

lonely planet

Pays baltes

Estonie, Lettonie et Lituanie



Les sentiers
de la Baltique

Les plus belles
plages

Les parcs
nationaux

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



lonely  planet

Estonie, Lettonie et Lituanie

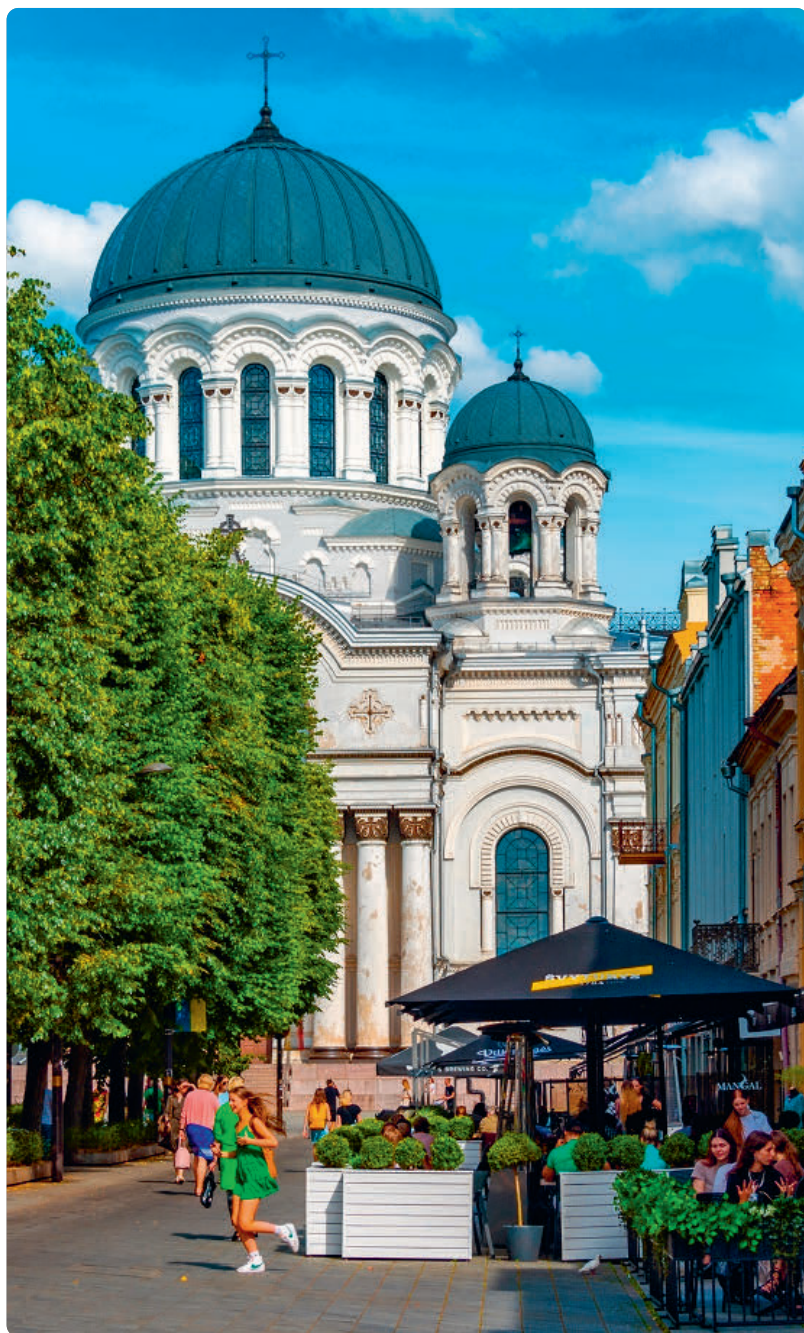

HELSINKI
(FINLANDE)
p. 158

ESTONIE
p. 51

LETONIE
p. 173

LITUANIE
p. 264

**Anna Kaminski, Leonid Ragozin,
Angelo Zinna**



Église Saint-Michel-Archange (p. 300), Kaunas, Lituanie

SOMMAIRE

Préparer son voyage

Le voyage commence ici 4

**Carte de l'Estonie, la
Lettonie et la Lituanie** 6

**Expériences
incontournables** 8

Villes et régions 22

Itinéraires 24

Quand partir 34

Avant de partir 36

À table ! 38

Sentiers de la Baltique 41

Activités de plein air 44

Sur la route

Estonie 51

S'orienter 52

Planifier son séjour 54

Tallinn 56

Environs de Tallinn 85

Narva 95

Environs de Narva 101

Tartu 103

Environs de Tartu 116

Pärnu 132

Environs de Pärnu 136

Archipel de Moonsund 142

Notre sélection

pour dormir 154

Arriver en Estonie 156

Comment circuler 157

Helsinki 158

S'orienter 160

Planifier son séjour 161

Notre sélection

pour dormir 170

Arriver à Helsinki

et comment circuler 171

Lettonie 173

S'orienter 174

Planifier son séjour 176

Riga 178

Jūrmala 196

Environs de Jūrmala 200

Côte du Vidzeme 205

Parc national

de la Gauja 209

Vidzeme intérieur 218

Zemgale 224

Kuldīga 229

Environs de Kuldīga 233

Ventspils 236

Environs de Ventspils 240

Liepāja 243

Environs de Liepāja 248

Daugavpils 250

Environs

de Daugavpils 254

Notre sélection

pour dormir 260

Arriver en Lettonie 262

Comment circuler 263

Lituanie 264

S'orienter 266

Planifier son séjour 268

Vilnius 270

Environs de Vilnius 288

Kaunas 292

Environs de Kaunas 306

Isthme de Courlande 310

Klaipėda 320

Environs de Klaipėda 328

Šiauliai 335

Environs de Šiauliai 341

Parc national

d'Aukštaitija 346

Environs du Parc national

d'Aukštaitija 350

Druskininkai 355

Environs

de Druskininkai 360

Notre sélection

pour dormir 364

Arriver en Lituanie 366

Comment circuler 367

Carnet pratique

Hébergement 370

Santé et sécurité 371

Manger, boire et sortir 372

Voyage responsable 374

Avec des enfants 376

Voyageurs LGBTQI+ 377

Voyage et handicap 378

Bon à savoir 379

Comprendre

**Une histoire de l'Estonie,
de la Lettonie et de
la Lituanie en 15 lieux** 382

**À la rencontre des
habitants
des Pays baltes** 386

**Les juifs dans
les Pays baltes** 388

**Le chemin de fer qui
éloigne les Pays baltes
de leur passé** 391

**Réintroduction
de l'ours** 395

L'enclave 397

**Les Pays baltes
sur la brèche** 400



Artisanat, Koguva
(p. 150), Estonie



Isthme de Courlande, Lituanie (p. 310)

ESTONIE, LETTONIE ET LITUANIE

LE VOYAGE COMMENCE ICI

L'histoire de ma famille est liée à l'Estonie, à la Lettonie et à la Lituanie. Mes grands-parents paternels passaient leurs étés sur les plages de Pärnu, tandis que ma mère, avec sa mère et sa sœur, profitait des beaux jours dans le parc national d'Aukštaitija. Elles s'adonnaient à la cueillette de baies, se baignaient dans les lacs, se promenaient dans la forêt ou lézardaient sur le sable de Jūrmala. Mes parents ont connu Tallinn, Riga et Vilnius bien avant ma naissance, alors que les trois pays étaient encore sous le joug de l'Union soviétique. J'ai moi-même observé avec fascination les immenses changements de ces 20 dernières années : la résurgence du caractère national à travers l'art, la musique et l'architecture, la prolifération de restaurants et d'hôtels innovants, la reconversion de vestiges soviétiques dans des parcs à thème et les éléments futuristes. Il reste malgré tout quelque chose qui m'est familier depuis l'enfance.

Anna Kaminski

@ACKaminski

Anna écrit sur les voyages et la culture. Elle a publié Eyeball Tacos and Kangaroo Stew, un récit de voyage axé sur ses expériences culinaires, incluant ses premiers voyages dans les pays baltes.



Mon expérience préférée implique des randonnées dans les dunes géantes et les forêts de pins de l'isthme de Courlande (p. 310) en Lituanie, l'un des endroits les plus paisibles au monde.

SUR LE TERRAIN

Nos auteurs présentent les lieux qui, pour eux, incarnent le mieux l'Estonie, la Lettonie et la Lituanie.

TRABANTOS/SHUTTERSTOCK



Les hautes dunes couvertes de pins de **Bālta Kāpa** (dune Blanche, p. 206) à Saulkrasti – avec la vue d'une rivière sombre sinuant dans le sable doré en direction de la mer – est pour moi l'essence même de l'expérience balte. Je ne m'en lasse jamais. C'est pourquoi je ne cesse d'y revenir.

Leonid Ragozin

@leonidragozin

Leonid est journaliste et vit à Riga. Il couvre essentiellement des sujets politiques ; il a coécrit un livre sur la guerre entre la Russie et l'Ukraine. Leonid a rédigé le chapitre sur la Lettonie.

