scène artistique. Gravures rupestres, plages Pavillon bleu et îlots vierges de la côte du Bohuslän vous attendent non loin de Göteborg. Les canaux du Dalsland attirent amateurs de navigation de plaisance et de kayak.

p. 136

Göteborg et le Sud-Ouest

p. 136

Gotland et le Sud-Est

p. 208

Malmö et le Sud

p. 175

Malmö et le Sud

CHEFS-D'ŒUVRE MÉDIÉVAUX, VILLES FASCINANTES ET PLAGES

Cosmopolite, avec un charme brut, Malmö met à mal les stéréotypes nordiques et séduit par son architecture, ses merveilles d'ingénierie et sa proximité avec Copenhague. Les régions environnantes, la Scanie et le Blekinge, arborent patrimoine viking, falaises abruptes, plages sablonneuses et vestiges baroques de la puissance maritime suédoise. Non loin, Lund est un grand pôle universitaire.

p. 175

Stockholm

VILLE ÉLÉGANTE

ENTOURÉE PAR LES EAUX

Palais royal, art contemporain, galeries et musées réputés, rues pavées et boutiques de créateurs : la capitale suédoise a tout pour plaire. Cerné d'eau, ce haut lieu culturel resplendit et permet des escapades vers des îles boisées. Stockholm jouit d'une scène gastronomique dynamique.

p. 46

Gotland et le Sud-Est

DES CÔTES BATTUES PAR LES VENTS ET DES MERVEILLES MÉDIÉVALES

La région est constellée d'imposants châteaux, de villages idylliques, de sites de l'âge du fer, mais aussi de musées rétros, de villages de souffleurs de verre et de forêts denses. On peut y découvrir la maison d'enfance de la créatrice de Fifi Brindacier, Astrid Lindgren. Au large, l'île de Gotland charme par ses paysages semés de pierres runiques, ses églises médiévales, ses plages et sa ville fortifiée.

p. 208





OLEKSIY MARK/SHUTTERSTOCK ©



Stockholm (p. 46)

ITINÉRAIRES

Stockholm et ses environs

Durée : 4 jours **Distance :** 250 km

Cet itinéraire mène de Stockholm, avec ses voies navigables, ses musées dernier cri et son Palais royal, à l'architecture monumentale d'Uppsala, aux tertres funéraires et au village historique de Sigtuna. Puis retour aux environs de la capitale pour découvrir un cimetière unique, des sculptures et les centaines d'îles de l'archipel de Stockholm.



1 STOCKHOLM 🕒 1 JOUR

À **Stockholm** (p. 46) pour la journée, visitez le Kungliga Slottet (Palais royal ; photo) et battez le pavé dans les ruelles étroites de Gamla Stan (vieille ville). Faites un tour au superbe Vasamuseet, pour admirer le plus célèbre vaisseau de guerre (coulé) suédois, et au Moderna Museet, pour faire le plein d'art contemporain, avant de profiter des bars de SoFo à Södermalm.



