



Photo: Transalpina

**Découvrez le lieu où vous  
vous sentez renaître.**

[www.romania.travel](http://www.romania.travel)

  
*explorez le jardin des Carpates*



Introduction .....	4
Calendrier Touristique Roumain .....	5
Les circuits les plus intéressants du Jardin des Carpates .....	6
Nature sauvage et parcs naturels .....	16
Le charme de la vie rurale .....	24
Santé et beauté .....	34
Découvrez le rythme des villes .....	42
L'aventure commence .....	54
Informations utiles .....	62





## Explorez le Jardin des Carpates

Cher lecteur,

Si vous êtes en train de lire ces pages, cela signifie que la Roumanie a réussi déjà à captiver votre attention. On vous promet que ce que vous savez de ce pays sera dépassé par les histoires que l'on vous dira en ce qui suit. Des histoires d'un pays des contrastes, où l'on trouve un mélange de rituels restés identiques depuis des centaines d'années et de grandes villes, une vie vibrante, des paysages éblouissants et des témoignages que notre riche histoire a gravés dans la pierre. Cette brochure vous sera un guide utile pour découvrir la Roumanie. C'est pour cela que nous avons créé pour vous un mini-guide que vous pourrez utiliser en prenant pour repère six points d'intérêt principaux.

Nous proposons, pour commencer, quelques circuits touristiques pour vous aider à connaître la Roumanie plus vite. Puisque la Roumanie jouit d'un relief équilibré et harmonieux, nous avons dédié ce deuxième chapitre de la brochure aux beautés naturelles. Et, comme la beauté naturelle est complétée par la ressource la plus importante de ces lieux, dans le troisième chapitre nous allons vous raconter des histoires concernant les hommes, leurs traditions et coutumes, qui ont défini leur vie pendant tous ces siècles. Et, comme il arrive souvent, la beauté de la Roumanie ne se trouve pas seulement à l'extérieur, c'est pourquoi nous allons vous raconter des histoires concernant les sources de santé qu'on peut trouver chez nous. Ensuite, nous vous invitons à découvrir le rythme entraînant de la vie des grandes villes roumaines, de véritables trésors culturels. Et, pour les personnes les plus aventureuses, nous avons préparé un chapitre spécial qui augmentera votre taux d'adrénaline par l'offre de sports extrêmes que l'on peut pratiquer en Roumanie, dans un cadre naturel très généreux.

Vous serez convaincu que ce kaléidoscope d'images et d'émotions est capable de vous arracher au temps et il vous aidera à mieux vous connaître et surtout vous allez vous sentir renaître. **Et n'oubliez pas, avant de vous mettre en route, d'emporter ce mini guide dans votre sac.**

**Bon voyage!**

**L'ÉQUIPE DE L'AGENCE NATIONALE DE TOURISME**

# CALENDRIER TOURISTIQUE ROUMAIN

Pour être sûr de ne manquer aucun événement important dans votre voyage en Roumanie, voici notre calendrier:

## JANVIER

Noël dans le calendrier ancien  
Timișoara (Banat)



## FÉVRIER

Foire aux Baisers  
village Hălmașiu (Banat)  
festival dédié aux femmes nouvellement mariées

Dragobete (24 février)  
fête nationale de l'amour



## MARS

Mărțișor (1er mars)  
fête nationale qui célèbre le début du printemps

Fêtes de la Jeunesse  
Brașov (Transylvanie) – fête célébrant le passage  
des garçons de l'adolescence à la maturité



## AVRIL

Tânjaia  
Hoteni-Ocna Șugatag (Maramures)  
fête agraire

Izvorul Tămăduirii  
Brăila (Moldova)  
pèlerinage orthodoxe à l'église Buna Vestire

La fête chrétienne – orthodoxe de Pâques



## MAI

La Foire de l'Ascension  
Topoloveni (Munténie) – foire d'objets d'art populaire

Fête du Lilas  
village Ponoare (Olténie) – fête agraire dans la forêt  
de lilas sauvage

Iorgovanul  
Arad (Banat) – festival folklorique

Sâmbra Oilor  
tous les villages de Maramures – fête des bergers

EUROPafest  
Bucarest – festival de jazz, blues, pop

Festival International de Théâtre  
Sibiu (Transylvanie) – festival dédié à l'art théâtral

Festival International de Film Transilvania – TIFF  
Cluj-Napoca (Transylvanie) – le plus grand festival  
cinématographique roumain



## JUILLET

Festival de la chanson, du costume  
et de la danse populaire de Bihor  
Băile Felix (Crișana) – festival ethno-folklorique

La foire des filles du Mont Găina  
Sighișoara Médiévale  
Sighișoara (Transylvanie) – festival médiéval

Yeux de Paon  
Rădăuți (Bucovine) – festival des potiers

B'ESTFEST – Bucarest (festival de musique)

Festival Gărâna  
Gărâna (Banat) – festival de jazz

Le Festival Peninsula  
Cluj-Napoca – festival de musique

La Fête des Forestiers  
Poienița Voinii (Hunedoara)

Le Festival de la Moisson  
Ampoița (Alba)

## AOÛT

Enescu et la musique du monde  
Sinaia (Munténie) – festival international de musique culte

Călușul Românesc  
Slatina (Olténie) – festival dédié à la danse roumaine,  
inclus dans le patrimoine mondial de l'UNESCO

Festival de l'Ail  
village Copălău (Moldavie) – concours avec des prix en ail

Journée de la Marine – 15 août  
Constanța (Dobrogea) – défilade, exercices navals

Stufstock  
Vama Veche (Dobrogea) – festival de musique, film et théâtre

L'Anonyme  
Sfântu Gheorghe (Dobrogea) –  
festival dédié au film indépendant

Le Festival des Galettes  
Oituz (Bacău)

Le Festival National de la Truite  
Ciocănești (Suceava)



## OCTOBRE

Festival du Vin  
Arad (Crișana) – festival dédié  
à la production du vin

Le Festival des Saucissons de Pleșcoi  
Berca (Buzău)

Journée mondiale de la Femme du Milieu Rural

## NOVEMBRE

SoNoRo  
Bucarest, Iassy (Moldavie),  
Timișoara (Banat),  
Cluj-Napoca (Transylvanie)  
festival de musique de chambre

## JUIN

Drăgaica  
Buzău (Munténie)  
festival ethno-folklorique et  
foire populaire

Le Coq de Hurez  
défilé Stejarii-Horezu (Olténie) – foire des potiers

Coutumes de Noces de Bucovine  
village Straja (Bucovine) – festival folklorique



## SEPTEMBRE

Foire des oignons  
Asuaju de Sus (Maramures) –  
fête folklorique

Festival du Chou Farci «sarmale»  
Praid (Transilvania) – festival gastronomique

Festival George Enescu  
Bucarest (une fois tous les deux ans)  
festival de musique classique

Anim'est  
Bucarest – festival d'animation

La Fête Tămăioasa  
Pietroasele (Buzău)

La Foire du Tourisme Rural  
Albac, (Alba)

La Fête des récoltes  
Poiana Mărului (Brașov)

EXPOPASTORALIS – l'histoire du fromage  
Rucăr (Argeș)

La Parade des Jardiniers,  
Săpoca (Buzău)

Le Retour des moutons  
Le Festival du Fromage et du Jambon, Bran (Brașov)



## DÉCEMBRE

Journée Nationale (1er  
décembre)  
fête nationale

Noël (25 décembre)  
fête religieuse nationale

Le Festival des Anciennes Coutumes du Noël

Festivals de coutumes roumaines, des Foires de Noël

La maison avec véranda – la Fête des villas à louer Buzău  
Sărata Monteoru (Buzău)







Monastère Moldovița

### Choisissez une légende et poursuivez-la en Roumanie

Peu importe combien de jours vous avez dédié à vos vacances en Roumanie, où que vous regardiez la carte du pays, vous verrez une douzaine de lieux touchés par la beauté et les histoires qui vous poussent à les découvrir.

De la Mer Noire de Dobroudja aux Carpates de Transylvanie, en passant par les grandes plaines de la Munténie, par les collines de Banat et les plateaux de la Moldavie, les formes de relief les plus variées se trouvent dans les confins de la Roumanie, douées de leur unicité et permettant à la nature d'adopter des formes inattendues qu'il faut voir en détail, pour être capable de connaître le pays aussi bien qu'on le désire. Le pittoresque du pays est dû aussi aux traditions qui préservent leur caractère ancien et qui vous transportent dans des temps plus paisibles et calmes.

De plus, une autre partie du charme de la Roumanie provient de son architecture particulière, qui s'érige en un miroir fidèle des époques historiques traversées, en donnant naissance à un mélange unique de nouveau, d'ancien, de spiritualité et de nature urbaine.

Mais si vous êtes persuadé de surprendre un aspect spécifique de la beauté roumaine dans vos vacances, un itinéraire bien conçu vous serait bien utile. Nous vous présenterons ici quelques circuits touristiques pour vous aider à explorer la Roumanie.



Le train à vapeurs Mocănița – Vaille de Vaser



Château de Bran





### Les circuits du cœur des Carpates

Au centre du pays, au milieu des sommets enneigés des Carpates, l'histoire et les traditions s'unissent aux beautés naturelles et à la créativité architecturale, pour donner naissance à l'une des plus belles régions de la Roumanie, la Transylvanie.

Commencez votre voyage en Transylvanie avec Sibiu, ancienne capitale culturelle européenne en 2007 (avec Luxembourg), pour découvrir l'une des plus belles villes roumaines. Si vous voulez sentir son énergie médiévale, il faut vous laisser du temps pour une simple promenade dans la Grande Place, dans les vieilles rues pavées qui serpentent parmi des maisons et des monuments bâtis en style germanique du XVII<sup>ème</sup> siècle, ou sur le Pont des mensonges, construit en 1859. Il ne faut pas rater l'impressionnant Palais Brukenthal, symbole de la ville, pour y admirer la plus belle collection d'œuvres d'art de Sibiu. Le chapitre sur les destinations city-break de cette brochure vous en dira plus.

Vous pourrez ensuite vous diriger vers Braşov, une autre ville en style germanique, connue pour la beauté de son architecture et située aux pieds du Mont Tâmpa. C'est à la Place de la Mairie du centre-ville où se réunissent plusieurs ruelles avec leurs maisons coquettes, leurs magasins et leurs restaurants séduisants. Pour voir l'essence de la ville il faut visiter l'Eglise Noire, symbole du style gothique en Roumanie, ou la Rue de la ficelle, large de seulement 130 centimètres.

Et, si vous avez envie d'une atmosphère plus jeune, visitez la ville de Cluj-Napoca, le deuxième centre universitaire du pays selon la dimension (après Bucarest) – il y a 10 universités de prestige et 60.000 étudiants chaque année.

Si, après toutes ces promenades urbaines, vous avez ensuite envie d'un peu d'histoire et de rusticité, tournez-vous vers Țara Bârsei, dans le sud-ouest de la Transylvanie, pour voir les églises fortifiées incluses sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO, qui ont toujours préservé leur position médiévale.



Rue de Sighișoara



Grande Place Sibiu



Château de Peleş

Commencez votre voyage dans le district de Braşov, là où, en quittant la route qui lie la ville la plus grande du département, Braşov, avec Sighișoara, se trouve le village de Viscri et l'une des églises fortifiées saxonnnes des plus spectaculaires. L'église-salon roman fortifiée, très bien conservée, se trouve au-dessus des fondations d'une chapelle romane en calcaire blanc.

Toujours dans le district de Braşov, il faut vous arrêter à Prejmer pour voir son église fortifiée, bâtie dans un style gothique bourguignon par les chevaliers teutons au milieu du XVIII<sup>ème</sup> siècle. Le bâtiment culturel est entouré par des fortifications solides (d'ailleurs, Prejmer est la plus fortifiée église-citadelle de l'est de l'Europe), avec ses hautes murailles (jusqu'au 12 m) et un dispositif de combat innovateur pour son temps. À ne pas oublier l'orgue de la mort, composées d'une série d'armes qu'on pouvait utiliser en même temps.

Ensuite, dirigez-vous vers Sibiu, où vous pourrez voir la monumentale église-salon de Biertan. La plus intéressante partie du bâtiment est la sacristie, munie d'un système compliqué à 19 serrures, couronné à l'Exposition Mondiale de 1900 de Paris. Les fortifications, composées de trois lignes de murailles, sont considérées les plus fortes de toute la Transylvanie.

Pas loin de là, dans le département d'Alba, vous trouverez l'église évangélique fortifiée de Câlnic, bâtie au XVI<sup>ème</sup> siècle. Les tours de la fortification dominant toujours l'église. Terminez votre séjour dans le département de Harghita, à Dârjiu, où l'église unitarienne fortifiée abrite un ensemble important de peintures murales.

Ensuite, dirigez-vous vers le district de Hunedoara, dans le sud-ouest de la Transylvanie, et faites une visite à l'imposant Château des Huniades, unique dans la région pour son architecture en style gothique français.

Dans la cour du château il y a une chapelle et une fontaine de 30 mètres de profondeur. La légende dit qu'elle a été creusée par trois prisonniers turcs à qui on avait promis la liberté s'ils arrivaient à l'eau. A présent, le château a été transformé en musée.

### À savoir

A Biertan, il y a, à l'intérieur de l'église fortifiée, une petite maison où l'on enfermait les époux qui se querellaient, pendant quelques jours. Dedans il n'y avait qu'un seul lit, une seule assiette, une seule cuillère, fourchette et couteau et un seul verre, afin de forcer les époux à collaborer pour être capables de manger. On dit que, en 400 ans, il n'y a eu qu'un seul cas de divorce, donc la «thérapie» fonctionnait merveilleusement.