AKO PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK

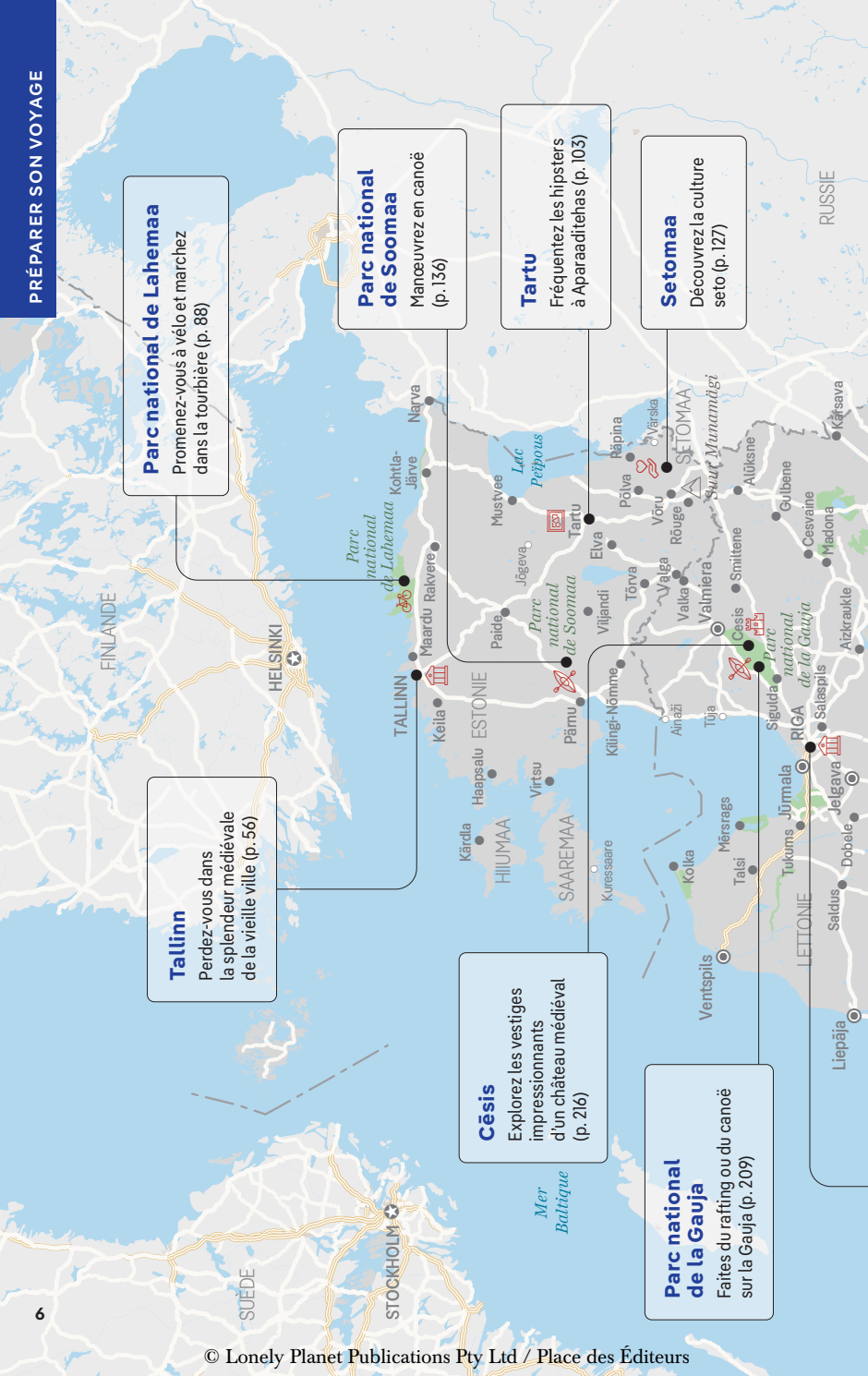


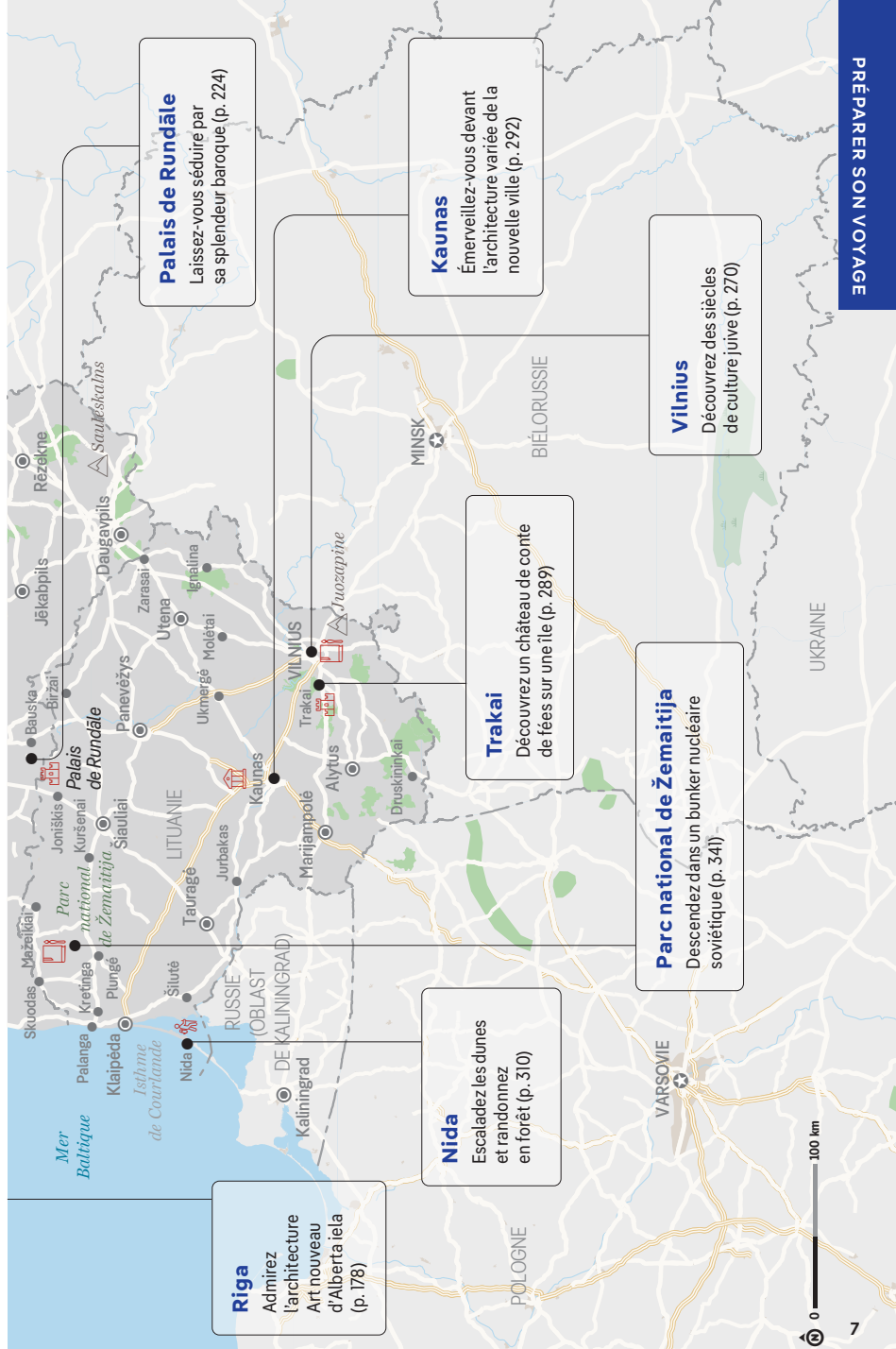
De nombreuses localités des pays baltes sont au cœur d'une nature sauvage, mais rien ne rivalise avec l'ambiance de bout du monde de la petite **île de Ruhnu** (p. 140). Seules 70 personnes vivent à l'année sur cette île au milieu de la mer Baltique, installées autour de son phare rouge et des quelques vestiges laissés par la communauté disparue des Suédois d'Estonie.

Angelo Zinna

@angelo_zinna

Angelo est un auteur et photographe habitant à Florence. Il a écrit les chapitres sur l'Estonie et Helsinki.





Palais de Rundāle

Laissez-vous séduire par sa splendeur baroque (p. 224)

Kaunas

Émerveillez-vous devant l'architecture variée de la nouvelle ville (p. 292)

Vilnius

Découvrez des siècles de culture juive (p. 270)

Trakai

Découvrez un château de conte de fées sur une île (p. 289)

Parc national de Žemaitija

Descendez dans un bunker nucléaire soviétique (p. 341)

Nida

Escaladez les dunes et randonnez en forêt (p. 310)

Riga

Admirez l'architecture Art nouveau d'Alberta iela (p. 178)



ESCAPADES EN MER BALTIQUE

DE GAUCHE À DROITE : F-FOCUS BY MATT KOSÉ/SHUTTERSTOCK, SENGELZ/SHUTTERSTOCK, KASPARS STRIMA/SHUTTERSTOCK

S'étendant sur plus de 2000 km, la côte balte se prête au farniente à Pärnu ou Jūrmala, aux moments de solitude au cap Kolka balayé par les vents comme à la recherche d'un ruban de sable blanc isolé.

Les amateurs de kitesurf découvrent Svencelē dans le delta du Niēmen, affluent à Ventspils ou choisissent d'autres spots connus de Lettonie, tandis que les îles estoniennes promettent d'autres aventures.



Pour l'amour des phares

C'est l'Estonie qui compte le plus de phares sur la côte balte. Le plus vieux au monde n'ayant jamais cessé son activité est celui de Kõpu (photo), sur l'île de Hiiumaa. Dans certains, comme celui de Viirelaid, on peut passer la nuit.



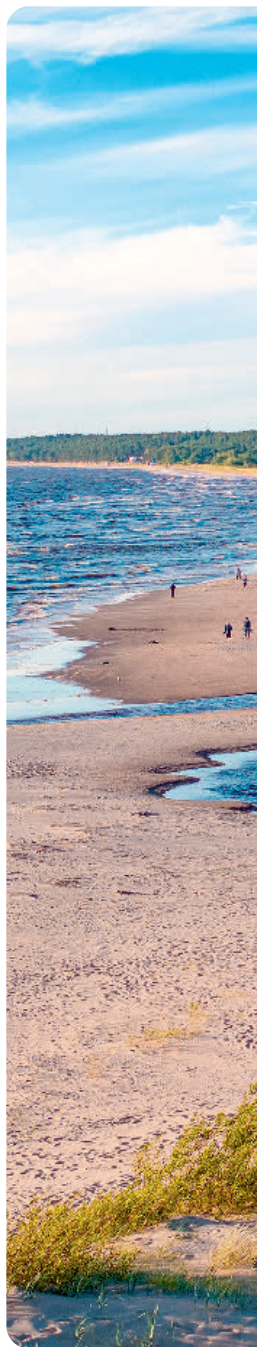
Sur la plage

Prêtez attention aux panneaux sur la côte. Certaines plages sont officiellement naturistes, d'autres sont réservées aux femmes ou aux hommes ou sont mixtes.



Randonnée sur la côte

Divisée en étapes d'une journée, facilement accessibles en transports en commun, la route de randonnée de la côte balte s'étend sur 1 419 km, vous donnant l'occasion d'explorer divers écosystèmes.





NOTRE SÉLECTION

Logez dans le village de pêcheurs de **1 Preiļi** (p. 316) pour randonner sur le sentier des dunes mortes et partir en quête de solitude dans les forêts de pins.

Prenez des leçons de kitesurf, puis passez une semaine ou deux au spot de kitesurf lituanien de **2 Svencelē** (p. 330).

Paressez sur la plage en journée et promenez-vous au soleil couchant dans les magnifiques dunes couvertes de pins de Lettonie à **3 Saulkrasti** (p. 206).