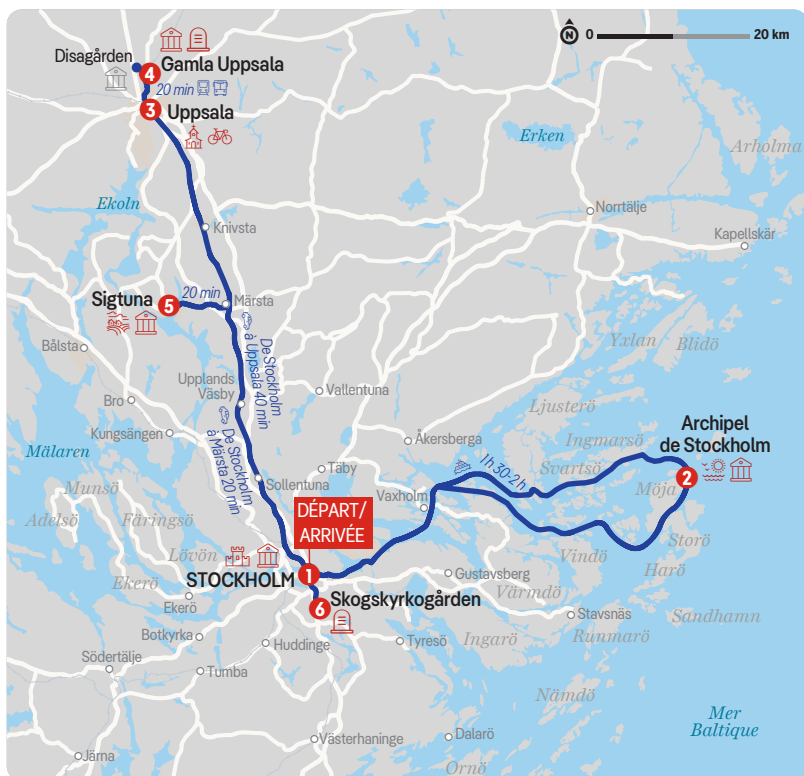
2 ARCHIPEL 🕒 1 JOUR

Prenez le bateau pour l'**archipel de Stockholm** (p. 92), aux îles et îlots boisés : explorez l'île de votre choix ou participez à une croisière d'île en île avec Strömman Kanalbolaget. Revenez à Stockholm déguster des plats suédois traditionnels chez Rolfs Kök (p. 89) avant de passer l'après-midi à explorer **Vasastan** (p. 87).



3 UPPSALA 🕒 1/2 JOURNÉE

Prenez un train à grande vitesse pour **Uppsala** (p. 110), l'une des plus vieilles villes de Suède. Visitez la Domkyrka, plus vaste église de Scandinavie, et le singulier Museum Gustavianum (photo), avant de louer un vélo pour parcourir le Linnéträdgården (plus ancien jardin botanique du pays) et admirer les pierres runiques de l'Uppland à l'Universitetsparken.



4

GAMLA UPPSALA

🕒 1/2 JOURNÉE

À Uppsala, prenez le bus n°2 depuis Stora Torget pour rejoindre **Gamla Uppsala** (p. 110), l'un des plus impressionnants sites suédois de tertres funéraires, où rois et reines vikings reposent pour l'éternité. Après une visite du Gamla Uppsala Museum (photo), baladez-vous sur le site.

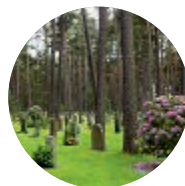
Détour : suivez les panneaux jusqu'à **Disagården** (p. 113), un village agricole du XIX^e siècle devenu un musée à ciel ouvert.



5

SIGTUNA 🕒 1/2 JOURNÉE

À Stockholm, prenez un train régional jusqu'à Märsta, d'où partent des bus pour la petite **Sigtuna** (p. 118), qui comporte la plus vieille rue principale du pays. Familiarisez-vous avec l'histoire millénaire de la ville au Sigtuna Museum, riche notamment de ses trésors d'argent viking. Observez ensuite les peintures murales médiévales restaurées de la Mariakyrkan, l'un des rares bâtiments à avoir survécu aux incendies de la fin du Moyen Âge.



6

SKOGSKYRKOGRÅDEN

🕒 1/2 JOURNÉE

En revenant à Stockholm, prenez le *tunnelbana* (métro) vers le sud pour visiter l'un des sites les plus curieux de la ville. Conçu par les grands Gunnar Asplund et Sigurd Lewerentz, le **Skogskyrkogården** (p. 100) est un magnifique cimetière en forêt de pins, classé au Patrimoine mondial de l'Unesco, et célèbre pour ses bâtiments fonctionnalistes. Greta Garbo est l'une des célébrités qui y reposent.



MEHOISSON/SHUTTERSTOCK ©



Ystad (p. 200)

ITINÉRAIRES

Le Sud dynamique

Durée : 7 jours **Distance :** 420 km

Cet itinéraire relie Stockholm à Malmö, en passant par les plus beaux sites de la côte sud du pays, dont l'île de Gotland et sa capitale médiévale, Visby, Kalmar et son château, Ystad et ses richesses ecclésiastiques et la ville universitaire de Lund



1 STOCKHOLM 1 JOUR

Prenez le temps de visiter **Stockholm** (p. 46), la célèbre "beauté sur l'eau". Explorez Gamla Stan (vieille ville) et visitez le Kungliga Slottet (Palais royal) et le remarquable Vasamuseet (photo) à Djurgården. Faites un tour dans le quartier branché de Södermalm, où s'alignent restaurants éclectiques et boutiques vintage.



2 GOTLAND 2 JOURS

Prenez le car-ferry (à réserver) à Nynäshamn pour l'île de **Gotland** (p. 208). Parcourez Visby, la ville médiévale la mieux conservée de Scandinavie (photo ; p. 214). Ne manquez pas le Gotlands Museum (p. 218), où sont exposées des pierres runiques datant d'avant les Vikings et le célèbre trésor de Spillings. Le lendemain, baladez-vous sur l'île en voiture ou à vélo.