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 📍 • Préparez-vous pour les friandises grasses mais délicieuses de la Transylvanie: avec beaucoup de porc et de la crème, beaucoup de jaune et tout cela condimenté avec du poivre rouge, estragon et sarriette.
- 👁️ • **Palais Banffy:** Piața Unirii 30, Cluj-Napoca
- 🚗 • **Moyens de transport:** la voiture
- 🌸 • **Période recommandée:** au printemps, pour voir la région tout entière en fleur.



Château de Făgăraș



Le Château des Huniades, l'un des monuments d'architecture gothique les plus importants de la Roumanie





### Maramureș: le circuit des traditions vivantes

On ne peut pas dire qu'on a vu la Roumanie traditionnelle si on ne choisit pas de passer les vacances au nord-ouest du pays, à Maramureș, là où les traditions ont donné naissance à des villages et des maisons d'une beauté étonnante. Pour commencer, il faut admirer les portes massives de Maramureș, sculptées en bois les plus intéressantes œuvres créées par les artistes populaires. Soutenues par trois colonnes, les portes sont sillonnées par des motifs ornementaux traditionnels, comme le coq, le soleil et la corde.

Les plus beaux exemples se trouvent dans les villages Vadu Izei, Bârsana, Oncești, Desești et Sârbi.

Il faudrait ajouter à la liste de votre circuit en Maramureș les églises en chêne, qui sont restées le point central de tout village traditionnel. Ces bâtiments culturels font partie du patrimoine mondial de l'UNESCO. Les églises en bois les plus intéressantes se trouvent dans les villages Plopiș, Rogoz, Ieud et Poienile Izei.

En Maramureș la tradition est gardée en ce qui concerne les vêtements également. Les pièces du costume féminin les plus importantes sont la «năframa» (une sorte d'écharpe ornée), la chemise blanche dont les manches finissent par une manchette ou des volants, la jupe sur laquelle on porte deux «zadia» garnies de rayures horizontales (carrés tissus de laine, liés seulement à l'une des extrémités). Sur la chemise il y a la veste, courte et sans manches, en fourrure de mouton.

Les hommes portent une chemise blanche et courte, «izmene» (des caleçons) pendant l'été et «cioareci» (des pantalons plus ou moins épais) pendant l'hiver sur la tête on porte un «clop» en été, ou une «cușmă», en hiver. Les gens qui ont décidé de respecter le costume traditionnel d'une manière plus stricte n'ont pas encore renoncé à leurs sandales traditionnelles.

Et, si vous voulez comprendre d'une manière plus profonde l'esprit et les conceptions des habitants de Maramureș, il faut ajouter à la liste des objectifs une visite au Cimetière joyeux de Săpânța. Fameux pour la manière pleine d'humour dont ils traitent les événements souvent tragiques qui ont mené à la mort des personnes enterrées là, le Cimetière joyeux est un concept unique au monde grâce aux croix peintes en couleurs vives, ornées de vers et peintures naïves, qui représentent des scènes de la vie des personnes y enterrées.



Détail du Cimetière Joyeux (Săpânța)



Le Monastère Bârsana



Costume traditionnel de Maramureș

#### À savoir

Le Parc National Munții Rodnei de Maramureș a été inclus dans le patrimoine mondial de l'UNESCO grâce à la diversité de sa flore et faune.

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 🚶 • Faites un petit voyage avec la **Mocănița**, le dernier train à vapeur de l'Europe – on commence dans le village Vișeu de Sus et on continue pour presque 50 km. C'est le seul moyen de transport qui peut vous porter dans les hauts villages de la vallée de Vișeu.
- 👁️ • **Le Musée de Minéralogie:** Boulevard Traian no. 8, Baia Mare.
- ✈️ • **Moyens de transport:** l'avion (Aéroport international Baia Mare).
- ☀️ • **Période recommandée:** décembre, pour voir les traditions de Noël.

### La Bucovine, le miroir du Paradis

Peuple christianisé au tout début du christianisme, mais forcé, siècle après siècle, de résister aux pouvoirs de différentes religions qui le dominaient et lui imposaient leurs coutumes, les Roumains se sont confrontés avec le besoin de marquer leur spiritualité par des bâtiments religieux qui existent encore de nos jours.

La contrée de la Bucovine, dans le nord-est du pays, abrite les plus beaux bâtiments culturels de toute la Roumanie, 22 monastères peints aux XV<sup>ème</sup> et XVI<sup>ème</sup> siècles avec un tel art qu'on a encore à découvrir tous leurs secrets. Huit de ces monastères ont été inclus sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO.

Si vous voulez voir le meilleur dès le tout début du voyage, commencez alors par le monastère Voroneț, situé à 6 km de Suceava. Surnommé la Chapelle Sixtine de l'est, le monastère est toujours splendide, aujourd'hui tout comme il y a 500 ans, à sa construction, surtout grâce à sa couleur bleu intense, bleu de Voroneț, que l'on a utilisé pour peindre les fresques sur les murs extérieurs et intérieurs – et dont on n'a pas encore découvert la composition exacte. Et, si les peintures vous inspirent, vous pouvez participer aux ateliers artistiques organisés par les religieuses dans le monastère.

Continuez votre circuit avec le monastère Sucevița, un bâtiment culturel qui ressemble à une forteresse et qui date depuis 1581. La construction a le plus grand nombre de fresques parmi les monastères peints de Bucovina.

Ensuite, dirigez-vous vers Moldovița, avec ses peintures soulignées par des touches dorées et bleues. Les fresques les plus importantes du monastère sont «Le siège de Constantinople» et «L'arbre de Jésus», représentant la généalogie de la famille de notre Sauveur, l'un des thèmes spirituels européens les plus connus du Moyen Âge.

Le circuit doit absolument inclure le monastère Humor, assez petit mais abritant une importante collection d'icônes du XVI<sup>ème</sup> siècle.

#### À savoir

Les religieuses des monastères de la Bucovine sont appelées à prière en frappant la «toaca», une planche en bois. La tradition a commencé au Moyen Âge, quand l'Empire Ottoman assiégeait la Moldavie et l'utilisation des cloches était interdite. La coutume a été préservée d'autant plus que, pendant les temps de guerre qui ont suivi, les cloches étaient fondues pour en fabriquer des balles.



Peinture murale extérieure Monastère Moldovița



Le Monastère Humor



Le Monastère Voroneț

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 🚶 • Explorer le **Massif Ceahlău**, où l'on dit que Zamolxis, le dieu suprême des Daces, avait son temple.
- 👁️ • **La cité-forteresse de Suceava:** Dealul Cetății.
- ✈️ • **Moyens de transport:** avion (Aéroport international Ștefan cel Mare).
- ☀️ • **Période recommandée:** avant Noël, pour jouir des traditions locales.





### Voyages ensoleillés en Dobroudja et au Delta du Danube

Domaine de la mer, des plages, qu'elles soient sauvages ou touristiques, et de la végétation abondante, la Dobroudja est considérée par les spécialistes comme le territoire le plus ancien de la Roumanie actuelle. Ainsi, il n'est pas du tout surprenant qu'en y voyageant on verra les traces des peuples conquérants.

Au nord de Constanța il y a le château médiéval Enisala (Heraclea). Situé sur une colline calcaireuse, pour une meilleure visibilité, la construction datant du XV<sup>ème</sup> siècle a été bâtie par les Génois pour des raisons militaires et de surveillance. Les sépultures daces, et même les os de mammouth trouvés ici, prouvent que cette zone a été inhabitée depuis l'époque préhistorique.

Le paradis des amateurs de la nature sauvage – c'est le surnom du Delta du Danube, la réserve de la biosphère incluse au patrimoine mondial de l'UNESCO. Le deuxième delta selon sa dimension, et aussi le meilleur conservé en Europe, le Delta du Danube s'étend autour des trois branches du Danube, Chilia, Sulina et Sfântu Gheorghe, sur 5.700 km<sup>2</sup>, et forme le plus jeune territoire roumain – le delta continue à croître grâce aux 67 millions de cailloux déposés ici chaque année par le fleuve.

On peut arriver dans le Delta par une croisière sur le Danube ou bien en bateau, à partir de la ville de Tulcea. Et si vous êtes un grand amateur de plats de poisson, il faut vous arrêter dans les villages des pêcheurs du Delta – Ceatalchioi, Plaur, Chilia Veche etc. (sur la branche de Chilia), Maliuc et Crișan (sur la branche de Sulina) ou Mahmudia et Murighiol (sur la branche Sfântu Gheorghe).

Bien sûr, on peut aussi pêcher dans des zones spécialement aménagées, du juin jusqu'au décembre.





Et, si vous êtes déjà arrivé dans la région, il ne faut pas rater la plus importante ville de la Mer Noire, Constanța. Cette ancienne colonie grecque, fondée il y a 2.500 ans, se vante aujourd'hui avec le somptueux bâtiment du Casino en style Art Nouveau construit à l'entre-deux-guerres, et la promenade romantique où l'on vous recommande de regarder la mer au coucher du soleil.

Vous pouvez trouver plus de renseignements sur les objectifs touristiques de Constanța dans le chapitre sur les destinations city-break de la brochure.

#### À savoir

Dobroudja est fameuse pour ses nombreux vignobles.

#### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

-  • Faites un bain dans la boue curative du **lac Techirghiol**, un véritable traitement nonconventionnel.
-  • **Théâtre Fantasio**: Boulevard Ferdinand no. 11, Constanța.
-  • **Moyens de transport**: train ou voiture.
-  • **Période recommandée**: juin – octobre



Pêche au lever du soleil sur le lac Fortuna - Delta du Danube, entré au Patrimoine de l'UNESCO

### Héritages daces, valeurs mondiales

Il y a très longtemps, entre le I<sup>er</sup> siècle avant Jésus Christ et le I<sup>er</sup> après Jésus Christ, sur le territoire de la Roumanie d'aujourd'hui vivaient et luttèrent les Daces.

La capitale de la Dacia, la fière citadelle Sarmizegetusa-Regia, veillait au milieu des Montagnes Orăștie, au sud-ouest de ce qu'on nomme de nos jours la Transylvanie, entourée par un véritable collier de citadelles de défense que les Romains n'ont réussi à conquérir qu'en 106.

Aujourd'hui, les sommets des Montagnes Orăștie n'abritent plus que six citadelles daces (y compris Sarmizegetusa), toutes incluses au patrimoine mondial l'UNESCO.

Pour approcher Sarmizegetusa, il faut partir de la fortification Bănița, située à 11 km de Petroșani et au sommet de la colline Bolii, à une hauteur de 902 m.

La construction est faite en calcaire et est accessible uniquement par la partie nordique de la colline.

Ensuite, il faut aller vers la citadelle de Căpâlna, dans le village ayant le même nom, à 10 km de Sebeș.

Ici l'on peut admirer le mur du type murus dacicus, élément architectural typiquement dace, formé de deux murs extérieurs faits de grandes roches et des cailloux.

#### À savoir

Toutes les citadelles daces des Montagnes Orăștie sont entrées dans un procès de restauration complexe en 2012.

La citadelle Costești-Blidaru est le lieu où l'on s'arrête maintenant. La seule citadelle dace restée indépendante a une architecture militaire ingénieuse: on entre par la première tour, conçue d'une telle manière que l'ennemi doit virer à droite, pour découvrir, trop tard, qu'il est exposé à l'attaque.




Avant de mettre fin à votre voyage dans les Montagnes Orăștie, arrêtez-vous pour voir la citadelle Lunca-Piatra Roșie, à une altitude de 832 m, sur le plateau éponyme et entourée par de abîmes.

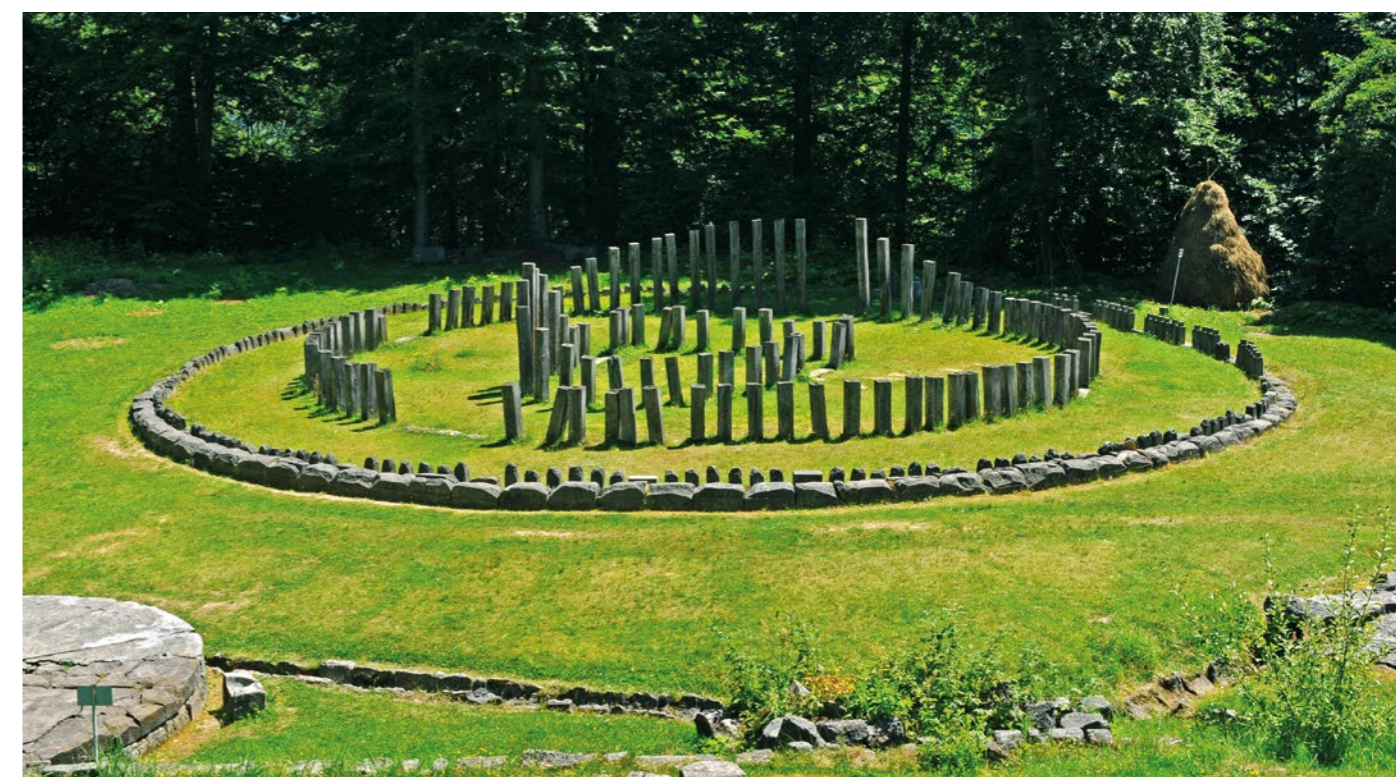
Ici, vous êtes déjà proche de la capitale Sarmizegetusa-Regia vous attend sur la Colline Grădiștei, à 1.200 m. Aujourd'hui y restent les murs de défense, en pierre calcaireuse, qui entourent un territoire de presque 3 hectares.