Longez la côte livonienne à vélo ou en voiture de **4 Ventspils** (p. 236) à **Kolka**, à la découverte de villages livoniens et de plages splendides.

Prenez un vélo et partez sur les sentiers tranquilles de **5 l'île de Kihnu** (p. 151) aux vastes plages et à la culture estonienne traditionnelle.



Château de l'île de Trakai,
Lituanie (p. 289)



FORTS HISTORIQUES

Émaillant la campagne et la côte, les châteaux et les forteresses des pays baltes témoignent de siècles de conflits dus à la position stratégique de la région, au carrefour de civilisations rivales. L'Estonie a été envahie par les Danois, les Suédois et l'ordre Teutonique, ce dernier, de même que l'Empire russe, ayant aussi conquis la Lettonie ainsi que la république des Deux-Nations.

Le plus vieux château

Le château de Toompea à Tallinn, le plus vieux des pays baltes, a initialement été bâti en bois au X^e siècle, avant d'être reconstruit en pierre en 1227 par les chevaliers Porte-Glaive.

Un château insulaire

Malgré sa situation apparemment imprenable au milieu du lac Galvé, le château de Trakai a été endommagé pendant les guerres avec la Moscovie au XVII^e siècle.



NOTRE SÉLECTION

Ramez sur le lac autour d'un château de conte de fées posé sur une île à **1 Trakai** (p. 289), et visitez ses musées.

Pénétrez dans les tunnels à l'éclairage évocateur du **2 Château de Klaipėda** (p. 324), bâti au XIII^e siècle par l'ordre Teutonique.

Découvrez à **3 Cēsis** (p. 216) les vestiges laissés par les croisés et l'élégante demeure de leurs descendants au XVIII^e siècle.

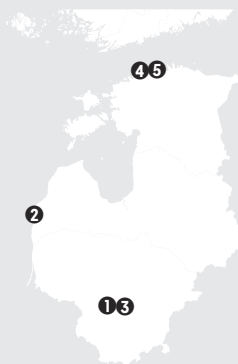
Admirez la tour à tourelles du **4 Château de Haapsalu** (p. 137), puis aventurez-vous dans ses tunnels sinistres pour découvrir les armes médiévales.

Explorez la gigantesque **5 Forteresse de Daugavpils** (p. 253), qui héberge aujourd'hui l'excellent Centre d'art Mark Rothko et plusieurs autres musées.



MUSÉES ORIGINAUX

Toute ville balte digne de ce nom compte au moins un ou deux musées. Les capitales, Vilnius, Riga et Tallinn, se taillent la part du lion avec d'excellents musées d'histoire, d'art et bien plus. Certains sont futuristes et associent une architecture remarquable à du contenu interactif, tandis que d'autres s'intéressent à des sujets hors normes, des diables à l'ambre en passant par les masques à gaz.



NOTRE SÉLECTION

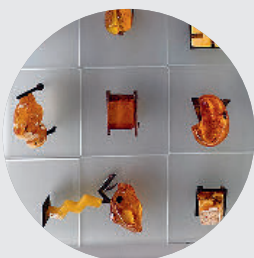
Découvrez les sculptures, masques et autres représentations de Lucifer dans les mythologies du monde entier au **1 Musée des Diables** (p. 303) de Kaunas.

Mangez des plats lettons du XVII^e siècle à **2 Hojieres krogs** (p. 245), une auberge historique devenue musée.

Enfilez un masque à gaz et examinez les armes meurtrières du KGB et les répliques de bombes atomiques au **3 Musée du Bunker atomique du KGB** de Lituanie (p. 297).

Visitez la salle des têtes qui chuchotent au musée **4 Kumu** (p. 80) qui abrite la meilleure collection d'art contemporain d'Estonie.

Découvrez l'héritage maritime de l'Estonie au **5 port des hydravions** (p. 74) de Tallinn, qui évoque le repaire d'un méchant dans un James Bond ; ne manquez pas les brise-glaces !



Musée de l'Ambre

La galerie-musée de l'Ambre de Nida est la meilleure de la région avec un audioguide intéressant, une collection inégalée de pièces en ambre et de nombreux éléments interactifs.



Devoir de mémoire

Chaque capitale balte a un musée consacré à l'occupation. Ces musées sont essentiels pour mieux comprendre la répression soviétique et les déportations de masse subies dans chaque pays.



Avec des enfants

Dans l'ensemble des pays baltes, des musées ethnographiques en plein air préservent d'anciennes fermes, disposent souvent de zoos pédagogiques où l'on peut s'approcher des animaux et proposent des expériences agricoles adaptées aux enfants.



ARCHITECTURE

Peu de régions d'Europe concentrent une telle richesse de styles architecturaux. Les constructions brutalistes soviétiques mises à part, la Lituanie, à l'artisanat florissant, a longtemps privilégié des embellissements baroques, gothiques et de la Renaissance élaborés. Elle a une tradition séculaire de sculpture sur bois et de ferronnerie. La Lettonie est réputée pour ses chefs-d'œuvre baroques et de la Renaissance, mais aussi pour l'Art nouveau de sa capitale. L'Estonie quant à elle associe un design contemporain et moderniste à une approche durable et respectueuse de l'environnement.



Explosion de l'Art nouveau

La prospérité économique de la Lettonie à la fin du XIX^e siècle a coïncidé avec la construction à Riga de nouveaux bâtiments, suivant la tendance Art nouveau d'Europe occidentale.



Kaunas : une ville créative

Depuis 2023, Kaunas est l'une des Villes créatives de l'Unesco, célébrée pour son architecture moderniste qui reflète l'optimisme de l'entre-deux-guerres.



Verre contemporain

L'art verrier estonien connaît un essor fulgurant depuis la création du premier four de Tallinn en 1991. Merle Kannus et Maret Sarapu se distinguent au niveau international par leurs créations non conventionnelles.

DE GAUCHE À DROITE : MISTERTOCK/SHUTTERSTOCK, AUDRUS VENCLOVA/SHUTTERSTOCK, GEORGE PACHANTOURIS/GETTY IMAGES





NOTRE SÉLECTION

Arpentez les rues de la **1 vieille ville de Vilnius** (p. 270), avec ses bâtiments Renaissance, ses dômes et colonnes baroques et les flèches spectaculaires de ses églises gothiques.

Sirotez une bière artisanale à **2 Aparaditehas** (p. 113), complexe industriel de l'ère soviétique transformé en centre culturel, à Tartu.

Entrez dans le **3 Musée Art déco** (p. 298) de Kaunas pour admirer un bel exemple d'appartement d'entre-deux-guerres reconstitué avec du mobilier d'époque.

Parcourez **4 Alberta iela** (p. 184) à Riga, une rue emblématique de l'Art nouveau, aux ornements fantaisistes, comme des masques de théâtre grec et des sphinx.

Flânez dans les rues pavées de la **5 vieille ville de Tallinn** (p. 56) et découvrez ses remparts médiévaux et ses tours de défense.



Intérieur du Palais de Rundāle
(p. 224), Lettonie



GRANDES DEMEURES

Quand ils n'étaient pas en guerre, les aristocrates baltes passaient leur temps dans de confortables demeures datant du XV^e au début du XX^e siècle. On compte environ 400 manoirs et palais en Estonie, 570 en Lituanie et plus d'un millier en Lettonie. Certains ont été transformés en musées, d'autres en somptueux hôtels historiques.

Héritage de Bartolomeo Rastrelli

Si vous avez visité le Palais d'hiver de Saint-Petersbourg, vous serez peut-être surpris par le somptueux palais de Rundāle en Lettonie, conçu par le même architecte italien.

Séjour au château

Il est plus facile de vivre la vie de château en Lettonie et en Estonie, où des dizaines de manoirs ont été transformés en hôtels ou sont disponibles à la location.



SIMON/SHUTTERSTOCK

NOTRE SÉLECTION

Découvrez diables, sorcières et autres masques de Mardi gras provenant de la région de Samogitie à l'intérieur de la grange du **1 Manoir de Plateliai** (p. 342).

À Plungė, admirez les sculptures sur bois, le travail du métal et l'art contemporain au **2 Musée d'art de Žemaitija** (p. 344) du palais Ogiński (XIX^e siècle).

La splendeur baroque rivalise avec celle de Saint-Petersbourg, au **3 Palais de Rundāle** (p. 224), bâti pour le plus grand aventurier de l'histoire impériale russe.

Visitez le **4 Château de Sangaste** (p. 126), demeure néogothique parmi les plus impressionnantes d'Estonie, inspirée du château anglais de Windsor.

Explorez le **5 Manoir de Palmse** (p. 89) et ses dépendances, dans le parc national de Lahemaa, en Estonie.



HÉRITAGE DU XX^e SIÈCLE

Les pays baltes ont connu plus que leur part de bains de sang, le plus récent étant la Seconde Guerre mondiale, au cours de laquelle les nazis ont exterminé la majeure partie de la population juive de la région (souvent avec la participation active de la population locale). Après 1945, lorsque les trois pays ont été incorporés de force à l'URSS, la répression politique a pris la forme d'emprisonnements, de déportations et d'exécutions.



NOTRE SÉLECTION

Promenez-vous au milieu des statues de Lénine et de Staline sur fond de musique martiale au **1 Parc Grūtas** (p. 357) près de Druskininkai.

Visitez l'ancienne base soviétique de missiles nucléaires au **2 Musée de la Guerre froide** (p. 342) dans le parc national de Žemaitija.

Recueillez-vous au **3 Mémorial du camp de concentration de Salaspils** (p. 220), une œuvre de brutalisme soviétique en hommage aux détenus du camp de concentration nazi en Lettonie.

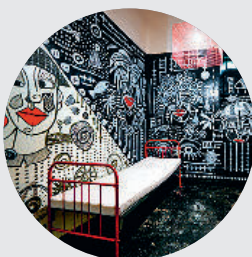
Admirez les avenues de béton du **4 Mémorial soviétique de Maarjamäe** (p. 81) à Tallinn, dédié aux soldats estoniens tombés au combat.

Apprenez-en plus sur les batailles de la Seconde Guerre mondiale à l'ancien poste de gardes-frontières devenu **5 Musée militaire de Hiiumaa** (p. 149) en Estonie.



Frères de la forêt

La Lituanie a résisté au pouvoir soviétique avec le mouvement partisan des Frères de la forêt de 1944 à 1953.



Prisons ouvertes

Certaines anciennes prisons communistes sont ouvertes aux visiteurs. Découvrez la vie d'un détenu soviétique en passant la nuit à la prison de Karosta (ci-dessus, p. 247), ou visitez la prison de Lukiškės à Vilnius (p. 282).