3 KALMAR 1 JOUR

Prenez le bateau jusqu'à Oskarshamn, sur le continent, puis roulez vers **Kalmar** (p. 228), ville intéressante dominée par le château de Kalmar (photo), l'un des plus beaux du pays. Découvrez ses tours, donjon et passages secrets, puis visitez le Kalmar Länsmuseum et admirez ce qu'il reste du navire royal, le *Kronan*, qui a sombré au XVII^e siècle.

 **Détour :** traversez le pont de 6 km pour rallier l'île étroite et tout en longueur d'**Öland** (p. 223).



4

YSTAD 1 JOUR

Longez la côte jusqu'à **Ystad** (p. 200), ville très prospère à l'époque médiévale. On peut y admirer des trésors religieux comme la Sankta Maria Kyrka, l'une des plus vieilles églises en brique de Scanie, et le Klostret i Ystad, un monastère franciscain de brique rouge du XIV^e siècle transformé en musée.

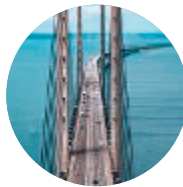
Détour : il se dit que la forteresse du XVI^e siècle de Glimmingehus (p. 205) est hantée. À 30 km au nord-est d'Ystad.



5

LUND 1 JOUR

Suivez la côte vers l'ouest, puis entrez dans les terres via l'autoroute jusqu'à la vénérable **Lund** (p. 195) qui fut fondée par les Danois. Un jour ne sera pas de trop pour visiter la vieille ville médiévale autour de la belle Domkyrka (cathédrale ; photo), admirer la plus ancienne et prestigieuse université de Suède, et profiter de la scène gastronomique. Revenez au Moyen Âge dans l'excellent musée Kulturen i Lund.



6

MALMÖ 1 JOUR

Dans la ville multiculturelle de **Malmö** (p. 180), la charmante Gamla Staden (vieille ville) contraste avec l'architecture moderne du front de mer réaménagé de Västra Hamnen. Découvrez l'art nordique contemporain au Malmö Museer et au Moderna Museet Malmö, et extasiez-vous devant le pont d'Öresund (photo), menant à Copenhague, et le Turning Torso dans le quartier animé et balnéaire de Västra Hamnen.

ITINÉRAIRES

Le meilleur de l'Ouest

Durée : 6 jours **Distance :** 417 km

Cet itinéraire permet de profiter au mieux d'une semaine sur la côte ouest suédoise. Il comprend Göteborg, la deuxième ville du pays, son grand archipel, les îles Koster, le village ensoleillé de Fjällbacka, l'île de Hållö et les gravures rupestres de Tanumshede, joyaux de la côte du Bohuslän.



Fjällbacka (p. 161)



1 GÖTEBORG 1 JOUR

Explorez la ville riche, dynamique et accueillante de **Göteborg** (p. 136). Emmenez les enfants à l'Universeum, et faites un tour sur le grand huit en bois et la tour de chute libre du parc d'attractions de Liseberg. Explorez le "musée" ultramoderne World of Volvo, découvrez les expositions artistiques du Konstmuseum et régalez-vous de délicieux roulés à la cannelle dans les cafés de la ville.

 **Détour :** plongez-vous dans le passé au rétro **Stadsmuseum** (p. 153) de Mölndal.

2 SMÖGEN 1 JOUR

Direction **Smögen** (p. 162), station balnéaire branchée de la côte du Bohuslän. Après l'agitation du marché à la criée du matin, montez les marches pour vous balader dans le labyrinthe des frères maisons de pêcheurs, avant de vous installer dans un bar sur la promenade pour contempler la mer.

 **Détour :** en été, prenez l'un des nombreux bateaux pour rejoindre la jolie île rocheuse de **Hållö** (p. 163) et passez la nuit dans le phare.

3 FJÄLLBACKA 1 JOUR

Allez à **Fjällbacka** (p. 161) via de belles routes côtières secondaires. Bordée de falaises, la bourgade aux maisons colorées est célèbre pour avoir été le lieu de villégiature estival d'Ingrid Bergman. Achetez un sandwich aux crevettes sur le front de mer, puis montez les escaliers en bois jusqu'à la falaise de Vetteberget (beau point de vue), avant de vous balader sur le plateau rocheux.

DEPUIS LA GAUCHE : PHOTOSBYPATRIK / SHUTTERSTOCK ©, ZUZAPIGEON / SHUTTERSTOCK ©



4

TANUMSHEDE

🕒 1/2 JOURNÉE

Pénétrez dans les terres depuis la route côtière jusqu'à Litsleby, l'un des trois grands sites de gravures rupestres (*hällristningar*) de l'âge du bronze des plaines de Tanum, près de **Tanumshede** (p. 164). Observez les gravures aux thèmes nautiques avant de passer au site d'Aspeberget. Visitez le Vitlycke Museum pour en savoir plus sur l'origine et la signification de ces œuvres.