Nos histoires s'arrêtent ici, mais pas vos choix. Vous pouvez vous y rendre par avion ou bien vous pouvez traverser le circuit carpatique vous-même.

Il serait bien d'essayer aussi le Transfăgărășan, que Top Gear, le show auto des Anglais, a désigné comme «la meilleure voie du monde». N'oubliez pas le circuit des Portes de Fer, un défilé sur le Danube et aussi un paradis écologique.

#### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

-  • Visitez le **calendrier circulaire**, une des marques de l'ingéniosité des Daces.
-  • **Moyens de transport**: voiture jusqu'à la base des collines, puis à pieds.
-  • **Période recommandée**: en été, quand le terrain est sec et il est facile d'y monter.



Sarmizegetusa Regia – département Hunedoara



## CIRCUITS

- 1. Circuit du Maramureș** – Églises en bois, Patrimoine Mondial UNESCO (Bârsana, Budești, Deșești, Ieud, Plopiș/Sisești, Poienile Izei, Rogoz/Târgu Lăpuș, Surdești/Sisești) Mocănița – Vișeu de sus, Musée d'Art de Baia Mare, Săpânța).
- 2. Circuit de la Transylvanie** – des villages avec des églises fortifiées de Transylvanie, Patrimoine Mondial UNESCO (Biertan, Călnic, Dârjiu, Prejmer, Saschiz, Valea Viilor, Viscri), Forteresse Bastion en style Vauban de Alba Iulia, Sighișoara, Château de Bran, Șumuleu Ciuc, les forteresses daces des Montagnes d'Orăștie, Patrimoine Mondial UNESCO (Sarmizegetusa Regia, Costești-Cețățuie, Costești-Blidaru, Căpâlna, Luncani-Piatra Roșie, Bănița); Gherla et Dumbrăveni – des communautés arméniennes
- 3. Circuit de l'Olténie** – Monastère de Hurezi, Patrimoine Mondial UNESCO, Monastère en bois de Frâncești, Horezu (céramique), Măldărești (bâtiment en style «cula»), Târgu Jiu (Ensemble Sculptural Constantin Brâncuși), Craiova, Monastère Strehaia
- 4. Circuit de la Munténie** – Târgoviște, Curtea de Argeș, Poenari, Sinaia, Monastères auprès de Bucarest (Ghighiu, Țigănești, Pissiota, Snagov), des palais de Bucarest (Mogoșoia, Știrbey)



## CIRCUITS

- 5. Circuit de la Bucovine et la Moldavie** – Églises de Bucovine avec de la peinture murale, Patrimoine Mondial UNESCO (Voroneț, Arbore, Humor, Moldovița, Sucevița, Pătrăuți, Suceava, Probota), Putna, Monastères de Moldova (Secu, Agapia, Neamț, Sihăstria, Văratec), musées (Iasi, Piatra Neamț, Fălticeni)
- 6. Circuit de la Dobroudja et du Delta du Danube** – vestiges romains (Monument d'Adamclisi), habitations originales dans le Delta (Sfântu Gheorghe), des plages sauvages (Corbu, Vama Veche), Constanța (La mosaïque romaine), cave à vin Murfatlar, la grotte de Saint Apôtre André, le baptiste du peuple roumain (Ion Corvin), Monastère de Dervent (les croix de pierre qui émergent de la terre connues pour l'huile sainte qui coule sur leur pierre), Château Fort Génois Enisala, Forteresse Grecque Histria, Localité geto-daque de Dinogetia-Garvân.
- 7. Circuit du Banat et de la Crișana** – Oradea, Arad, Timișoara, Monastère Radna, Monastère Hodoș-Bodrog, Églises en bois de Făget.
- 8. Croisière sur le Danube et sur la Mer Noire** – Orșova (visite aux Băile Herculane), Drobeta Turnu Severin (visite au Pont d'Apolodor de Damasc, Termes Romane, Amphithéâtre Roman), Giurgiu (visite a Bucarest), Oltenița (visite a Bucarest), Tulcea (visite dans le Delta du Danube et sur le Littoral), Constanța (visite dans le Delta du Danube et sur le Littoral).





Voyageur aux Montagnes Bucegi

## La nature impressionnante et sauvage de Roumanie

Imaginez des arbres vieux de quelques centaines d'années, de plus de 40 mètres hauteur et d'un diamètre d'environ un mètre et demi, dans une région où l'écosystème créé dans des milliers d'années n'a jamais été troublé par l'homme.

Maintenant pensez à la joie d'observer, dans leur habitat naturel, des loups et des ours, ou de se promener sur l'un des plus grands glaciers souterrains de l'Europe. Ensuite, figurez-vous une vallée légère où, il y a des milliers d'années, des dinosaures gigantesques se baladaient paresseusement.

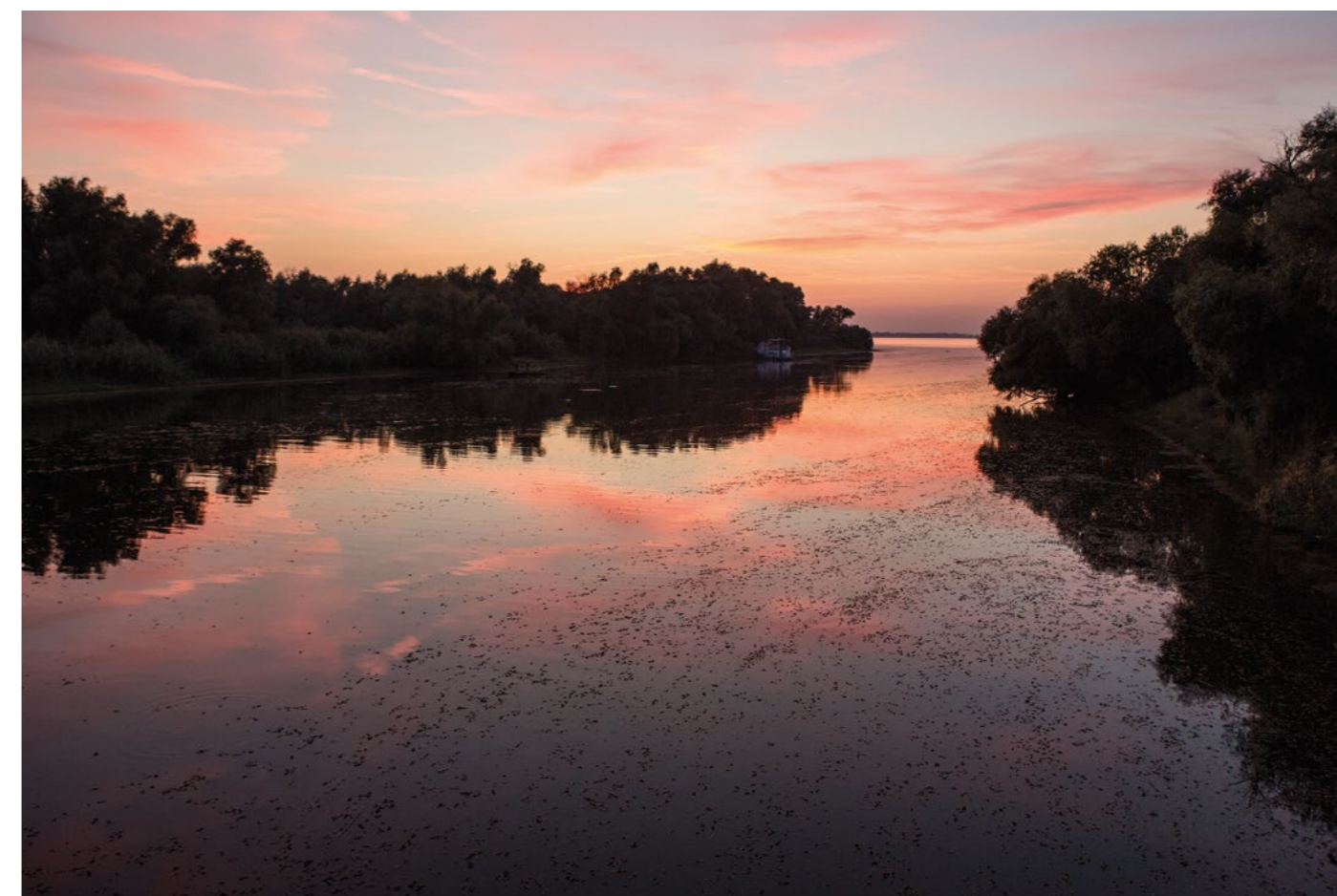
Vous pensez que pour voir tout cela vous devez voyager partout dans le monde de la forêt amazonienne jusqu'à l'étendue sauvage de la Sibérie, et ensuite revenir en Europe de l'Ouest? Vous pouvez voir tout cela au sein d'un même pays la Roumanie.

Fière de son relief équilibré, qui inclut une plage au bord de la Mer Noire de 75 kilomètres et dans des proportions approximativement égales des plaines, collines et montagnes, mais aussi l'une des plus riches biodiversités de l'Europe, la Roumanie vous surprendra toujours par une autre facette de sa nature sauvage.

Le paysage est fascinant, l'air est pur, les eaux limpides, et les Roumains ont une relation étroite avec la nature qu'ils aiment. Cela vous offre une expérience authentique: la découverte des beautés de la nature, mais aussi la découverte de votre propre être – afin de retourner à la civilisation comme quelqu'un qui naît une deuxième fois.



L'Ours brun dans les Carpates



Lac Fortuna au lever du soleil – Delta du Danube, entré au Patrimoine de l'UNESCO





## Une richesse inégalable – les forêts vierges

Le lieu où toute l'Europe peut renaître, parce qu'il est un véritable laboratoire et guide de la nature authentique, se trouve dans les régions de forêts vierges de la Roumanie. Un véritable trésor, les 250.000 hectares de forêt jamais touchée par l'homme constituent la plus large surface de ce genre de l'Europe. 65% des forêts vierges et quasi-vierges de l'Europe se trouvent ici.

Ici, vous pouvez trouver des arbres jeunes qui ont à peine étendu leurs branches vers le soleil, aussi que des arbres séculaires vénérables de plus de 40 mètres de hauteur et qui peuvent dépasser 1,5 mètres en diamètre. Plus de 13.000 espèces différentes de plantes et d'animaux font partie de l'écosystème de forêts vierges, vieilles de quelques millénaires et jamais influencées par l'homme.

A côté d'eux, vous découvrirez une moitié de la surface boisée de la Roumanie qui est formée de forêts naturelles et demi-naturelles. Pourrait-il y avoir une meilleure invitation que celle de venir les explorer?

Mais vous devez tenir compte du fait que l'on y trouve aussi la plus grande population de loups, lynx et ours de l'Europe, donc renseignez-vous avec précision sur les tracés que vous voulez suivre.

### À savoir

L'écorégion carpatique compte 322 000 hectares de forêts vierges, dont la plus grande partie, 250 000 ha, se trouve en Roumanie.



Vous allez à la montagne en automne pour les couleurs



Les nombreuses populations de lynx dans les Carpates



Le chamois – blason des Carpates

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Allez avec un forestier ou un guide pour observer les ours bruns. Les professionnels qui s'occupent de la forêt ont des points d'observation aménagés pour ce genre de choses.
- 🗺️ • **Les forêts vierges** se trouvent sur des terrains accidentés, difficilement accessibles, mais elles vont la peine d'y aller. Pourtant, vous devez y aller seulement si vous êtes accompagné par des guides, parce que l'écosystème est délicat et surtout il n'a pas été influencé par la présence de l'homme.
- 🚗 • **Moyens de transport:** allez en voiture, ensuite à pied.
- ☀️ • **Période recommandée:** comme elles se trouvent dans des lieux dont l'accès est difficile, il est recommandé d'y aller pendant l'été, lorsque le temps est chaud et sec.

## Les montagnes Apuseni vous invitent à vous transformer en explorateur

Le parc naturel Apuseni, situé à l'ouest du pays, se fait remarquer par la richesse du relief karstique. Puisqu'il est dans la plupart non-aménagé, il vaut mieux y aller bien équipé et accompagné par des guides.

Vous y trouverez des plateaux, cavernes, dolines, sources vaclusiennes d'une beauté étonnante et portant des noms poétiques, évocateurs: Le monde perdu (Lumea pierduta), L'aven noir (Avenul negru), Le glacier du feu vif (Ghetarul Focul Viu).