Sites de l'Holocauste

La campagne lituanienne est parsemée de plus de 250 panneaux *žydy genocidas*, signalant des mémoriaux commémorant les sites d'exécution de communautés juives pendant la Seconde Guerre mondiale.



NATURE SAUVAGE

Dès le début des années 1970, l'Estonie, la Lettonie et la Lituanie ont pris de l'avance sur les autres républiques soviétiques en créant les premiers parcs nationaux en URSS. Les 15 parcs nationaux (auxquels viennent s'ajouter des parcs régionaux) des pays baltes comportent des forêts de pins, d'épicéas et de bouleaux, qui accueillent des ours bruns, des lynx, des loups, des élan et des sangliers. Les marais, dunes côtières, innombrables lacs et rivages rocheux sont des habitats vitaux pour les échassiers et les oiseaux de mer.



Les rois de la forêt

On trouve des ours bruns, des lynx et des loups dans tous les pays baltes, mais ils sont plus nombreux en Estonie en raison de la couverture forestière étendue (52% du pays).



Créatures à cornes et à sabots

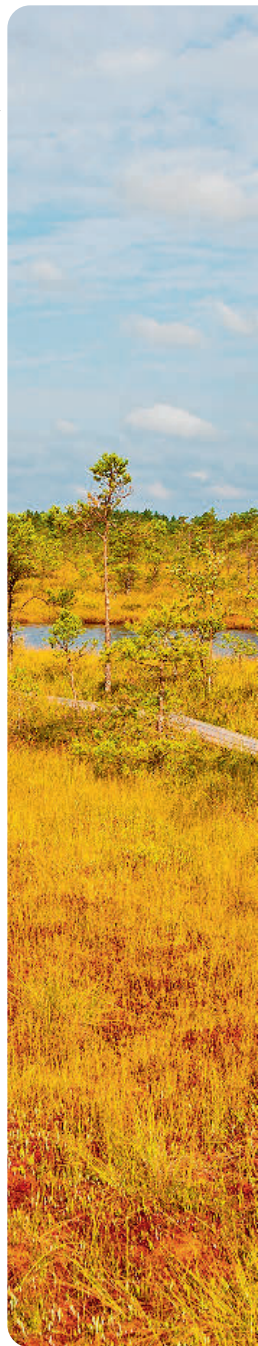
Dans les pays baltes, il est fréquent de voir des élan, tandis que les chevreuils et les sangliers sont souvent plus timides. Pour observer des bisons, rendez-vous à la forêt de Pašiliai en Lituanie.



Observation des oiseaux

Observez 270 des 300 espèces de Lituanie dans le parc régional du delta du Niémen au printemps et en automne.

DE GAUCHE À DROITE : URMASHAL/ASTE/SHUTTERSTOCK, MICHAEL WESTEROF/SHUTTERSTOCK, TOMASZ WOZNIAK/SHUTTERSTOCK





NOTRE SÉLECTION

Repérez élan et sangliers dans les forêts de pins de **1 l'isthme de Courlande** (p. 310) en Lituanie.

Ramez en canoë dans les eaux de crue du **2 parc national de Soomaa** (p. 136) durant la "cinquième saison" et repérez les oiseaux aquatiques.

Parcourez les sentiers de la forêt de pins, cueillez des baies ou partez à la découverte des lacs en canoë ou en paddle dans le **3 parc national d'Aukštaitija** (p. 346).

Profitez de la **4 promenade du grand marais de Kemeris** (p. 202) pour méditer devant le reflet des nuages à la surface de l'eau et en étudier la flore.

Essayez d'apercevoir des phoques autour du phare aux pieds dans l'eau de Kiipsaare, dans le **5 parc national de Vilsandi** (p. 150), sur la côte ouest de Saaremaa.



DIVERSITÉ

Compte tenu de la géométrie variable des frontières nationales, il n'est pas étonnant que les pays baltes aient longtemps abrité des minorités ethniques et religieuses diverses. La plus importante et la plus connue d'entre elles est la communauté juive qui a contribué à la vie de ces pays durant des siècles avant la Seconde Guerre mondiale, mais dont la présence a été considérablement réduite après la guerre. Outre un récent renouveau juif, les Karaïtes, les Setos et les orthodoxes vieux-croyants font partie intégrante de la riche culture de ces pays.



Les Karaïtes

Minorité juive turque originaire de Bagdad ne reconnaissant que la Bible hébraïque, les Karaïtes ont été amenés en Lituanie au XV^e siècle ; il n'en reste qu'environ 200.



Les Setos (ou Setos)

Minorité religieuse et linguistique d'origine finno-ougrienne, les Setos sont au nombre de 12 500 environ ; leurs terres ancestrales sont dans la région de Setomaa en Estonie.



Les vieux-croyants

Séparés de l'Église orthodoxe russe au XVII^e siècle et persécutés, les chrétiens orthodoxes de l'Est ont trouvé refuge en Estonie et en Lettonie.

DE GAUCHE À DROITE : ITABANTOS/SHUTTERSTOCK, ALEXANDER GAFAROV/SHUTTERSTOCK, BARGAIS/SHUTTERSTOCK





NOTRE SÉLECTION

Découvrez l'histoire des dissidents religieux russes au **1 Musée des Vieux-Croyants de Slutiški** (p. 254), une ferme restaurée en Lettonie.

Goûtez les *kibinai*, puis étudiez l'héritage des Karaïtes et examinez vêtements traditionnels, photographies et objets de la vie quotidienne au **2 Musée ethnographique karaïte** (p. 290) de Trakai.

Plongez dans l'histoire et la culture juives de la Lituanie au **3 Musée de la Culture et de l'Identité des juifs lituaniens** (p. 277) à Vilnius.

Recueillez-vous sur les ruines de la **4 Synagogue chorale** (p. 192) à Riga, incendiée par des collaborateurs nazis lettons alors que les fidèles étaient à l'intérieur.

Écoutez la langue setue, goûtez la cuisine du cru et immergez-vous dans la culture du peuple Seto à **5 Setomaa** (p. 127), aux confins du Sud-Est estonien.



TRADITIONS RURALES

Véritables fenêtres sur la vie d'autrefois dans les campagnes des pays baltes, les villages traditionnels de Lituanie, de Lettonie et d'Estonie se caractérisent par leurs fermes en bois, parfois à toits de chaume, et par la connexion puissante des habitants avec leur terre et les saisons. La pêche fait partie des traditions. Le long de la côte baltique, vous découvrirez de charmants villages de pêcheurs, certains abritant des hangars à filets et des cabanes de fumage du poisson.



Artisans à l'œuvre

Les villages sont souvent des hauts lieux d'artisanat (céramique, sculpture sur bois, dentelle, tissage, etc.) où l'on peut observer les artisans à l'œuvre.



Musées ethnographiques

En périphérie de Kaunas, Tartu et Riga, des musées ethnographiques en plein air permettent de découvrir architecture rurale traditionnelle, artisanat ancien et costumes folkloriques.



Un mode de vie intemporel

Dans certains villages, le sentiment d'appartenance régionale est bien vivant. On y vit au rythme des saisons, comptant sur la pêche, la cueillette et les récoltes faites à la main.

DE GAUCHE À DROITE : TARTEZ/SHUTTERSTOCK, MOLARJUNO/SHUTTERSTOCK, AKO PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK





NOTRE SÉLECTION

Prenez un thé et une tartelette *sklandraušis* à la carotte à **1 Alsunga** (p. 241), patrie des Suits, peuple réputé pour ses chants polyphoniques.

Admirez les bateaux de pêche et les girouettes ouvragées de **2 Nida** (p. 310) avant une dégustation d'anguille fumée.

Cap sur la côte ouest de **Muhu** pour découvrir l'architecture en rondins de l'île, superbement préservée au **3 Musée de Muhu** (p. 150), à Koguva.

Contemplez sculptures sur bois et céramiques en argile noire et recontrez les villageois du **4 Parc national de Dzūkija** (p. 360) qui moissonnent à la faux.

Visitez des villages de vieux-croyants de l'île de **5 Piirissaar** (p. 123), reconnaissables à leurs maisons de bois colorées et à leurs églises à dômes en bulbes.

PAYS ET VILLES

Composez votre voyage selon vos envies.

Estonie

CARREFOUR CULTUREL

Design nordique et entrepôts industriels reconvertis en galeries d'art et microbrasseries côtoient fortifications médiévales et ruelles labyrinthiques à Tallinn, la capitale résolument moderne de l'Estonie. Plus loin, la ville universitaire de Tartu vibre de l'énergie de la vie étudiante.

À Pärnu, profitez des plages et explorez les îles de Saaremaa et Hiiumaa à vélo.



HELSINKI (FINLANDE) p. 158

Helsinki

STYLE UNIQUE

Helsinki, voisine nordique des pays baltes, vous invite à découvrir son magnifique archipel dans le golfe de Finlande. Mêlant architecture contemporaine, boutiques de design, saunas, bars et galeries d'art, c'est la destination urbaine rêvée. Vous pouvez la rejoindre en 2 heures par ferry depuis Tallinn.

ESTONIE p. 51

LETTONIE

p. 173

Lituanie

NATURE PRÉSERVÉE ET HISTOIRE MILLÉNAIRE

Avec sa campagne parsemée de sculptures en bois élaborées, la Lituanie est plus agraire que ses voisins. Au-delà des rues pavées, des galeries d'art, des charmantes églises de Vilnius et des bars à bières artisanales de Kaunas, le pays offre des plages, des lacs, des sentiers forestiers et des festivals culturels et musicaux ancrés dans son passé païen.

LITUANIE

p. 264

Lettonie

DUNES ET FORÊTS

Peu de pays ont autant à offrir que la Lettonie. Les bâtiments Art nouveau de Riga et sa vieille ville classée au Patrimoine de l'Unesco contrastent de façon spectaculaire avec les immeubles soviétiques et les bars animés de Liepāja, sur la côte.

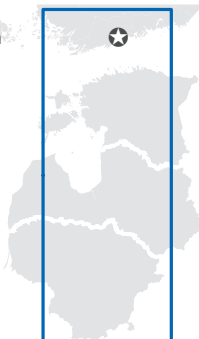
Au-delà se dévoilent la plage à Jūrmala, l'opulence aristocratique du palais de Rundāle, les châteaux de Sigulda et de Cēsis et le cap Kolka, isolé et balayé par le vent.