5

STRÖMSTAD 🕒 1 JOUR

À Tanumshede, prenez la route 176 jusqu'au port de pêche et station balnéaire de **Strömstad** (p. 164). Baladez-vous sur les plages de Capri et Seläter, explorez des ruelles de bâtiments en bois et allez voir des sépultures de l'âge du fer et une tombe à couloir néolithique à l'est de la ville.

🚶 **Détour :** naviguez jusqu'aux **îles Koster** (p. 165), où vous attendent belles plages et sentiers de randonnée sur Koster Nord, des pistes cyclables sur Koster Sud.



6

GÖTEBORG

🕒 1 JOUR ET DEMI

Retour à **Göteborg** (p. 136) : reprenez votre exploration de cette ville souvent sous-estimée. Prenez un café chez Evas Paley, paradis rétro de la caféine, visitez le fascinant Världskulturmuseet, achetez des provisions locales au Saluhallen et faites du shopping dans Haga Nygatan et Kungsgatan. Concluez avec un dîner mémorable chez Project.



CONNY SJOSTROM/SHUTTERSTOCK ©



Parc national d'Abisko (p. 276)

ITINÉRAIRES

Aventure hivernale

Durée : 7 jours **Distance :** 1135 km

La ville minière de Kiruna est le départ et l'arrivée de ce parcours septentrional se déroulant surtout au nord du cercle polaire arctique. Admirez les aurores boréales à Abisko, goûtez aux sports d'hiver extrêmes à Arvidsjaur, découvrez la culture sami à Jokkmokk et Arjeplog et dormez dans le légendaire Icehotel.



1 KIRUNA 1 JOUR

Explorez **Kiruna** (p. 272), pôle d'activités hivernales le plus au nord de la Suède. Pendant une demi-journée, visitez la ville avec Stejk Kiruna City Tour : vous apprendrez que la ville va devoir se déplacer pour éviter de tomber dans la plus grande mine de minerai de fer au monde (photo). Aventurez-vous dans ladite mine pour en apprécier véritablement la taille et l'importance pour la production mondiale de fer.



2 ABISKO 1 JOUR

Montez dans le train, direction l'ouest, jusqu'à **Abisko** (p. 276) où vous dormirez une nuit à la STF Abisko Turiststation, avant de passer une journée pour skier ou marcher en raquettes le long du tronçon enneigé du Kungsleden (p. 278) ou sur la rive sud du lac gelé de Torneträsk. Le soir, prenez le télésiège jusqu'à l'Aurora Sky Station (mont Nuolja) pour admirer une aurore boréale.



3 ARVIDSJAUR 1 JOUR

Retournez à Kiruna en train. Louez une voiture et partez au sud vers **Arvidsjaur** (p. 270), où vous pourrez conduire des voitures haut de gamme sur les lacs glacés aux abords de la ville. En manque d'adrénaline ? Faites un safari à motoneige sous une aurore boréale ou partez en excursion en traîneau à chiens avec Nymänen.



4

ARJEPLUG 1 JOUR

Vers l'ouest, la petite ville d'**Arjeplog** (p. 270) peut aussi être une bonne base pour conduire sur la glace. Découvrez les merveilleux objets en argent sami au Silvermuseet, puis trempez des tranches de renne séché dans une tasse de café à l'Arjeplog Vilt & Kafé.

Détour : passez la nuit aux côtés des éleveurs de rennes du **camp sami de Båtsuoj** (p. 271) et apprenez-en plus sur leur métier.



5

JOKKMOKK 1 JOUR

En retournant au nord, arrêtez-vous à **Jokkmokk** (p. 264) et prolongez votre bain de culture sami en visitant l'excellent Ájtte Museum, puis en achetant couteaux à fourreau en bois de renne, sacs à café en cuir ou vêtements sami. Le premier week-end de février, assistez au marché d'hiver sami de Jokkmokk (photo), avec animations et courses de rennes.



6

JUKKASJÄRVI 2 JOURS

À **Jukkasjärvi** (p. 280), au nord-est de Kiruna, séjournez deux nuits dans l'emblématique Icehotel (photo), dans une chambre de glace, une suite remplie de sculptures de glace ou une chambre chauffée. Mangez dans des assiettes de glace à l'Icehotel Restaurant, participez à des activités hivernales et visitez le musée voisin de Nutti Sámi Siida pour en apprendre plus sur l'élevage de rennes.