Parmi eux, la grotte de Valea Rea se détache nettement, étant considérée par les spécialistes comme le plus grand «musée» spéléo-minéralogique de Roumanie. En effet, la richesse de minérales de cette grotte la situe parmi les dix premières de ce genre du monde entier.

La grotte du glacier de Scarisoara abrite le deuxième plus grand glacier recouvert d'Europe. Le bloc gelé date de 3.500 ans, et à l'intérieur de la grotte, des stalagmites de glace se forment chaque année.

### À savoir

Dans la Grotte des Ours (Pestera Ursilor) des Montagnes Apuseni vous pouvez voir les os des ours que la grotte y abritait.

## Le charme boisé du Parc national Cheile Bicazului – Hășmaș

Situé dans la région centrale de nord-est de la Roumanie, dans les Carpates Orientales, ce parc offre aux visiteurs le paysage spectaculaire des Gorges du Bicaz, le miroitement du Lac Roșu, interrompu par les moignons et la beauté des forêts de conifères.

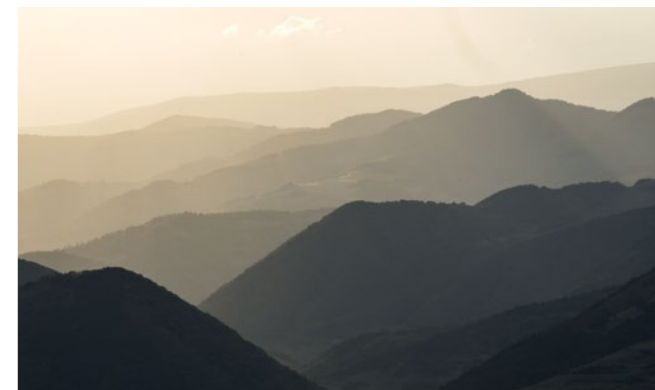
La grande différence de niveau (575 mètres dans la vallée du Bicaz et 1792 mètres sur le sommet Hasmasul Mare) donne naissance à une riche biodiversité, avec 1147 espèces de plantes supérieures.

Le Lac Rouge (Lacul Roșu), formé à la suite d'une calamité naturelle, a une beauté unique. Après une série de pluies et de tempêtes, une partie de la montagne a bloqué l'écoulement de trois ruisseaux, en formant ce lac dont la surface est percée par des moignons de faux sapin.

La réflexion au coucher du soleil du sommet aux pieds duquel s'est formé le lac, mais aussi les alluvions rougeâtres et les calcaires roux autour du lac ont déterminé les habitants de cette région à le nommer le Lac Rouge (Lacul Roșu).

### À savoir

Le parc Cheile Bicazului – Hășmaș se trouve sur la route d'accès qui fait la liaison entre la Transylvanie et la Moldavie.



Les Montagnes Metaliferi – dans les Montagnes Apuseni

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Visitez le **Glacier du feu vif** (Ghetarul Focul Viu). Représentant un tiers de celui de la grotte Scărișoara, le glacier est illuminé par une fenêtre dans le plafond, qui le transforme dans un spectacle d'ombres.
- ⚡ • Le glacier numéro 2 dans le top des glaciers de Roumanie se trouve aussi dans le Parc national Apuseni et porte le nom **L'aven Bortig** (Avenul Bortig).
- 🚗 • **Moyens de transport:** la voiture.
- ☀️ • **Période recommandée:** toute saison est bonne pour une visite aux Apuseni.



Les Gorges de Bicaz – Montagnes Hășmașul Mare

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Les gorges s'étendent sur une longueur de 6 kilomètres entre le Lac Rouge et Bicazul Ardelean. Elles se trouvent sur la route nationale DN12C.
- 🚗 • **Moyens de transport:** la voiture.
- ☀️ • **Période recommandée:** toute saison, sauf l'hiver, lorsque la route est peu accessible.





## Cimes hautes et nature sauvage dans la montagne **Piatra Craiului**

Au centre du pays, pas très loin de Braşov, partie des Carpates Méridionales, il y a une cime haute, spectaculaire, nommée Piatra Craiului. Cette cime, ayant une altitude de 2.200 mètres, et les passages limitrophes forment l'un des parcs nationaux les plus riches et spectaculaires de Roumanie.

Il y a une abondance de plantes aux fleurs, parmi lesquelles on remarque l'espèce endémique de l'œillet, nommée l'œillet de Piatra Craiului, mais aussi les 41 espèces d'orchidées de montagne.

La faune, elle aussi spécifique aux Carpates, se fait remarquer par la présence de 35 espèces endémiques. Ici on peut aussi observer les sauts élégants du chamois et la vie paisible des grands carnivores comme le loup et l'ours.

### À savoir

Dans le parc Piatra Craiului on a inventorié 21 espèces différentes de chauve-souris, mammifères qui sont protégés sur tout le territoire de la Roumanie.

## Découvrez le monde fascinant du **Retezat**

Le parc national le plus spectaculaire, peut-être, celui de Retezat est situé dans la région du centre-ouest de la Roumanie, toujours dans les Carpates Méridionales.

Le relief modelé par les glaciers a un charme spécial. Préparez-vous à trouver ici 80 lacs, parmi lesquels le lac glaciaire le plus étendu de Roumanie – le lac Bucura, mais aussi le plus profond – le lac Zănoaga.

20 sommets de plus de 2000 mètres vous invitent à les conquérir, afin d'observer d'en haut la beauté du relief typiquement glaciaire, mais aussi les calcaires percés de beaucoup de grottes des cimes.

On doit ajouter qu'ici l'on peut trouver un tiers de la flore de Roumanie, mais aussi des chamois, cerfs et biches, loups, lynx et ours, papillons et chauve-souris et vous comprendrez pourquoi une visite en Retezat n'est que le début d'une histoire d'amour entre l'homme et la nature intacte.

### À savoir

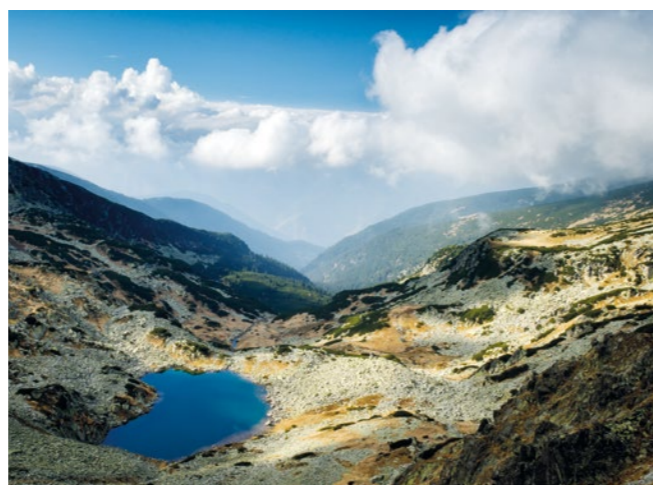
La région qui se trouve entre Tăul Negru et Valea Dobrun a une grande importance scientifique, donc l'accès du public a été interdit.



Piatra Craiului

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👁️ • Allez observer des oiseaux, parce qu'ici vous avez à votre disposition 111 espèces différentes.
- 👤 • Visitez le **chalet Curmătura**.
- 🚗 • **Moyens de transport:** à pied, c'est le seul moyen de visiter ce parc dans son ensemble.
- 🌈 • **Période recommandée:** le parc peut être parcouru quelle que soit la saison, si vous avez l'équipement adéquat.



Le Massif Retezat

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👁️ • Si vous arrivez très haut sur les cimes, vous avez l'occasion de voir la plus ancienne espèce de mammifères de Roumanie, qui vit dans cette région depuis la période glaciaire du Quaternaire – **le chamois**.
- 👤 • Les tracés de montagne du Retezat doivent être parcourus à pied.
- 🌈 • **Période recommandée:** le parc peut être visité toute l'année, avec l'équipement adéquat.

## Le paradis retrouvé – le **Delta du Danube**

Le delta le mieux préservé de l'Europe et le troisième territoire marécageux du monde en tant que dimensions, la réserve de la biosphère du Delta du Danube est un monument de l'UNESCO depuis 1991.

La biosphère du Delta se vante de l'une des plus grandes biodiversités du monde – plus de 5.500 d'espèces végétales et animales – et elle est dépassée seulement par le Recif de Corail d'Australie et l'Archipel Galápagos d'Equateur.

Mais la faune du Delta est beaucoup plus variée: vous pouvez aussi y admirer des chats sauvages, renards, loups, biches, sangliers et chevaux sauvages, dans la forêt Letea (où l'on peut entrer seulement dans la compagnie d'un guide). Grindul Letea, un terrain sableux, abrite la forêt d'arbres feuillus éponyme, pleine des arbres qui peuvent avoir même 400 ans.

### À savoir

Afin de protéger la richesse naturelle du Delta du Danube, 8,7% de sa surface peut être visitée seulement par les chercheurs.



Le lac Fortuna – Le Delta du Danube, entré au Patrimoine de l'UNESCO



Promenade en barque – Delta du Danube, entré au Patrimoine de l'UNESCO



Les pélicans dans le Delta du Danube, entré au Patrimoine de l'UNESCO

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👁️ • Le **Delta du Danube** est l'endroit idéal pour observer les oiseaux, parce qu'en hiver des espèces venant même de l'Afrique migrent ici.
- 👤 • Selon la saison, vous pouvez aller à la pêche. Les pêcheurs partent avant la levée du soleil, mais l'atmosphère des canaux mérite un petit sacrifice.
- 🚗 • **Murighiol** est la dernière localité où l'on peut arriver en voiture. D'ici, le bac et les barques sont les seuls moyens de transport.
- 🌈 • **Période recommandée:** il est préférable de visiter le Delta au printemps et en automne, même si en hiver le paysage a un charme distinct, qui mérite d'être savouré.

Il est presque impossible d'essayer d'énumérer toutes les sources de charme et de nature authentique de la Roumanie. Celle-ci n'est qu'une tentative, qui ne pourrait pas omettre l'étrange structure mégalithique du Sphinx, proche des statuettes modelées par le vent des Babe (vieilles femmes), des montagnes Bucegi aux Carpates Méridionales ou le paysage presque lunaire des Volcans Boueux (Vulcanii Noroioși) du département de Buzău.

La richesse de la faune et flore actuelle de la Roumanie n'est pas d'origine récente. Vous pouvez vous en convaincre dans le géo-parc du Pays de Haţeg (Ţara Haţegului), un territoire qui, 70 millions d'années auparavant, était une île tropicale pleine de fougères géantes et de dinosaures nains.

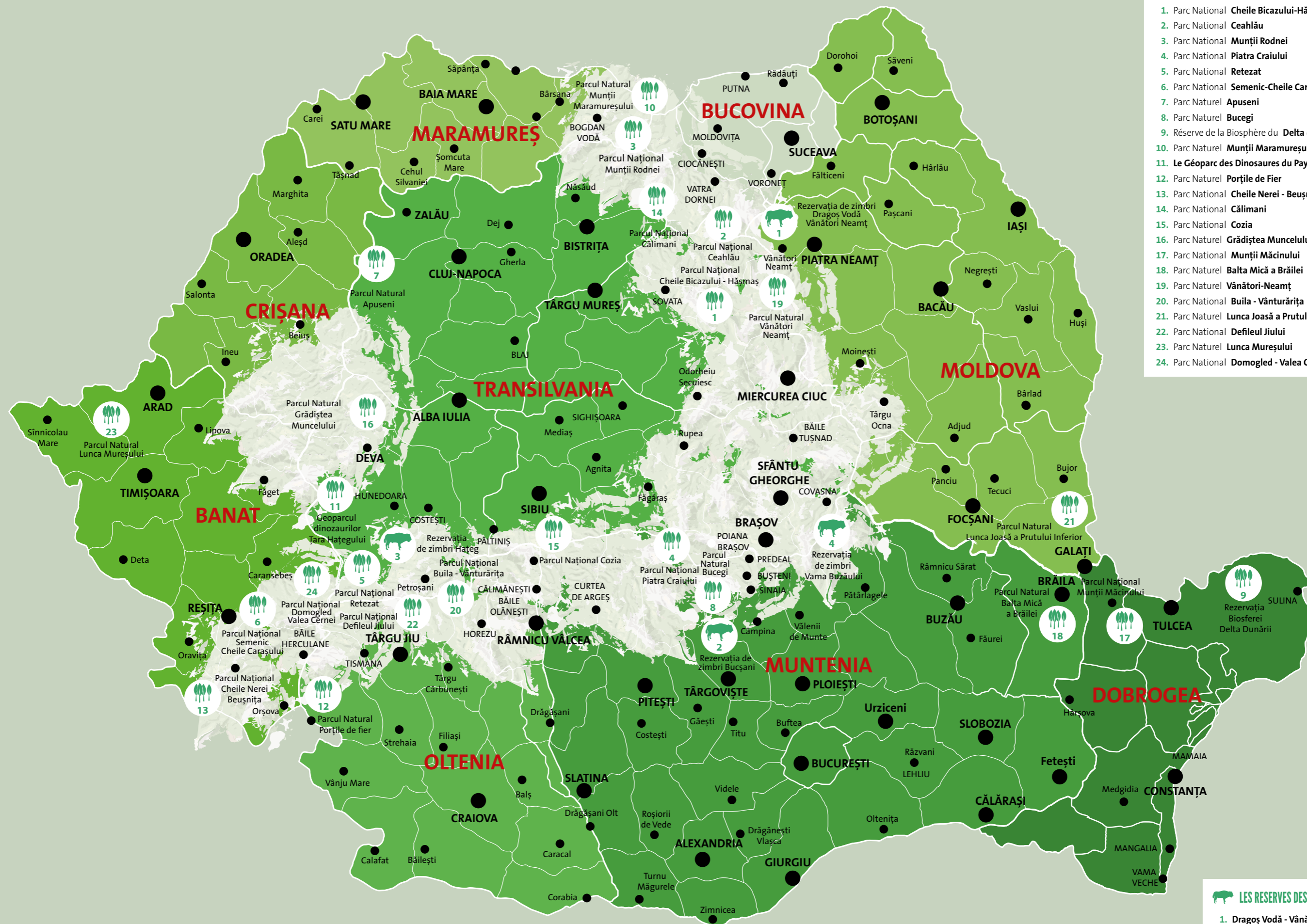


**NATURE SAUVAGE ET PARCS NATURELS**

1. Parc National Cheile Bicazului-Hășmaș
2. Parc National Ceahlău
3. Parc National Munții Rodnei
4. Parc National Piatra Craiului
5. Parc National Retezat
6. Parc National Semenic-Cheile Carașului
7. Parc Naturel Apuseni
8. Parc Naturel Bucegi
9. Réserve de la Biosphère du Delta du Danube
10. Parc Naturel Munții Maramureșului
11. Le Géoparc des Dinosaurés du Pays de Hațeg
12. Parc Naturel Porțile de Fier
13. Parc National Cheile Nerei - Beușnița
14. Parc National Călimani
15. Parc National Cozia
16. Parc Naturel Grădiștea Muncelului
17. Parc National Munții Măcinului
18. Parc Naturel Balta Mică a Brăilei
19. Parc Naturel Vânători-Neamț
20. Parc National Buila - Vânturărița
21. Parc Naturel Lunca Joasă a Prutului Inferior
22. Parc National Defileul Jiului
23. Parc Naturel Lunca Mureșului
24. Parc National Domogled - Valea Cernei