ITINÉRAIRES

Tournée des capitales

Durée : 4 jours **Distance :** 697 km

Imprégnez-vous des capitales baltes en commençant par le château et la vieille ville de Vilnius, puis en traversant la campagne et les forêts en direction de Riga et ses hangars à dirigeables au milieu d'édifices Art nouveau. Visitez le centre historique de Tallinn, hérissé de fortifications, puis prenez un ferry pour Helsinki.



1 VILNIUS 1 JOUR

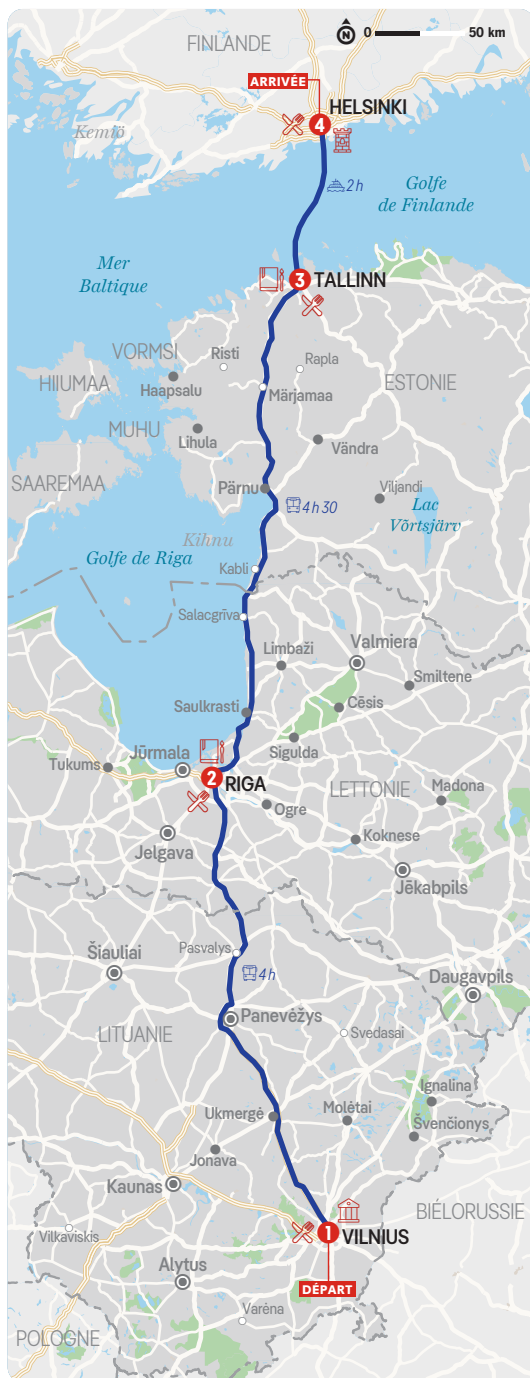
Commencez par **Vilnius** (p. 270), la capitale lituanienne. Admirez la tour de l'horloge de la place de la Cathédrale, prenez le funiculaire vers la colline de Ghédimin et ses splendides vues, faites une pause artistique au cœur de la république d'Užupis et découvrez l'histoire du pays au musée des Occupations et des Lutttes pour la liberté. Enfin, dégustez des spécialités lituanienes à Etno Dvaras ou offrez-vous un repas à Amandus.

4 heures

Tallinn (p. 56), Estonie



EN HAUT : JASPENCER/SHUTTERSTOCK. BOTTOM : ROSSHELEN/SHUTTERSTOCK. A DROITE : ARTHUR GREINBERG/SHUTTERSTOCK



2 RIGA 1 JOUR

Poursuivez vers **Riga** (p. 178) et prenez une journée pour explorer Vecrīga, la vieille ville pavée où s'érigent des bâtiments historiques comme les Trois Frères. Arrêtez-vous au musée d'Histoire et de la Navigation pour un aperçu de l'histoire du pays, admirez les demeures Art nouveau de la rue Alberta, buvez un verre au marché central et dînez au 3 Pavāru restorāns.

4 heures 30

3 TALLINN 1 JOUR

Faites une escale à **Tallinn** (p. 56) et parcourez le dédale de rues pavées de la vieille ville médiévale très bien préservée. Grimpez sur une ou deux tours de défense, visitez le musée de la ville de Tallinn ou prenez un bus vers le parc de Kadriorg pour une expérience artistique au musée Kumu. Enfin, savourez une bière artisanale dans le quartier branché de Telliskivi et un repas au NOA.

2 heures



4 HELSINKI 1 JOUR

Prenez un ferry pour **Helsinki** (p. 158) et profitez d'un café sur la place du Marché avant d'emporter un pique-nique pour une excursion en ferry vers la forteresse de Suomenlinna, classée par l'Unesco. Baladez-vous ensuite dans le Design District mondialement connu, avant d'aller transpirer au sauna Kotiharjun. Dégustez un plat typique finlandais à Ravintola Nokka pour finir la journée.

ITINÉRAIRES

Solo lituanien

Durée : 7 jours **Distance :** 843 km

Une semaine en Lituanie permet un tour des meilleurs sites du pays le plus méridional : la capitale dynamique, un parc national piqueté de lacs, une charmante ville portuaire, une station balnéaire, une bande de terre couverte de dunes, praticable à vélo et à pied, qui s'étend sur la mer Baltique, et la deuxième ville de Lituanie.



1 VILNIUS 2 JOURS

Commencez par la capitale, **Vilnius** (p. 270). Arpentez les rues pavées de la vieille ville, plongez-vous dans l'histoire au palais des Grands-Ducs de Lituanie et visitez le musée MO pour une touche d'art contemporain. Explorez le quartier artistique de la république d'Užupis et dégustez la cuisine d'Amandus.

🚶 Détour : passez par l'île de **Trakai** (p. 289), et découvrez son splendide château. 🕒 4 heures

🚗 1 heure 30, de Vilnius au parc national d'Aukštaitija

🚗 35 min, détour de Vilnius à Trakai



2 PARC NATIONAL D'AUKŠTAITIJA 1 JOUR

Profitez d'une journée au **Parc national d'Aukštaitija** (p. 346) pour faire du paddle ou du canoë sur les lacs près de Palūšė, pédaler ou randonner dans la forêt de pins, ou encore grimper en haut de la colline Ladakalnis pour un splendide panorama. Allez au musée de l'Apiculture ancienne, puis dînez au Romnesa Ignalina qui propose des plats typiques lituaniens.

🚗 3 heures 45, de Vilnius à Klaipėda



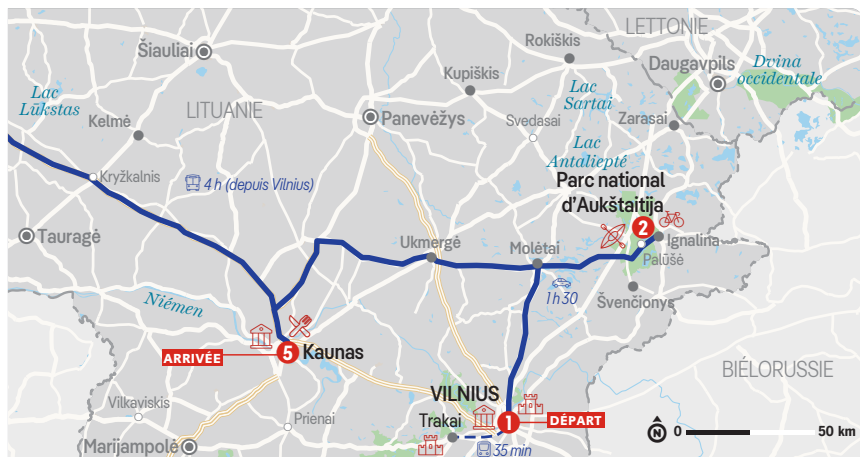
3 KLAIPĖDA 1 JOUR

Cap sur la ville portuaire de **Klaipėda** (p. 320) et son charmant centre historique, ses maisons à colombages de style germanique, son musée dans le château et son vaste parc parsemé de sculptures contemporaines.

🚶 Détour : pour profiter des plages de la mer Baltique, direction **Palanga** (p. 328), où prendre un bain de soleil et vous émerveiller au musée de l'Ambre. 🕒 5 heures

🚗 10 min et 🚗 1 heure, de Klaipėda à l'isthme de Courlande

🚗 35 min, détour de Klaipėda à Palanga



4

ISTHME DE COURLANDE 🕒 2 JOURS

Séjournes à Nida, le plus joli village de pêcheurs de l'isthme de Courlande (p. 310). Escaladez la dune de Parnidis pour admirer les paysages dignes du Sahara, visitez le musée de l'Ambre Mizgiris, pédalez vers Juodkrantė et slalomez entre les sculptures en bois de la colline des Sorcières. Vous pouvez également randonner sur l'une des plus belles parties du Chemin des côtes baltiques et déguster une anguille fumée.

🚗 2 heures 30, de Klaipėda à Kaunas



5

KAUNAS 🕒 1 JOUR

Terminez votre parcours par la deuxième ville de Lituanie, **Kaunas** (p. 292), avec sa vieille ville pavée et ses musées insolites sur la médecine, le basket-ball et la musique traditionnelle. Admirez l'architecture moderniste de la ville et son église de style brutaliste, découvrez les musées dédiés à l'artiste lituanien le plus connu ou encore à des figures historiques et profitez des meilleurs restaurants de la ville.



Porte de l'Aurore (p. 283)

ITINÉRAIRES

Trésors de la Lettonie

Durée : 6 jours **Distance :** 585 km

Ce voyage d'une semaine vous dévoilera les charmes de la Lettonie, de la capitale aux stations balnéaires, en passant par l'effervescence d'une ville portuaire, une impressionnante cascade, un haut lieu de l'excentricité aristocratique, un château médiéval et un parc national invitant à l'aventure.



1 RIGA ⌚ 2 JOURS

Commencez par **Riga** (p. 178) et sa vieille ville médiévale. Visitez la Rīgas Doms (cathédrale) et le musée d'Histoire et de la Navigation de Riga avant d'admirer l'architecture Art nouveau le long de la rue Alberta et de faire du shopping dans d'anciens hangars à dirigeables de la Seconde Guerre mondiale.

Détour : visitez le **Palais de Rundāle** (p. 224), conçu par l'architecte du Palais d'hiver de Saint-Petersbourg. ⌚ 5 heures

30 min, de Riga à Jūrmala

1 heure 30, détour de Riga au Palais de Rundāle



2 JŪRMALA ⌚ 1 JOUR

Située entre Majori et Dzintari le long d'une magnifique plage de sable blanc, **Jūrmala** (p. 196) est une jolie station balnéaire. Admirez les villas en bois du XIX^e siècle, promenez-vous le long de l'étendue de 24 km de sable, assistez à une démonstration de fumage du poisson au Musée en plein air de Jūrmala ou arpentez les sentiers de randonnée à travers la forêt et les dunes du parc naturel de Ragakāpa.

2 heures 30 depuis Riga



3 KULDĪGA ⌚ 1 JOUR

La vieille ville de **Kuldīga** (p. 229) se compose de bâtiments historiques très bien conservés, dont des trésors du XVII^e siècle comme l'ancien hôtel de ville ou la Pharmacie du duc Jacob. La ville tient aussi sa renommée de la chute d'eau Ventas Rumba. Cette cascade est la plus large d'Europe (249 m) et est impressionnante à observer, surtout au printemps lorsque les vîmbes sautent par-dessus la cascade lors de leur migration saisonnière.

2 heures



4 LIEPĀJA 🕒 1 JOUR

Au fil des siècles, **Liepāja** (p. 243) a connu plusieurs existences : grand centre de commerce, port naval majeur, base militaire soviétique... De son héritage industriel demeurent des entrepôts de brique rouge souvent reconvertis en salles de concerts et en bars. Découvrez le passé soviétique de la ville à la prison de Karosta avant un bain de soleil sur des plages parmi les plus belles de la Baltique.

🚗 3 heures 20, de Liepāja à Riga

🚆 1 heure 30, de Riga au parc national de la Gauja (Sigulda)



5 PARC NATIONAL DE LA GAUJA 🕒 1 JOUR

Depuis Sigulda, l'une des villes d'accès au **Parc national de la Gauja** (p. 209), vous pourrez randonner en forêt, pagayer sur la rivière et flotter au-dessus du ventilateur géant d'un simulateur de chute libre. Visitez les châteaux historiques de Sigulda et Turaida. Vous pouvez aussi explorer le parc depuis Cēsis, dotée de rues pavées, d'une forteresse livonienne du XIII^e siècle et d'un manoir du XVIII^e siècle.

🚗 3 heures 30



6 DAUGAVPILS 🕒 1 JOUR

Terminez votre périple à **Daugavpils** (p. 250), seconde ville de Lettonie, pour découvrir la ravissante vieille ville et son impressionnante forteresse au bord de la Daugava. C'est ici qu'a grandi Mark Rothko, avant de traverser l'Atlantique pour devenir l'un des plus grands artistes américains du XX^e siècle. L'ancien arsenal impérial russe, dans la forteresse, a été reconverti en un excellent musée d'art contemporain qui rend hommage à l'enfant du pays.



WIRESTOCK/GETTY IMAGES



Parc national de Soomaa (p. 136)

ITINÉRAIRES

L'essentiel de l'Estonie

Durée : 7 jours **Distance :** 641 km

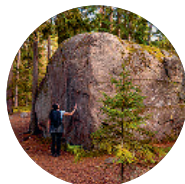
Cette escapade d'une semaine met en valeur la diversité de l'Estonie. Découvrez le charme de Tallinn et de la ville universitaire de Tartu, ainsi que le plus grand parc national estonien et la station balnéaire de Pärnu, sans oublier d'admirer des ruines médiévales ou des villages de caractère.



1 TALLINN 2 JOURS

Débutez par **Tallinn** (p. 56) et sa vieille ville inscrite au Patrimoine mondial, avec ses ruelles pavées, maisons de marchands, tours de défense, musées captivants et excellents restaurants. Prévoyez une deuxième journée pour visiter le Kumu, le château de Kadriorg, le quartier alternatif de Telliskivi ou le musée de la Photographie.

1 heure



2 LAHEMAA 1 JOUR

Parcourez à vélo **Lahemaa** (p. 88), le plus grand parc national d'Estonie, et admirez les magnifiques paysages côtiers et forestiers émaillés de lacs, rochers, rivières et tourbières. Le parc compte aussi des sites historiques et culturels à visiter, comme les manoirs de Palmse et de Sagadi. Vous pourrez prendre un repas dans l'un des bars de la plage de Võsu.

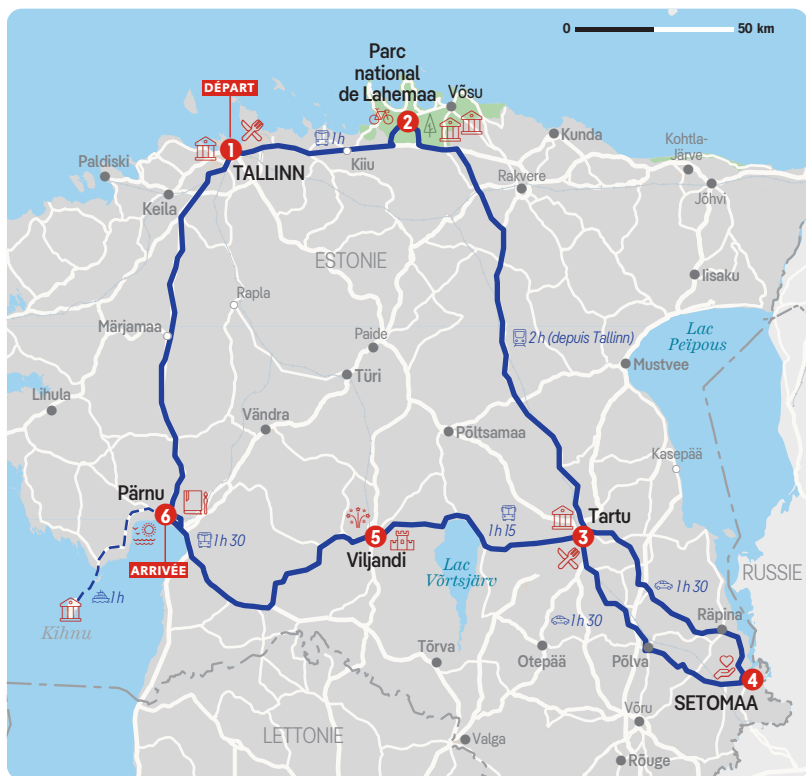
2 heures depuis Tallinn



3 TARTU 1 JOUR

Partez au sud vers **Tartu** (p. 103), la capitale intellectuelle de l'Estonie, principale ville universitaire. Le centre-ville est parsemé de bâtiments du XVIII^e siècle et de musées. Visitez le quartier de Supilinn à l'architecture du XIX^e siècle, et Aparaaditehas, un complexe industriel soviétique converti en centre culturel où faire du shopping et manger.

1 heure 30



4

SETOMAA 🕒 1 JOUR

Il vous faudra un véhicule pour explorer **Setomaa** (p. 127), au sud-est de l'Estonie. Dans cette ville vivent environ 15 000 Setos, une communauté soudée avec sa propre langue, ses costumes traditionnels et sa cuisine. Võrska est un bon point de départ, avec ses sources minérales thérapeutiques, son musée agricole et son excellent restaurant.

🚗 1 heure 20, de Setomaa à Tartu

🚗 1 heure 30, de Tartu à Viljandi



5

VILJANDI 🕒 1 JOUR

L'une des plus jolies villes d'Estonie, **Viljandi** (p. 118) surplombe le lac Võrtsjärv et sa vallée. Construite autour du château du XIII^e siècle édifié par les chevaliers Porte-Glaive, la bourgade se prête à une promenade hors du temps. Viljandi s'anime fin juillet lors de son festival de musique traditionnelle, le plus grand rendez-vous musical annuel du pays.

🚗 1 heure 30



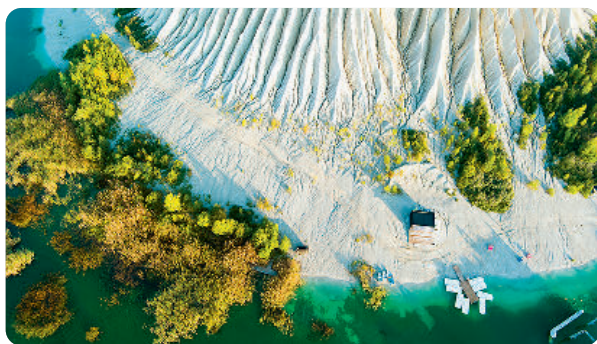
6

PÄRNU 🕒 1 JOUR

Des villas du XX^e siècle bordent les rues de **Pärnu** (p. 132), la principale station balnéaire estonienne. Jadis prisée des Estoniens pour ses cures thérapeutiques à base de boue, elle séduit aujourd'hui les familles et les vacanciers d'Estonie et d'ailleurs.

🚤 **Détour** : prenez un bateau vers l'**île de Kihnu** (p. 151) et ses plages calmes, un condensé de la culture locale. 🕒 4 heures

🚤 1 heure, détour de Pärnu à l'île de Kihnu



DMITRI / SHUTTERSTOCK



Carrière de Rummu (p. 87)

ITINÉRAIRES

Le long du littoral balte

Durée : 7 jours **Distance :** 831 km

Passant outre les stations balnéaires prisées de la Baltique, cet itinéraire vous fera découvrir des sites côtiers moins fréquentés – un cap peuplé d'oiseaux en Lituanie, le port industriel letton de Ventspils, les paysages sauvages du cap Kolka et les plus vastes marais d'Estonie, sans oublier l'agréable ville côtière estonienne de Haapsalu.



1 VENTĒS RAGAS 🕒 1 JOUR

Ventės Ragas (p. 331), cap s'avancant dans la lagune de Courlande, est un paradis pour les amateurs d'ornithologie. Situé sur une importante route migratoire, l'endroit voit défiler au printemps et à l'automne quelque 100 000 oiseaux – gibier d'eau, grues, cigognes... Le personnel de la station ornithologique de Ventės Ragas peut vous mettre en contact avec des guides ornithologues.

🚗 4 heures



2 VENTSPILS 🕒 1 JOUR

Ville portuaire animée sur la côte lettone, **Ventspils** (p. 236) est connue pour ses sculptures de vaches colorées. Faites une promenade à vélo le long des dunes bordant la superbe plage de la ville, et gardez du temps pour arpenter les pavés de la vieille ville, où le château de l'ordre de Livonie abrite un musée interactif consacré à l'histoire et à l'art lettons.