**LES RESERVES DES BISONS D'EUROPE**

1. Dragoș Vodă - Vânători Neamț
2. Buceșani
3. Hațeg
4. Vama Buzăului







Arrêt à la fontaine dans un village de Transylvanie

## Retrouvez le goût de la vie à la campagne

Une région rurale sera peut-être le meilleur point de départ dans votre exploration de la Roumanie loin de la civilisation et plus proche de la nature intacte. Dans vos randonnées à travers les contrées roumaines, vous découvrirez, peut-être avec étonnement, la chaleur et la bienveillance des gens des villageois, leur ouverture envers les visiteurs.

La course du temps ne semble pas avoir affecté le style de vie du paysan roumain. De plus, dans les villages cachés au cœur des vallées de montagnes ou sur les hauts plateaux, le temps s'écoule d'une autre façon, plus paisible. Laissez-vous envoûter par le charme des lieux et des traditions rurales et sortez de votre temps. Dans les villages roumains vous prenez part à un rituel qui demeure inchangé depuis centaines d'années. Vous quittez ainsi le quotidien pour entrer en relation avec des valeurs simples, sans âges, et sentez vraiment que vous renaissiez...

Le paysan roumain a toujours une forte relation avec sa terre. Son style de vie demeure d'ailleurs le même que celui de ses aïeux. Et comme c'est la nature qui dirige la vie, on'est pas du tout surpris de constater le rôle crucial que le sacré y joue.. Les valeurs qui le guident sont, elles aussi, inchangées : le respect pour la terre, pour la communauté et pour le sacré, le souvenir de ceux qui n'y sont plus, la confiance dans les traditions et, par conséquent, dans l'avenir.

Et si vous avez la chance de vous trouver dans l'une de ces zones rurales, à un jour férié, vous pourrez participer aux rituels immuables depuis des centaines d'années, en partageant une culture authentique et originelle que vous pensiez avoir disparu de nos jours en Europe.



Les Traditions conservées à Stâna de Vale – Bihor



Poienița Voinii – Hunedoara





## Un Noël riche et joyeux, le cœur des traditions roumaines

Si vous êtes à la recherche d'un autre genre de voyage, orienté vers les valeurs du passé et vers les vraies relations humaines, vers la joie vivre en communauté et vers le retour aux sources, participez aux deux grandes fêtes de l'année, les plus chères aux Roumains : le Noël et les Pâques des chrétiens-orthodoxes. Au-delà de leur dimension religieuse évidente, ces fêtes offrent l'occasion de réaffirmer le rôle de la communauté, de réunir la famille, de rétablir la place de l'individu dans son milieu, mais aussi de rapprocher chacun du sacré.

Le repas, le festin sont au centre de toutes les fêtes roumaines. Celui qui partage ce repas fait plus que se nourrir, il établit des liens avec les siens, avec les autres membres de la communauté, avec les défunts et avec Dieu. Les paysans sont fiers de leurs festins et heureux d'avoir des invités.

A la campagne, la préparation du repas est souvent aussi importante et savoureuse que le repas lui-même. A Noël, la viande de porc est à la base du repas. Ce repas basé sur la viande vous semble-t-il trop difficile à digérer ? Retenez juste que tous les aliments mis à la table sont naturels et préparés avec beaucoup de joie et plaisir, alors n'hésitez pas à mettre les pieds sous la table lorsqu'on vous le propose.

### À savoir

La coutume roumaine de conserver la viande en la faisant frire et en la couvrant complètement de saindoux transforme le tout en une préparation qui ressemble aux rillettes françaises.



Promenade en traîneau – Bihor



Paysage rural



Découvrez les traditions d'hiver – La parade des ours de Dărmănești

Les préparations de porc ont le même nom dans tout le pays, mais leur recette peut varier, selon le spécifique de chaque région et le talent de la cuisinière. Vous pouvez goûter sans crainte la couenne, c'est-à-dire la peau de l'abdomen du porc, bien nettoyée et légèrement fumée, avec une texture croquante et un goût salé; le lard – des portions de graisse conservée soit par le fumage, soit par une cuisson avec des condiments ou salaison; des saucisses faites à la maison, bien séchées et à l'ail, ou des «sarmale» – rouleaux de viande hachée et assaisonnée, enveloppés dans des feuilles de chou ou des feuilles de vigne.

Si vous avez l'impression que tout ce que l'on a énuméré est trop riche en calories, n'ayez pas peur. Ces plats sont d'habitude accompagnés par des muraturi – légumes brillants et vivement colorés, conservés dans le vinaigre ou dans la saumure, et de l'eau de vie («țuică») obtenue par la distillation des fruits. Le tout est fait maison et très bon pour vous aider à digérer les plats à base de porc. De plus, n'oubliez pas que, lorsque vous prenez place à la table d'un paysan roumain, vous pouvez être sûr que toute la nourriture provient de sa ferme et que vous n'allez pas seulement vous régaler, mais que vous allez aussi vous sentir comme un membre de sa famille.

### À savoir

Les Saxons, l'une des ethnies établies sur le territoire roumain, gardaient le lard dans les greniers roumains, gardaient le lard dans les greniers des grosses tours en pierre des églises fortifiées. Rangées en hauteur, protégées par des murs épais en pierre et aérées par les courants d'air, les tranches de lard restaient fraîches, y compris pendant l'été. Ce genre de tour est parfois appelé La tour du Lard.



Des plats traditionnels



Des plats traditionnels roumains





## Le chœur des messagers du monde sacré- les chanteurs de chants de Noël

Les préparations du repas et la célébration sont terminées la veille, alors que les chants de Noël commencent à s'entendre. Selon la coutume, les plus jeunes du village forment le groupe de chanteurs (dans certaines régions, ce sont les villageois les plus âgés). Ils visitent chaque maison du village en interprétant des chants anciens qui annoncent l'imminente naissance de Jésus.

Toutes les maisons reçoivent les chanteurs de chants de Noël, parce que ce sont de véritables messagers de Dieu. La croyance populaire dit justement que c'est Dieu qui entre dans la maison et lève son verre de vin par l'intermédiaire des chanteurs de chants de Noël. Les chants de Noël ont aussi un autre rôle, celui d'apporter dans chaque maison la fertilité et la chance.

Dans certaines régions, comme celle des Montagnes Apuseni, à la veille de Noël, les enfants mettent en scène une véritable pièce de théâtre religieuse. La coutume, nommée «porter l'Hérode», raconte, à travers les personnages, la nuit de la naissance de Jésus.

En Maramures, les groupes des chanteurs de chants de Noël sont accompagnés par des gens portant des masques, qui représentent des esprits mauvais, la mort, ou encore d'autres personnages de légendes et de contes de fées locaux. Leurs masques sont faits de cuir ou de toile et sont magnifiquement ornés. Ils sont d'ailleurs confectionnés par des maîtres populaires. Leur but est de rappeler aux gens que la vie passe, mais aussi de mettre en fuite le mal. Les fêtes de Noël continuent avec celles du Nouvel An et prennent fin le 7 janvier, jour de la célébration de Saint Jean.



Théâtre populaire avec des masques au Musée du Village – Bucarest

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👁️ • Un jour froid d'hiver, dans la cour d'une ferme, mangez du lard avec de l'oignon et accompagnez-le de l'eau de vie (țuică) bouillie.
- 👤 • Accompagnez un groupe de chanteurs de chants de Noël et partagez la joie avec laquelle vous serez reçu dans chaque maison.



Les chanteurs de Maramures

## Et les fêtes n'en finissent pas...

L'autre grande fête roumaine est celle des Pâques – la Résurrection du Christ. De la même manière qu'à Noël, la fête se déroule autour de la table traditionnelle, mais il y a une différence, parce qu'on mange des plats faits de viande d'agneau. C'est aussi le temps des œufs peints – un symbole de fécondité, de vie et d'équilibre. La couleur la plus fréquemment utilisée est le rouge.

En Bucovine, la peinture des œufs de Pâques est devenu un véritable art. Lors des Pâques il y a aussi des chants spécifiques, mais qui sont moins fastueux que ceux de Noël. Dans certaines régions d'Ardeal, au deuxième jour des Pâques, au cimetière, on met la table directement sur le tombeau, afin de rendre hommage aux défunts.

### À savoir

Lorsque vous cognez votre œuf de Pâques contre celui d'un autre, vous faites en sorte de retrouver cette personne dans l'Au-delà.



Des œufs peints avec art – Moldovița



La Bucovine et les coutumes locales



Des œufs peints au Monastère Neamț

La fête du saint patron de l'église du village est un autre moment fort de la vie de la communauté rurale. Toute la communauté prend alors part à la préparation des friandises, et après la liturgie, tout le monde participe au festin.

Outre les festivités religieuses et celles liées au calendrier agricole et pastoral, les étapes les plus importantes de la vie de chaque habitant sont d'autres occasions de célébration. La naissance d'un enfant, le baptême, la mort ou le mariage sont des moments auxquels toute la communauté prend part et qui se déroulent selon des rituels bien établis, depuis des siècles.

La célébration du mariage en Roumanie dure entre un et trois jours, selon les régions et selon les coutumes. Ce sont des jours de fête, pleins de gaieté et de musique, auxquels tous les villageois, les voisins, les parents ou les simples voyageurs sont invités à partager la joie des jeunes mariés.

### À savoir

Le jour des Pâques des Morts (Paștele Blajinilor), une semaine après les Pâques orthodoxes, on offre des œufs peints aux enfants, qu'ils font rouler sur l'herbe, d'une manière semblable à une partie britannique de Egg Hunting.

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👁️ • Si vous célébrez les Pâques en Transylvanie, prenez part au **rituel de l'arrosage des jeunes filles avec du parfum**, une coutume empruntée par les Roumains à leurs conationaux hongrois et allemands. Ce rituel prend fin souvent par des danses.
- 👤 • Allez à la **commune-musée Ciocănești** (dans le département de Suceava), afin d'apprendre un peu plus sur la peinture des œufs.





## Le pain et les petits pains en couronne, le cœur des tables hospitalières

Vous allez découvrir que les Roumains apprécient les céréales et surtout le blé, car la Roumanie a traditionnellement été «le grenier de l'Europe». On ne fait pas seulement le pain ordinaire avec les grains de blé ou avec de la farine de blé mais, on prépare aussi toutes sortes de produits qui ont parfois un rôle rituel. La «colivă» – du blé cuit, mélangé à des noix, du sucre et des pelures de citron – on l'offre par charité à la mémoire des défunts.

Avec de la farine, on fait aussi de la «prescură» – destinée à la préparation de la Sainte Eucharistie, essentielle pour la célébration de la liturgie. On utilise également la farine pour les petits pains en couronne qui ressemblent aux bretzels mais qui ont plus de «bandes» de pâte tressée. Ces petits pains sont offerts aux chanteurs de chants de Noël mais aussi aux Pâques. On les utilise aussi dans d'autres rituels, comme celui des noces. Par leur forme ronde, les petits pains en couronne symbolisent l'éternité, la roue de la vie. Ils peuvent aussi être faits en forme de fer à cheval ou en forme du chiffre huit, symbole de l'infini.

### À savoir

Les Roumains mangent avec plaisir des bretzels (pâte à pain rond ou en 8, salé et cuit dans le four), dans la rue, lorsqu'ils ont faim et n'ont pas le temps de prendre un repas à table Tu vas voir que les bretzels on peut les acheter tout le long des chemins.

## L'art naïf – un art plein d'esprit, pour votre esprit

La vie rurale se manifeste aussi par les métiers. On peut parler des tissus, des tricots ou des broderies, des arts qui ornent les vêtements et la maison, ou on peut parler du ciselage des baquets et autres objets ou outils en bois, ou on peut parler encore de la peinture des icônes sur verre, de la spiritualité et de la bonne humeur qui vous accueillent à chaque pas.

Autrefois, et encore de nos jours dans bon nombre de régions, tous les tissus étaient produits à la maison. On profitait des nuits d'hiver longues et froides pour transformer la laine des moutons en fils et tissus par le tissage ou par le tricotage. Ces activités étaient toujours faites en communauté et constituaient une occasion de réunion, de joie et d'aide accordée aux autres.