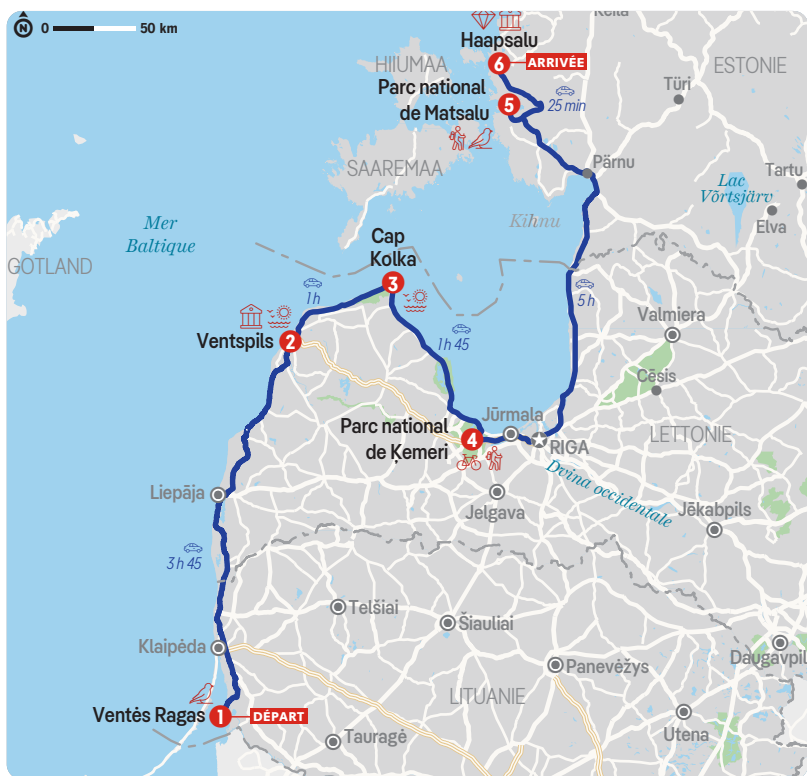
🚗 1 heure



3 CAP KOLKA 🕒 1 JOUR

Au **cap Kolka** (p. 240), la Dižjūra (La Grande Mer, ou mer Baltique) rejoint la Mazjūra (La Petite Mer, ou golfe de Riga) dans un paysage somptueux. La rencontre fracassante de la houle grisâtre de la première avec les eaux bleues de la seconde est un véritable spectacle. Hors saison vous aurez le village de Kolka et les plages presque pour vous seul.

🚗 2 heures



4 PARC NATIONAL DE KĒMERI ⌚ 1 JOUR

Il flotte toujours une odeur de soufre dans l'ancienne ville thermale lettone de Kēmeri, réputée dans les années 1930 pour ses soins à base de boue. C'est aujourd'hui la porte d'entrée du **Parc national de Kēmeri** (p. 201), vaste étendue de forêts, de lacs et de marais riches en faune.

🚗 5 heures



5 PARC NATIONAL DE MATSALU ⌚ 1 JOUR

Paradis pour les ornithologues, le **Parc national de Matsalu** (p. 140) est l'une des plus importantes réserves de zones humides d'Europe. Situé sur la voie de migration aviaire est-atlantique, le parc englobe également 50 îles dans la Vainameri (ou mer du Sund). Des paysages à découvrir le long de sentiers balisés à Penijõe, Salevere et Suitsu.

🚗 25 min



6 HAAPSALU ⌚ 2 JOURS

Installée sur une péninsule s'élançant dans la baie éponyme, la station balnéaire estonienne de **Haapsalu** (p. 137) est une escale relaxante en chemin vers Tallinn ou les îles. Arpentez le front de mer, visitez le Kuursaal (salle de cure) du XIX^e siècle, et explorez les vestiges d'un château épiscopal du XIII^e siècle, arborant une grande tourelle et abritant un musée consacré aux armes médiévales.

QUAND PARTIR

À n'importe quelle période de l'année ! Profitez des plaisirs estivaux entre mai et septembre et des activités hivernales entre décembre et mars.

Longues journées ensoleillées, belles plages, activités nautiques sur la mer Baltique et les lacs, sentiers forestiers chargés de myrtilles et de fraises sauvages ne sont que quelques-uns des attraits des pays baltes aux mois les plus chauds de l'année. Bains de soleil et baignades sont au programme sur l'isthme de Courlande et dans les stations balnéaires de la Baltique comme Palanga, Jūrmala et Pärnu. L'été (de même que la fin du printemps et le début de l'automne) est également une période idéale pour de longues randonnées sur le Chemin des côtes baltiques et le Sentier forestier. Si les mois les plus chauds sont également les plus riches en festivals, il y a quelque chose à fêter toute l'année dans les pays baltes. À l'intérieur des terres, le climat continental exige des habits chauds et un imperméable même en dehors des mois froids. L'hiver apporte ses propres plaisirs, des sports de neige aux marchés de Noël animés.



PAROLE D'HABITANT

TALLINN EN TOUTE SAISON

Liisi Rannast-Kask
gère les collections
du Vabamu – musée
des Occupations et
de la Liberté de Tallinn.

J'aime me baigner sur les plages de Tallinn, hiver comme été. Quand il fait froid, mon mari et moi profitons des cafés, bars et événements de Telliskivi Creative City. J'aime aussi la proximité de la nature : en été, nous cueillons des baies sur l'île d'Aegna ; en automne, je randonne sur la péninsule de Paljassaare pour observer les oiseaux ou profiter du silence du marais de Nõmme.

NUITS CLAIRES, NUITS SOMBRES

En raison de leur latitude, les pays baltes offrent plus de 18 heures de lumière par jour en juin et de longues soirées nacrées en été. À l'inverse, les hivers sont très sombres, le soleil se couchant dès 15h20 à Tallinn en décembre.



Marché de Noël à Tallinn (p. 56), Estonie

La météo au fil des mois



JANVIER

Temp. max.
moyenne : **-4°C**
Jours de pluie :
16



FÉVRIER

Temp. max.
moyenne : **-5°C**
Jours de pluie :
14



MARS

Temp. max.
moyenne : **1°C**
Jours de pluie :
12



AVRIL

Temp. max.
moyenne : **5°C**
Jours de pluie :
10



MAI

Temp. max.
moyenne : **12°C**
Jours de pluie :
11



JUIN

Temp. max.
moyenne : **16°C**
Jours de pluie :
12



JOURS FROIDS ET NEIGEUX

Janvier est le mois le plus froid ; les températures peuvent descendre jusqu'à -30°C à l'intérieur des terres. C'est aussi le mois le plus neigeux, avec des chutes moyennes de 23 cm.

Les grands rendez-vous

Foire artisanale de Kaziukas (p. 277) Lors de la plus grande fête de Vilnius, des artisans venus des quatre coins du pays et d'ailleurs investissent les rues et les places médiévales. 🌟 **Mars**

Nuit de la Saint-Jean
D'immenses feux de joie sont allumés dans les campagnes d'Estonie, de Lettonie et de Lituanie, et les fêtards, vêtus de costumes traditionnels, recherchent l'amour. 🌟 **Juin**

Summer Sound (p. 245)
Liepāja accueille divers festivals en été ; lors de cet événement de 2 jours, rock, hip-hop et électro résonnent dans les dunes près de la plage. 🌟 **Août**

Festival estonien de la chanson (p. 66)
Ce festival de chanson amateur rassemble tous les cinq ans des dizaines de milliers de spectateurs sur la place de la Chanson de Tallinn. 🌟 **Juillet**

Fêtes locales et festivals

Mardi gras Dans les villages de Samogitie, en Lituanie, les fêtards revêtent des costumes traditionnels et des masques en bois de diables et autres personnages de contes populaires, et font du porte-à-porte avec des musiciens pour chasser l'obscurité de l'hiver. 🌟 **Février**

Festival international d'archéologie expérimentale (p. 289) Ce festival de 3 jours, qui a lieu tous les étés à Kernavė, comprend des démonstrations d'allumage de feux comme à l'âge de pierre, de moulage du bronze, de teinture de laine et d'artisanat de forge de l'époque viking, ainsi que des festins

et des reconstitutions de batailles. 🌟 **Juillet**

Treski Music and Inspiration Festival (p. 129) Ce nouveau festival alternatif de Setomaa combine rythmes africains avec des groupes se produisant sur quatre scènes, bains de glace et enseignement de la méthode Wim Hof. 🌟 **Août**

Survival Kit (p. 186)
Les organisateurs de ce festival d'art contemporain mettent à profit les nombreux bâtiments industriels et résidentiels désaffectés de Riga pour présenter des œuvres d'art. 🌟 **Septembre/octobre**

PAROLE D'HABITANT

LA LITUANIE TOUTE L'ANNÉE

Eglė Nutautaitė
est un artiste et auteur lituanien. @eglen.author

Au printemps et en été, j'aime me promener dans la vieille ville de Vilnius et le quartier d'Užupis pour visiter les galeries d'art et les boutiques de créateurs.

En automne, je profite du festival Sostinės Dienos dans le parc Vingis de la capitale, je me balade dans les forêts de la région de Molėtai ou je pédale de Pervalka à Nida sur l'isthme de Courlande. En hiver, rien de mieux que du ski de fond autour de Druskininkai, suivi d'un après-midi de spa.



Fête de la Saint-Jean,
Lituanie

CHAUD, CHAUD, CHAUD

Les étés sont généralement doux et ensoleillés sur la côte, et plus chauds à l'intérieur des terres, les températures en Lituanie pouvant atteindre 36°C. La mer Baltique est la plus chaude en été (températures jusqu'à 20°C).



JUILLET

Temp. max.
moyenne : **17°C**
Jours de pluie :
13



AOÛT

Temp. max.
moyenne : **17°C**
Jours de pluie :
14



SEPTEMBRE

Temp. max.
moyenne : **12°C**
Jours de pluie :
14



OCTOBRE

Temp. max.
moyenne : **8°C**
Jours de pluie :
16



NOVEMBRE

Temp. max.
moyenne : **3°C**
Jours de pluie :
16



DÉCEMBRE

Temp. max.
moyenne : **-2°C**
Jours de pluie :
17



DE GAUCHE À DROITE : NINGORTLAND/GETTY IMAGES, FLUPPIX/ALAMY PHOTO

Famille à Vilnius, Lituanie

AVANT DE PARTIR DANS LES PAYS BALTES

Nos recommandations pour bien se préparer.

Dans sa valise

Épaisseurs Les Baltes ont coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais temps, juste de mauvais vêtements. Apportez un vêtement chaud et une veste imperméable à toute période de l'année, car même en été, averses et nuits fraîches ne sont pas rares. En hiver, emportez des épaisseurs thermiques et un manteau chaud.