Le costume populaire reflète, par sa coupe et ses couleurs, le statut de celui qui le porte, son état civil, sa condition matérielle, son âge et sa région d'origine. Les couleurs étaient obtenues des plantes et variaient : noir, rouge, vert, jaune.

Aujourd'hui, dans les maisons rurales, on peut encore trouver des outils destinés à ces occupations et utilisés par les grands-parents.



La cuisson du pain à leud, Maramureș

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 📍 • Goûtez la «călăvie» (du pain fraîchement sorti du four et de vin), un préparé spécifique de Munténie.
- 👁️ • Visitez le **Musée du Paysan Roumain**, 3 rue Kiseleff, à Bucarest.

### À savoir

Dans certaines régions, on organise encore des «șezători» (des veillées - assemblées traditionnelles). Si vous voulez y participer, faites un bref séjour dans Le Pays du Lăpuș (Țara Lăpușului). Attention, ces assemblées ont surtout lieu pendant le carême de Noël.

Les «călușari» – danses d'Olténie – sont dansées surtout à la Pentecôte et la «doina», une chanson qui exprime des sentiments tristes d'une manière très lyrique, sont deux traditions intangibles qui ont permis à la Roumanie d'entrer au Patrimoine Culturel Mondial de l'UNESCO.

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Achetez, des artisans de la **région Horezu**, la vaisselle émaillée de terre glaise, magnifiquement décorée/ Cette vaisselle pourra être un cadeau splendide pour ceux qui vous attendent à la maison.
- 👁️ • Visitez le **Musée Astra**, 14, rue Rășinari, Sibiu.

## La maîtrise des objets «Faits en Roumanie»

Vous ne le saviez peut-être pas, la Roumanie a la même latitude que la France. Bien qu'elle ait ses propres caractéristiques climatiques, la Roumanie ressemble à sa sœur francophone par sa passion pour les vins et les fromages.

Il faudrait écrire un livre pour énumérer toutes les sortes de vin et de fromage. Notons que la région du plateau de Transylvanie est reconnue pour ses types de vins blancs, les meilleurs, et, les collines de Moldavie, pour les plus anciens et célèbres vignobles.

Il y a aussi le Chardonnay fait en Dobroudja dont on dit que, dans ses meilleures années, ses qualités sont plus élevées que le Chardonnay français. Enfin, citons quelques types de vins roumains, véritables fêtes pour votre palais: Galbenă de Odobești, Fetească, Tămâioasă, Busuioacă, Crâmpoșie et Băbească.

L'histoire roumaine nous dit que les Roumains étaient des bergers. Ce n'est donc pas étonnant que ce peuple ait autant de talent à préparer des fromages au lait de vache, de buffle ou de chèvre.

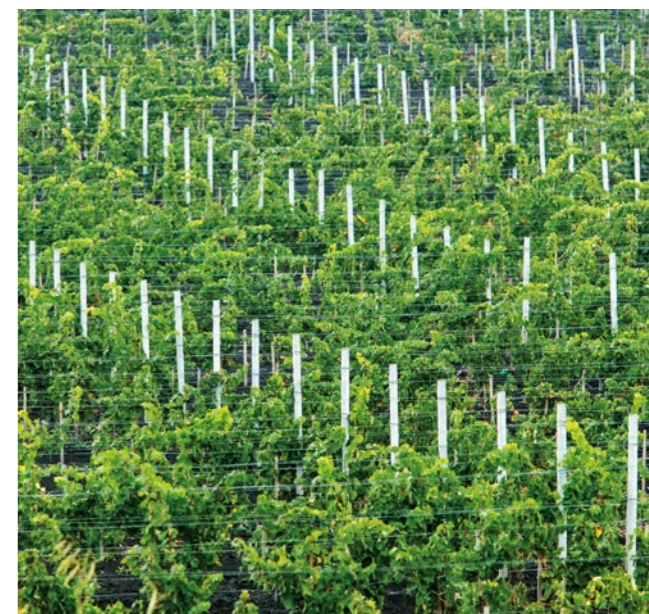
Qu'il s'agit de fromage frais qui laisse encore du petit-lait, de fromage plus mûr de brebis fabriqué dans les environs de Sibiu, de fromage dur et fumé des montagnes lezer, ou de fromage au soufflet, goûtez-les et savourez-les. Le fromage en petits paniers d'écorce de sapin de Câmpulung Moldovenesc, le vieux nasal dans la grotte de Țaga, près de Cluj, ou le fromage blanc, apparemment banal, que toute cuisinière fabrique à partir de lait aigre, ne refusez pas de goûter aux fromage qu'on vos offre, parce qu'ils contiennent un peu de la vie de ce peuple. Et, si vous n'avez pas le temps de faire un séjour dans un village, vous pouvez acheter ces fromages et ces vins dans les magasins traditionnels, vous goûterez ainsi un peu de Roumanie authentique. Vous aurez la joyeuse impression d'être né ici.



Sent la saveur de la Roumanie authentique – Vâlcea



Beciul Domnesc – Odobești, Vrancea



Vignobles de Odobești

### À savoir

Sur le littoral de la Mer Noire, il subsiste des preuves des échanges commerciaux en vin entre les Daces et les Grecs. L'une de ces preuves, c'est le blason du Tomis (Constanța), qui contient, entre autre, une grappe de raisin.

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 📍 • Arrêtez-vous à une bergerie et laissez les bergers vous offrir du fromage et du fromage dur à manger. Vous ne regretterez pas!
- 📍 • Le Festival du fromage et de la viande fumée, en septembre, à Bran, dans le département de Brașov.



## LE CHARME DE LA VIE RURALE

### MUSÉE D'ETHNOGRAPHIE EN PLEIN AIR

1. Musée National du Village «Dimitrie Gusti», Musée du Paysan Roumain (Bucarest)
2. L'ensemble National Musée Astra (Sibiu)
3. Musée de l'Art Populaire et d'Ethnographie (Tulcea)
4. Musée «Haszmann Pal» (Cernatul de Sus)
5. Musée de l'Architecture Populaire (Curtișoara, Gorj)
6. Musée Bran (Brașov)
7. Musée d'Ethnographie et Art Populaire (Baia Mare)
8. Musée Ethnographique (Reghin)
9. Musée Ethnographique de Transylvanie, Parc Ethnographique «Romulus Vuia» (Cluj-Napoca)
10. Musée de Maramureș (Sighetul Marmăției)
11. Musée du Village de Banat «Pădurea Verde» (Timișoara)
12. Musée du Village de Bucovine (Suceava)
13. Musée du Village de Vâlcea (Bujoreni)
14. Musée Székely de Ciuc (Miercurea Ciuc)
15. Musée de la Viticulture et Pomiculture (Golești)
16. Réserve de l'Architecture de Vrancea (Focșani)

### LIEUX A VISITER

17. Cimetière joyeux de Săpânța
18. Delta du Danube

### DES VIGNOBLES ROUMAINS

## LE CHARME DE LA VIE RURALE

### DES FOIRES ET DES FESTIVALES

19. Brașov – Piața Sfatului – Journée du Village Roumain, Foire du Noël
- Bran, Brașov – Festival gastronomique «Où vas-tu mon agneau?», Le Retour des moutons – Festival du fromage et du jambon
- Moeciu, Brașov – Foire de l'été
20. Negrești, Oaș – Festival de la «Pălinca»
21. Luncăvița, Tulcea – Fête des Tilleuls
22. Rășinari, Sibiu – Festival du fromage et de l'eau-de-vie, l'Ensemble Astra Sibiu – Foire des Artisans Populaires Roumains
23. Mânzălești, Buzău – Festival de Slănic
24. Polovragi, Gorj – Nedee de Polovragi (Fête champêtre) foire ancienne de 500 ans
25. Bazinul Dornelor/Șarul Dornei – le Festival «Bujorul de Munte», Festival des fruits de bois
26. Ampoia, Alba – Festival de la Moisson
27. Oituz, Bacău – Festival des Galettes
28. Ciocănești, Suceava – Festival de la Truite
29. Mamaia – Foire nationale des artisans populaires
30. Vorona, Botoșani – les Fêtes du Bois
31. Praid, Harghita – Festivalul Sarmalelor (festival du chou farci)
32. Vama, Suceava – Festivalul Hribului (festival du bolet)

## LE CHARME DE LA VIE RURALE

### ARTISANAT TRADITIONNEL

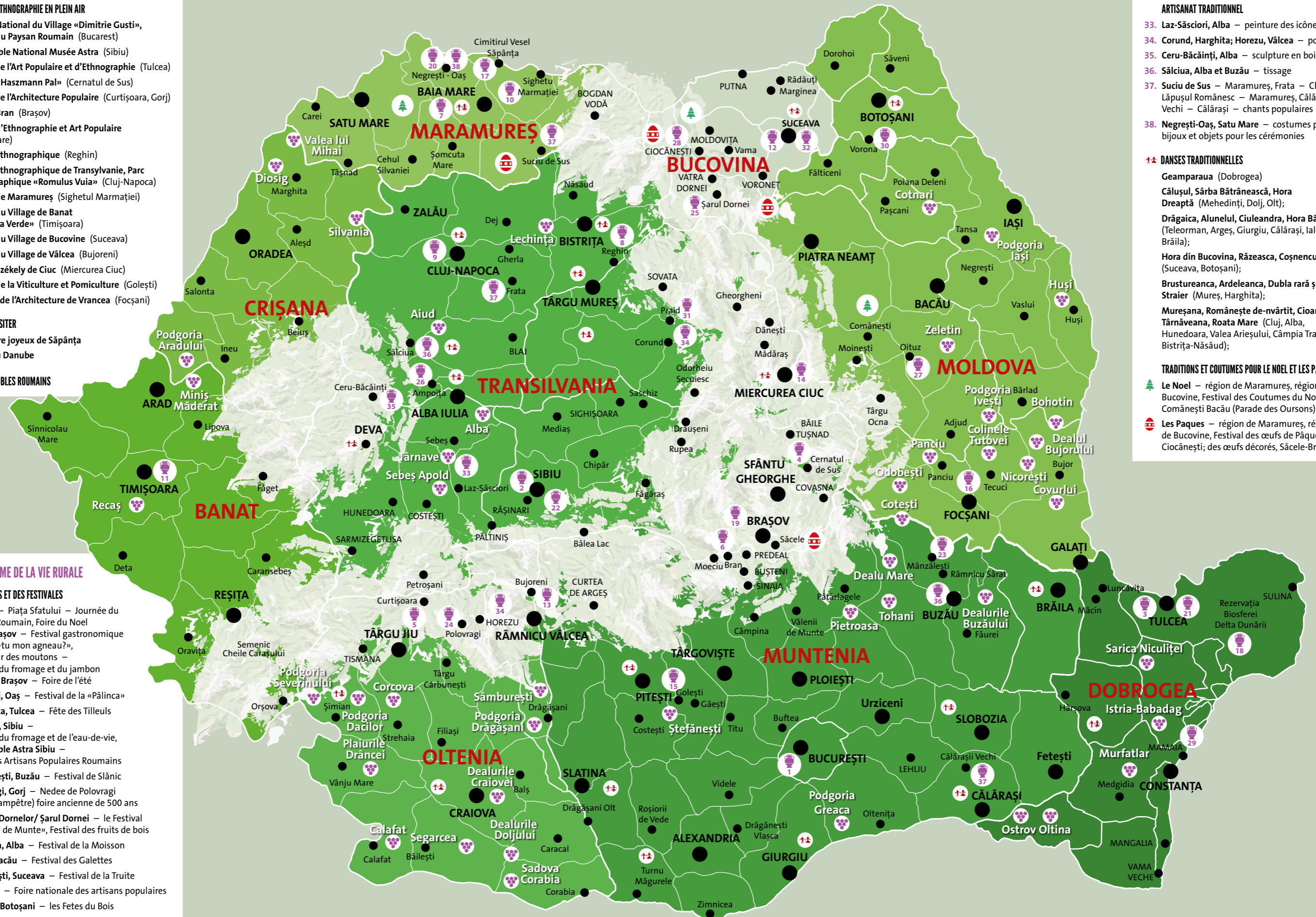
33. Laz-Săsciori, Alba – peintures des icônes sur verre
34. Corund, Harghita; Horezu, Vâlcea – poterie
35. Ceru-Băcăinți, Alba – sculpture en bois
36. Sălcia, Alba et Buzău – tissage
37. Suci de Sus – Maramureș, Frata – Cluj, Lăpușul Românesc – Maramureș, Călărașii Vechi – Călărași – chants populaires
38. Negrești-Oaș, Satu Mare – costumes populaires, bijoux et objets pour les cérémonies

### DANSES TRADITIONNELLES

- Geamparaua (Dobrogea)  
 Călușul, Sârba Bătrânească, Hora Dreaptă (Mehedinți, Dolj, Olt);  
 Drăgaica, Alunelul, Ciuleandra, Hora Bătuță (Teleorman, Argeș, Giurgiu, Călărași, Ialomița, Brăila);  
 Hora din Bucovina, Răzeasca, Coșnencuța (Suceava, Botoșani);  
 Brustureanca, Ardeleanca, Dubla rară și deasă, Straier (Mureș, Harghita);  
 Mureșana, Românește de-nvârtit, Cioarsa, Tărnăveana, Roata Mare (Cluj, Alba, Hunedoara, Valea Arieșului, Câmpia Transilvaniei, Bistrița-Năsăud);

### TRADITIONS ET COUTUMES POUR LE NOEL ET LES PAQUES

- Le Noël – région de Maramureș, région de Bucovine, Festival des Coutumes du Noël de Comănești Bacău (Parade des Oursons)  
 Les Paques – région de Maramureș, région de Bucovine, Festival des œufs de Pâques de Ciocănești; des œufs décorés, Săcele-Brașov.







Station balnéaire de Băile Felix

## Les sources de santé de la Roumanie

Pour un pays où la relation avec la nature est aussi étroite qu'avec la divinité, où le rythme de la vie est donné par le calendrier religieux et agraire, et la beauté descend dans la maison et l'âme d'un milieu tellement divers et spectaculaire, il n'est pas étonnant que la santé n'est pas loin non plus.

Pourtant, ce qui est étonnant est le fait qu'un tiers des eaux minérales et thermales de l'Europe se trouvent en Roumanie.

Ce qui semble être un cadeau des dieux a une explication plus simple et concrète – la structure géologique des montagnes qui dominent le centre de la Roumanie a rendu possible cette agglomération d'eaux thérapeutiques.

En Roumanie, il y a 70 stations balnéaires, quelques-unes construites par les Romains eux-mêmes, où l'on peut traiter les maladies les plus diverses. Il ne faut pas croire que les eaux sont les seules à être utilisées dans un but curatif. On utilise aussi l'air ozoné des forêts de sapins à grande altitude ou l'air salé et chargé de particules positives des salines que l'on trouve partout en Roumanie.

Ces stations existent dans toute zone géographique, dans les formes de relief les plus variées, des montagnes jusqu'aux plaines.

Toutes sortes de maladies sont guéries par l'intermédiaire des eaux curatives, de l'air et de l'environnement, mais aussi par l'art du personnel des stations balnéaires roumaines. En voici une courte liste des noms les plus connus.



Station balnéaire de Slănic Moldova



La Saline Turda



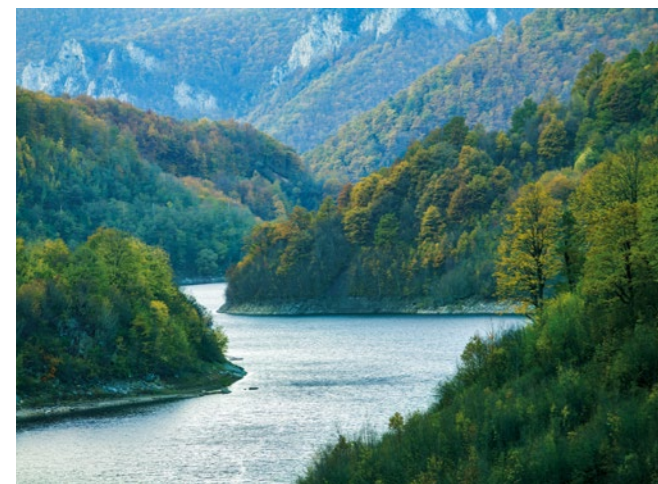


## Băile Herculane, le joyau thérapeutique de la Vallée de Cerna

Au sud-ouest du pays, dans la vallée de Cerna, ayant comme toile de fond la nature sauvage des Gorges Domogled, près du Danube et aussi près des Montagnes Apuseni, il y a la station que les légions romaines ont bâtie au début de notre ère, qu'ils ont nommée d'après Hercule, le héros légendaire. On dit que lui-même a fait un bain dans les eaux curatives de ce lieu.

Située dans une dépression entre les montagnes, à une altitude de 168 mètres et ayant un climat spécifique aux dépressions, avec des influences sous-méditerranéennes, la station se vante de ses eaux sulfureuses, chlorurées, sodiques et calciques, contenant aussi des oligo-minéraux. Les sources sont chaudes ou froides et les traitements ont lieu à l'intérieur aussi bien qu'à l'extérieur, dans des bassins ouverts, où l'on peut jouir de l'air ionisé négativement.

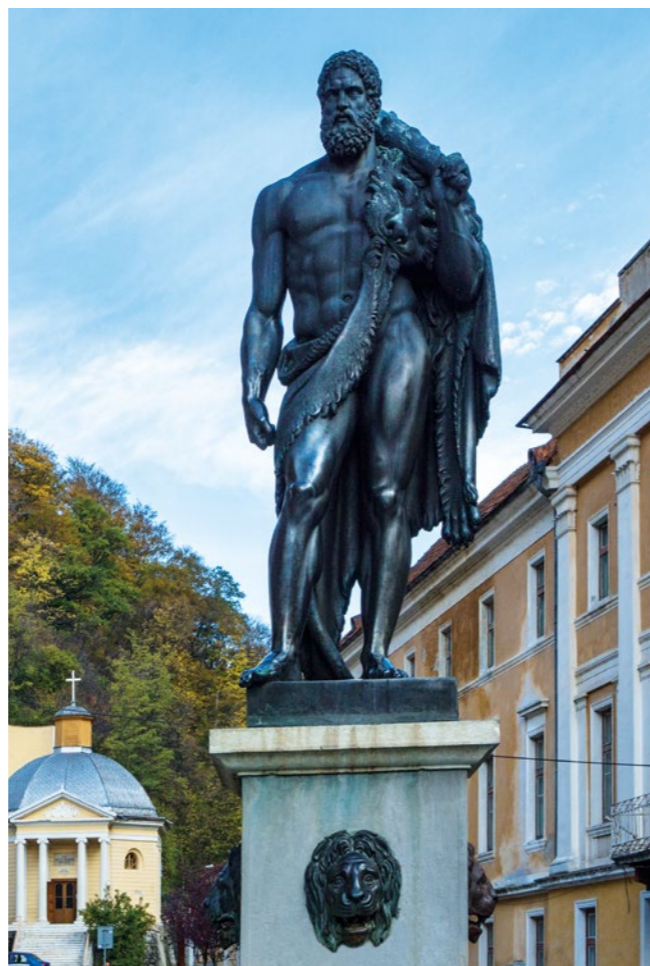
La plupart des bâtiments qui forment le vieux centre de la station ont été construits sous les autorités habsbourgeoises et austro-hongroises qui ont possédé ces territoires, donc il ne faut pas être surpris de succomber au charme du baroque autrichien sur les deux rives de la paisible Cerna. C'est dans les hôtels impériaux et au casino élégant que se rencontrait l'élite de l'Europe centrale de la fin du XVIII<sup>ème</sup> siècle. La station a reçu la visite de l'Empereur Franz Josef lui-même, avec sa belle femme Élisabeth, connue aussi comme la Princesse Sissi. D'ailleurs, Sissi a noté, dans ses journaux, sa forte admiration pour la station et les lieux qui l'entourent. Băile Herculane étaient, dans ces temps-là, la concurrence indiscutable des stations européennes fameuses comme Baden-Baden ou Karlovy-Vary. Après une période durant laquelle la station n'a plus été dans le top des préférences touristiques, les bâtiments de patrimoine sont en cours de réhabilitation, et son charme de jadis revient peu à peu,



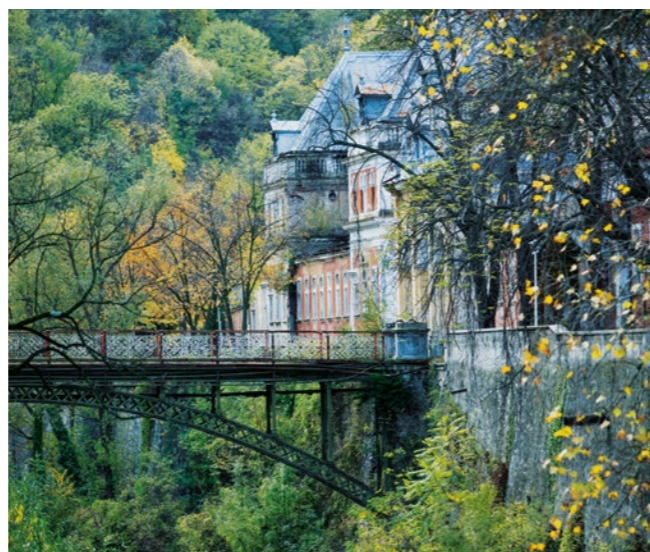
La Vallée de Cerna

### À savoir

On dit que Hercule, le demi-dieu, s'est arrêté à Băile Herculane pour prendre son bain. Sa statue en bronze se trouve au centre historique de la station éponyme.



La Statue du Hércule – Herculane



Herculane

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 🚶 • Faites une promenade le soir, pour écouter le murmure de Cerna et savourer l'air propre.
- 🚗 • **Moyens de transport:** Accès par voiture ou train.
- ☀️ • **Période recommandée:** La station est splendide dans chaque saison.

## Băile Felix, sources thermales et douceur du climat

Une autre station fameuse de l'ouest du pays, située à seulement 8 kilomètres d'Oradea, Băile Felix est la plus grande station de ce type en Roumanie. La capacité d'hébergement de cette station est de 7000 places. Sa principale richesse consiste dans ses eaux minérales riches en oligo-éléments, aux températures allant de 20 degrés jusqu'à 49 degrés Celsius, mais aussi de la boue sapropèle et l'air propre.

Ici viennent pour se traiter des malades de rhumatisme ou bien des personnes ayant des troubles neurologiques ou gynécologiques. Les salons de traitement comportent aussi des installations modernes pour toute une série de thérapies spécifiques, comme l'électrothérapie, l'hydrothérapie, les aérosols, aussi bien que des massages et des emballages en paraffine.

Les propriétés curatives de ces eaux étaient connues depuis le X<sup>ème</sup> siècle, quand elles ont été découvertes par le prêtre de l'église tout près. Ce n'est que pendant les années 1700 que les premiers aménagements sérieux des eaux thermales ont commencé; ceux-ci ont reçu le nom «le bain de Felix». En 1885 on découvre la source thermale ayant une température de 49 °C, et la station se met en marche. Pas loin, on trouve Băile 1 Mai qui ont la même renommée et les mêmes eaux thermales.

Băile 1 Mai a la plus ancienne piscine à vagues du pays, qui fonctionne depuis plus de 100 ans, tandis qu'à Băile Felix, les amateurs de la nage peuvent patauger chaque jour de l'année, quel que soit le temps, dans un bassin extérieur alimenté tout le temps par de l'eau thermale, à la piscine Apollo. Grâce au climat doux, avec ses hivers chauds et ses étés modérés, on peut y trouver des nénuphars sous-tropicaux, parmi lesquels on peut remarquer *Nymphaea Lotus Thermalis*, espèce unique en Europe et relique de l'ère tertiaire. On peut y voir aussi des tortues et des poissons exotiques.

### À savoir

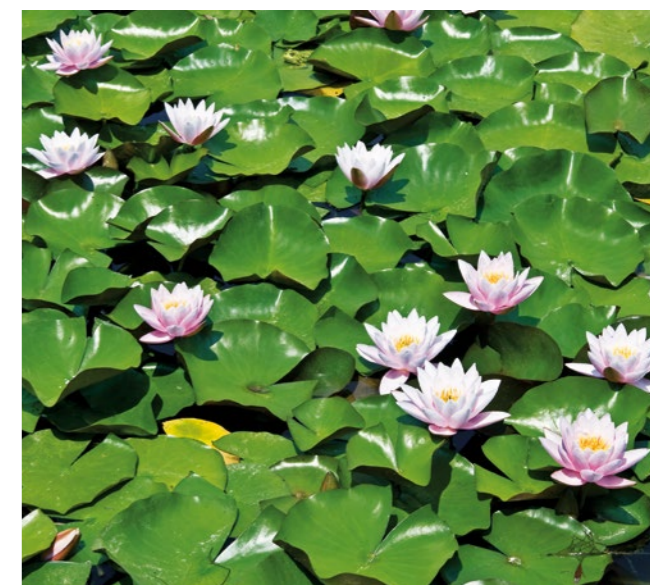
Dans le centre de la station il y a une église bâtie en bois de rouvre en 1785. Elle a été transférée ici du village Brusturi, après un court passage à Oradea.



Des traitements cosmétiques et de relaxation



Piscine intérieure à Băile Felix

Felix *Nymphaea Lotus Thermalis* – variété unique en Europe – Felix

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 🚿 • Prenez un bain dans la piscine Apollo même si les températures sont négatives. Les vapeurs qui se dégagent de l'eau thermale ne vous permettront pas de sentir le froid.
- ✈️ • **Moyens de transport:** On peut arriver à Oradea par avion, et ensuite, par autobus ou bien en voiture, on peut parcourir les 8 kilomètres jusqu'à Felix.
- ☀️ • **Période recommandée:** On peut visiter la station quelle que soit la saison.





## Paysage sauvage et eaux curatives se donnent la main à **Tușnad**

Dans l'ouverture lumineuse de la dépression Ciucului, pas loin de la courbure des Carpates, entourée par un rideau épais de sapins séculaires et ayant dans son centre un lac élégant, la station Tușnad a un effet calmant dès la première vue. Sur les versants ensoleillés il y a des hôtels élégants, les montagnes semblent embrasser la station, et le ciel bleu se refléchit dans les eaux du lac.

Ici l'on peut savourer l'air propre, chargé d'aérosols et d'ions négatifs, avec son effet tonique, apaisant pour l'esprit, mais aussi les eaux minérales pétillantes, chlorurées et bicarbonées, ou les mofettes. La station est recommandée pour les personnes ayant des maladies cardiovasculaires, hypertension artérielle, des troubles de circulation, mais aussi des maladies du système nerveux, digestif ou endocrine.

Vous pouvez visiter ici le lac Sfânta Ana, d'origine volcanique, la réserve naturelle Tinovul Mohoș, environnement propice aux cultures de tourbe, l'église franciscaine baroque de Șumuleu, qui abrite l'une des orgues les plus spéciales de la Transylvanie.

### À savoir

Dans cette zone on mange très bien, donc il ne faut pas hésiter de goûter la soupe de cumin ou le «paprikaș» local.



Le lac Sainte-Anne, le seul lac volcanique de la Roumanie

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Visitez **Băile Balványos**, tout près, pour ses paysages sauvages et son air propre.
- 🚗 • **Moyens de transport:** Tușnad est tout près de Brașov, et on vous recommande d'y aller en voiture.
- ☀️ • **Période recommandée:** Quelle que soit la saison, la station de la dépression Ciucașului vous ensorcelle par sa beauté.