Chaussures Des après-skis imperméables sont essentiels pour l'hiver. Le reste de l'année, des baskets, des sandales ou autres chaussures pratiques suffiront. Les Baltes se mettent sur leur trente-et-un pour sortir, prévoyez donc des chaussures chics.

Maillot de bain N'oubliez pas votre maillot de bain et votre serviette pour profiter des plages de sable fin et des lacs des pays

À savoir

La réserve est habituelle dans les pays baltes, mais les habitants deviendront plus effusifs dès que vous les connaîtrez mieux.

Inviter à dîner est courant, et la cuisine maison est préférée aux restaurants.

Vous êtes invité à partager un repas dans un chalet de campagne ?
Sautez sur l'occasion !

Parmi les sujets sensibles figurent le rôle actif des Litوانيens et des Lettons dans les atrocités nazies et la critique des héros de guerre anti-URSS.

baltes, ainsi que des saunas, proposés dans beaucoup de logements de vacances et d'hôtels estoniens.

Silva Rerum
(Kristina Sabaliauskaitė ; 2008) Roman historique en quatre parties racontant le grand-duché de Lituanie.

L'Homme qui savait la langue des serpents
(Andrus Kivirähk ; 2007) Ce récit estonien rend hommage à la relation du pays avec la nature.

Le Sel de nos larmes
(Ruta Sepetys ; 2016) Cet ouvrage illustre les périodes sombres de l'histoire de la Lituanie, notamment la Seconde Guerre mondiale et ses conséquences.

Touchés par l'éternité
(Aleksandrs Čaks ; 2016) Ces ballades écrites entre 1937 et 1939 sont dédiées aux carabiniers qui ont lutté pour l'indépendance de la Lettonie.

En quelques mots

Estonien

Tere (tè-rè) : bonjour

Head aega (hèd aè-ga) : au revoir.

Jah (ya) : oui

Ei (èi) : non

Tānan (ta-nane) : merci

Palun (pa-loune) : je vous en prie

Vabandage (va-bane-da-guè) : excusez-moi/pardon

Mis te nimi on? (mis tè ni-mi on) : comment vous appelez-vous ?

Mu nimi on... (mou ni-mi one) : je m'appelle...

Ma ei saa aru (ma éi saa a-rrou) : je ne comprends pas.

Letton

Sveiks/Svelka (sveïks/sveï-ka) : bonjour (si vous êtes un homme/une femme)

Jā (ya) : oui

Nē (né) : non

Lūdzu (lou-dzou) : s'il vous plaît

Paldies (pal-diès) : merci

Nav par ko (nav par koh) : je vous en prie

Atvainojiet (at-vaï-no-yiit) : excusez-moi

Piedodiet (pii-dod-iit) : désolé

Kā jūs sauc? (ka yous saots) : comment vous appelez-vous ?

Mani sauc ... (man-i saots) : je m'appelle...

Es nesaprotu (es né-sa-pro-tou) : je ne comprends pas

Lituanien

Sveiki (Svéi-ki) : bonjour

Sudie (sou-die) : au revoir

Taip (taip) : oui

Ne (né) : non

Prašau (pra-chaou) :

s'il vous plaît

Dėkoju (dè-ko-you) : merci

Prašom (pra-shom) :

je vous en prie

Atsiprašau (at-si-pra-chaou) : excusez-moi

Atleiskite (at-léi-ski-té) :

désolé

Kaip jūs vardas? (kaip you-sou var-das) : comment vous appelez-vous ?

Mano vardas yra ... (ma-no var-das i-ra) : je m'appelle...

Aš jūsų nesuprantu (ach you-sou né-sou-pran-tou) :

je ne comprends pas



VOIR



Vanishing Waves (Kristina Buožytė ; 2012) Un scientifique entre en contact avec le subconscient d'une femme plongée dans le coma.

Whisper of Sin (Algimantas Puipa ; 2007) Une femme suicidaire confesse son amour pour un prêtre.

Smoke Sauna Sisterhood (Anna Hints ; 2023) La réalisatrice originaire de Tartu (Estonie), rend hommage aux saunas traditionnels.

Est-il facile d'être jeune en URSS ? (Juris Podnieks ; 1986) Ce documentaire porte sur la dernière génération soviétique qui tente de sortir du totalitarisme.

Flow (Gints Zilbalodis ; 2024) Film d'animation récompensé d'un Oscar, dont le héros est un chat tentant de survivre à la montée des eaux dans un monde post-apocalyptique.

ÉCOUTER

Klajojančios Kanklės/ Wandering Zithers (Agota Zdanavičiūtė ; 2021) Il musiciens lituaniens jouent de la *kanklė* (cythare) traditionnelle.

Dzeguses Balss (The Menusets ; 1996) Album phare d'un groupe à la frontière entre les Beatles et Jefferson Airplane à la mode lettone.

Warriors of Thunder (Thundertale ; 2009) Power metal et folk metal lituanien par ce groupe originaire de Kaunas.

Lātsi Pitto (Zetod ; 2022) Groupe de folk estonien mélangeant musique traditionnelle et moderne en hommage à leur région d'origine, Setomaa.



Bœuf et légumes-racines, Estonie

À TABLE !

Entre plats roboratifs et cuisine du monde raffinée, la gastronomie des pays baltes a de quoi ravir tous les palais.

La cuisine balte puise ses racines dans la terre, le bétail et le gibier, qui constituent la base d'un régime alimentaire copieux destiné à soutenir les personnes effectuant de durs travaux ruraux. La saisonnalité joue depuis toujours un rôle crucial : les pommes de terre, les ragoûts, les raviolis aux multiples garnitures et les conserves permettent aux habitants de supporter les longs hivers glaciaux, tandis qu'au printemps, leurs palais avides de vitamines se régalaient de nombreux légumes verts. En été, on profite de fruits et de baies forestières et en automne, on cueille des champignons.

Aujourd'hui, le répertoire balte ne se limite cependant plus à la cuisine familiale. Les restaurants raffinés des grandes villes proposent des plats innovants utilisant les produits de saison sous de nouvelles formes et incorporent des influences gastronomiques internationales, du Caucase au Japon en

passant par l'Amérique du Sud. Les cafés spécialisés et les bars à bières artisanales poussent comme des champignons, évinçant les alcools forts et les bières industrielles qui faisaient figure de favoris.

Garde-manger balte

Dans une cuisine balte, on trouve généralement du pain de seigle, des confitures de baies faites maison, des légumes fermentés et de champignons séchés ou marinés, et un placard de céréales et de légumineuses : orge perlé, épeautre, millet, sarrasin et divers haricots. Il y a aussi des pommes de terre et autres légumes, et un congélateur rempli de raviolis. Le réfrigérateur contient des harengs, de la viande, des abats, des œufs et des produits laitiers variés (beurre, fromages doux, kéfir, lait). L'aneth, les graines de carvi, la cannelle et les feuilles de laurier font partie de l'assortiment d'épices classique.

Spécialités baltes

PIRUKAD/ PELMENI/ KOLDŪNAI

Raviolis farcis (viande, pommes de terre, champignons, baies).

VŪRTSIKILU SUUPISTE

Sprats fumés ou marinés, servis avec du pain de seigle et du fromage.

ŠALTIBARŠČIAI

En Lituanie, le bortsch froid d'été à base de kéfir est accompagné de pommes de terre nouvelles.

RŪKYTAS UNGURYS

L'anguille fumée de la lagune de Courlande est grasse et savoureuse.

Spécialités régionales

Le poisson est un aliment de base pour les communautés de bord de mer qui le fument, le salent et le séchent depuis des siècles, pour l'hiver. On trouve donc une grande variété de poissons fumés le long des côtes baltes (en particulier sur l'isthme de Courlande en Lituanie), tels que le maquereau, l'anguille, le sandre, l'éperlan et la daurade. Le gibier est très consommé, surtout dans les zones rurales. Les Lettons et les Lituanais, apiculteurs prolifiques, vendent un excellent miel en été. Dans les grandes villes, on trouve des restaurants s'adressant aux végétariens et aux végétaliens.

Qu'est-ce qu'on boit ?

Les pays baltes ont une longue tradition de consommation de café, avec d'excellents magasins spécialisés dans les grandes villes. La révolution de la bière artisanale a également trouvé un terrain fertile, notamment à Tallinn et Tartu en Estonie, Riga et Liepāja en Lettonie, et Kaunas, Vilnius et Panevėžys en Lituanie. Par ailleurs, la tradition lituanienne de brassage à la ferme remonte à plusieurs siècles et a été ressuscitée autour de Biržai. Outre la vodka de haute qualité, recherchez



Bière chez Labietis (p. 190)

les vins de fruits de Lituanie, le baume noir de Riga en Lettonie et la liqueur Vana Tallinn d'Estonie.



Festival de la mer de Klaipėda

ÉVÉNEMENTS CULINAIRES

Semaine gastronomique à Vilnius

Début novembre, les restaurants participants proposent des plats créés pour l'occasion.

Festival de la mer à Klaipėda Plus grande fête du littoral de Lituanie, en juillet, avec de la cuisine de rue et des stands vendant du poisson fumé, du miel et du pain.

Semaine de la restauration à Riga

En mars, les meilleurs restaurants de la capitale proposent des formules gastronomiques – une excellente affaire, surtout dans les établissements haut de gamme.

Fête de la Lamproie à Carnikava

Ce festival du mois d'août est dédié à ce poisson qui constitue l'un des mets les plus délicats de Lettonie.

Festival de la cuisine de rue à Tallinn (p. 71)

Chaque année au mois de juin, des *food trucks* proposent des saveurs internationales, à déguster en plein air.

Week-end de la bière artisanale à Tallinn (p. 71)

En juin, durant 2 jours, des brasseries locales et internationales servent leurs produits dans le centre créatif de la capitale.

GALETTES DE POMMES DE TERRE

Servies avec de la crème aigre ou farcies de viande ou de champignons.

PELĒKIE ZIRŅI

Pois gris cuits avec du bacon : un plat traditionnel de Noël en Lettonie.

BLINI

Tous les pays baltes consomment cette petite crêpe épaisse avec une garniture salée ou sucrée.

PAIN DE SEIGLE

Le pain de seigle, nutritif, aromatique et savoureux, est très populaire dans les pays baltes.



DE GAUCHE À DROITE : SABAH COGHILL/LOVELY PLANET, INSTUDIO/SHUTTERSTOCK ; BOTTOM : MATT MUNRO/LOVELY PLANET