## Sovata, deux millénaires d'histoire en sel

Pas loin du centre du pays, toujours en Ardeal et toujours dans une dépression, la station Sovata se trouve sur la rive de Târnava Mică et offre soit le paysage des sommets doux du plateau transylvain, soit le paysage des sommets sauvages des Carpates Orientaux. La station se trouve dans une zone où l'on pratique l'exploitation minière depuis le temps des romains. Il n'est donc pas du tout surprenant que cette zone soit riche en gisements de sel ou en sources et lac salés – une richesse qui a d'ailleurs des effets thérapeutiques.

Le plus représentatif de ces lacs, Ursu – symbole de la station et réserve naturelle – présente un phénomène nommé héliothermie. La concentration de sel dans l'eau de ce lac baisse de la surface en profondeur, et avec elle la température de l'eau baisse également. Les autres lacs de la région ont l'eau salée mais aussi des boues curatives, soit sapropèles soit argilo-siliceuses.

Le climat, avec ses étés frais et ses hivers doux, a un effet calmant sur le système nerveux, et l'air propre, enrichi par les forêts d'arbres feuillus, contribue à l'effet curatif de cette station reconnue pour le traitement efficace des maladies gynécologiques, dégénératives, cardiovasculaires et endocrines, aussi que du rhumatisme. Les eaux et la boue de ces lacs et sources sont utilisées dans les salons de traitement de la station, qui appartiennent aux grands hôtels construits ici.

A une distance de seulement 6 kilomètres de Sovata il y a la saline Praid, une autre location d'où l'on faisait

extraire du sel depuis le temps des romains. A cause de la température basse constante, de l'air propre et humide, riche en ions négatifs et en dioxyde de carbone, et aussi stérile à cause du pH bas, la saline est recommandée pour les maladies pulmonaires. Même les personnes qui souffrent d'allergies se sentent mieux dans cet environnement contrôlé.

### À savoir

A part les traitements, les touristes peuvent explorer les tracés des montagnes tout près, ou, plus simplement, ils peuvent admirer le coucher du soleil derrière le Massif de sel au bord du Lac Ursu.

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👁️ • Admirez le coucher du soleil sur les terrasses au bord du **lac Ursu**.
- ✈️ • Vous pouvez arriver par avion tout près de la station, puisque Târgu Mureș, situé à une distance de seulement 60 kilomètres, a un aéroport. Ensuite, vous pouvez vous y rendre avec tout autre moyen de transport.
- ☀️ • **Période recommandée:** La station a son charme quelle que soit la saison.

## Vatra Dornei – du ski et du tonus

Au nord-est du pays, dans la région nommée la Bucovine, il y a l'une des plus connues stations balnéaires, climatiques et de ski du pays – Vatra Dornei.

Les pistes de ski, en très bon état, tout comme les forêts épaisses de sapins, attirent des touristes de partout. La ville doit sa célébrité aux sources minérales descendant des montagnes pittoresques qui entourent la ville.

Les sources minérales avec leurs eaux pétillantes, thermales, bicarbonées, calciques et magnésiques représentent une autre source de santé.

On vous recommande les bains et les traitements externes. Les mofettes naturelles de sels en grande concentration, avec du dioxyde de carbone, tout comme la boue de turbe, sont d'autres moyens naturels de thérapie à Vatra Dornei. On y traite, donc, des maladies du système cardiovasculaire, des infarctus à la hypertension, des maladies du système locomoteur: spondylites, arthroses, rhumatisme inflammatoire, mais aussi des maladies post-traumatiques. Les personnes souffrant des maladies du système respirateur, des bronchites à l'asthme bronchique, tout comme les personnes souffrant des maladies digestives ou gynécologiques trouvent à Vatra Dornei un environnement qui aide à la diminution de leurs symptômes.

### À savoir

La station n'est pas loin de Suceava, la ville qui a été la capitale de la région historique de la Moldavie dans la période médiévale.

## Santé dans un décor éblouissant à la saline **Turda**

Au cœur de la Transylvanie, dans une petite ville coquette de province – Turda, vous allez découvrir la saline la plus récemment rénovée. Ici, il paraît que l'on faisait extraire du sel depuis un millier d'années, et les galeries et «cloches» qui en résultent sont utilisées maintenant pour l'amusement et la détente des touristes qui visitent la saline. Il y a des ascenseurs modernes pour y descendre, des loisirs, des tracés de mini-golf, des tours de repos et lecture et un lac souterrain pour se promener en barque.

Mais le système d'éclairage est le plus impressionnant. De longs tubes de néon éclairent et garnissent les murs, donnant naissance à un véritable décor de film de science-fiction. En plus, une promenade dans l'air froid et riche en aérosols de sel, pratiquement sans allergènes, traite et prévient les maladies du domaine ORL, respiratoires et allergiques.

### À savoir

Tout près de la saline il y a une piscine à l'eau salée parfaite pour la saison chaude. Pendant l'été, quand-même, il faut respecter les heures correctes de plage pour votre santé, puisque la piscine manque de l'ombre.



Vatra Dornei – une destination parfaite pour faire du ski

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Si vous arrivez ici en hiver, faites une promenade dans le traîneau à cheval pour explorer cette région de forêts enneigées.
- ✈️ • **Moyens de transport:** On peut arriver à Suceava par avion, puis il ne reste qu'un peu plus de 100 kilomètres à parcourir. D'ici on peut arriver dans la station par train, autocar ou en voiture.
- ☀️ • Vous pouvez visiter Vatra Dornei en toutes saisons, parce que la station est charmante quel que soit le temps ou la saison.

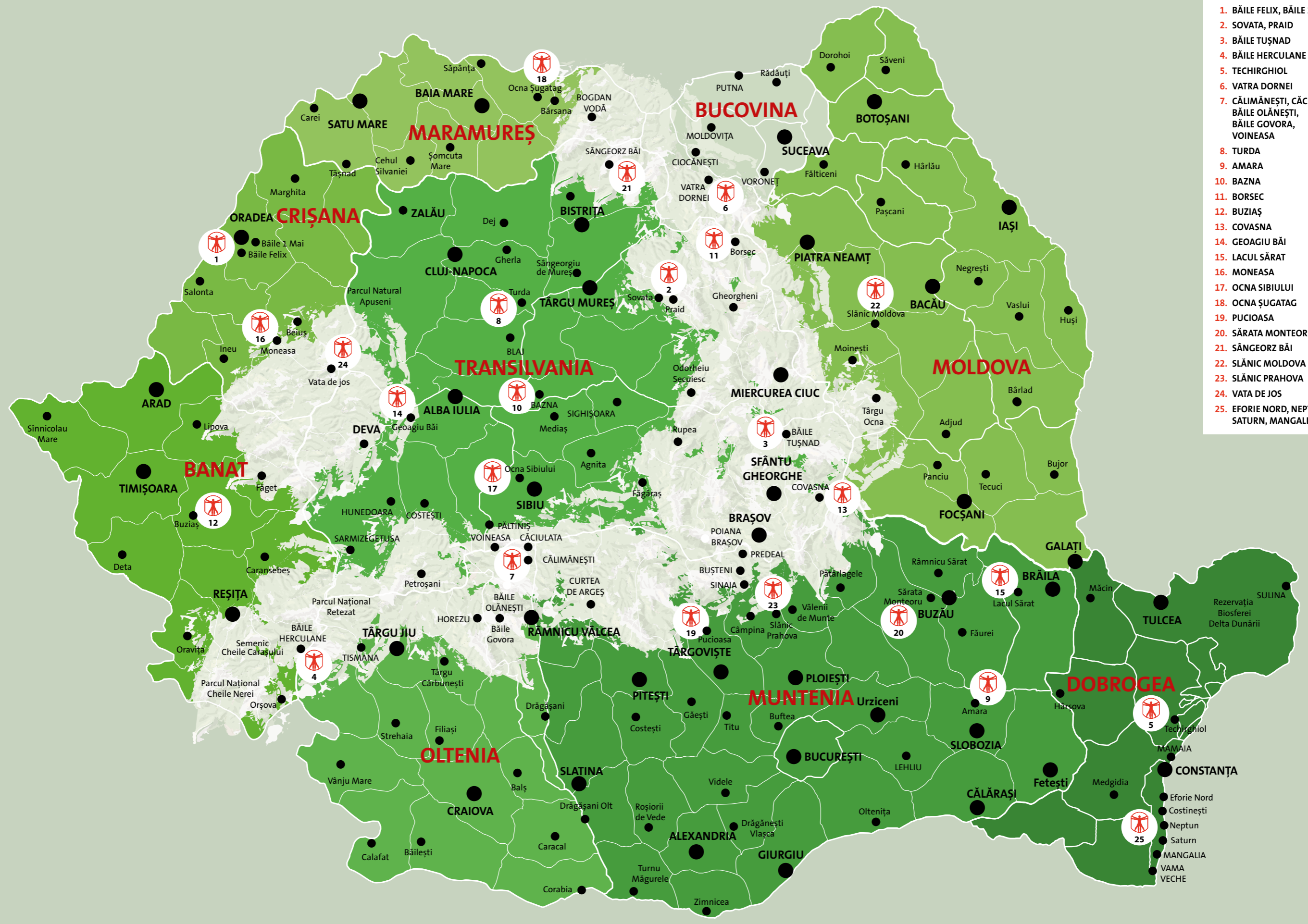


Le décor unique de la saline de Turda

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • En été, entrez dans la piscine à l'eau salée Durgău. Il faut quand même faire attention, parce que les températures peuvent dépasser les 35 degrés l'après-midi, et le soleil de midi peut provoquer des brûlures graves.
- ✈️ • A Turda on peut arriver par avion, puisqu'il y a un aéroport à Cluj, d'où le moyen le plus rapide pour se rendre à la saline est la voiture.
- ☀️ • Puisque la température dans la saline est constante, on peut la visiter en toutes saisons.





- SANTE ET BEAUTE**
1. BĂILE FELIX, BĂILE 1 MAI
  2. SOVATA, PRAID
  3. BĂILE TUȘNAD
  4. BĂILE HERCULANE
  5. TECHIRGHIOI
  6. VATRA DORNEI
  7. CĂLIMĂNEȘTI, CĂCIULATA, BĂILE OLĂNEȘTI, BĂILE GOVORA, VOINEASA
  8. TURDA
  9. AMARA
  10. BAZNA
  11. BORSEC
  12. BUZIAȘ
  13. COVASNA
  14. GEOAGIU BĂI
  15. LACUL SĂRAT
  16. MONEASA
  17. OCNA SIBIULUI
  18. OCNA ȘUGATAĞ
  19. PUCIOASA
  20. SĂRATA MONTEORU
  21. SÂNGEORZ BĂI
  22. SLĂNIC MOLDOVA
  23. SLĂNIC PRAHOVA
  24. VATA DE JOS
  25. EFORIE NORD, NEPTUN SATURN, MANGALIA





Rue en Sighișoara

## Spectacle de la culture européenne dans les grandes villes de la Roumanie

A part ses paysages fascinants, son relief diversifié et ses traditions profondes, l'une des caractéristiques du charme d'un pays est la maîtrise avec laquelle ce pays est capable de mêler le passé et le présent dans ses villes.

Les communautés urbaines de la Roumanie, dont la majorité ont une histoire de plusieurs millénaires, ont choisi de se créer un futur authentique sur la base de leur héritage ancestral, plutôt que de se développer rapidement.

Ainsi, il ne faut pas être surpris de découvrir, même dans des villes totalement contemporaines, des vestiges des temps passés sous la forme de murs d'anciennes citadelles ou de vieilles maisons traditionnelles.

L'espace roumain se pare de toutes sortes de richesses, c'est pourquoi ses territoires ont été souvent désirés par d'autres peuples. Les signes de leur passage sont visibles partout en Roumanie. Si les villes sur le bord de la Mer Noire ont une forte empreinte grecque, dans l'extrême nord, on peut encore sentir l'influence des voisins hongrois, tandis que l'architecture et la manière de vivre de l'ouest et du centre de la Roumanie font penser à un héritage allemand.

Découvrez pas à pas les rues des centres historiques, et vous conserverez des souvenirs ineffaçables du mariage de l'ancien et du moderne.



Le centre-ville de Sibiu



L'Athénée Roumain – Bucarest





### Bucarest et son parfum de bohème parisienne

De la spiritualité byzantine des bâtiments culturels jusqu'aux signes de l'ancien régime communiste (1945-1989), en passant par le caractère «bohème» du Petit Paris entre les deux guerres mondiales et par l'architecture moderne, la capitale de la Roumanie a su profiter de chaque épreuve de son histoire, en se transformant ainsi en ville vibrante, qui ne reste jamais la même.

La plus forte influence architecturale qu'on verra ici est peut-être l'influence française. Il y a des beautés Belle Époque élevées pendant la période de l'entre-deux-guerres, sur Calea Victoriei, une véritable artère dédiée à l'amour pour la capitale française – comme le Palais Cantacuzino, actuellement le musée George Enescu, dans le style baroque français, l'Athénée Roumain et le Palais CEC, siège de la maison roumaine d'épargnes, élevé dans un style éclectique avec des influences françaises.

Calea Victoriei vous porte vers un lieu où deux mondes se regardent en chien de faïence. Ce ne sont que quelques centaines de mètres qui séparent le Vieux Centre du bâtiment monumental dénommé Palais du Parlement. Ce dernier est entré à trois reprises dans le Livre des records comme le plus grand et le plus coûteux bâtiment administratif, mais aussi comme le plus lourd bâtiment du monde.

#### À savoir

On dit que Bucarest a été créé par un berger nommé Bucur, qui charmait les gens avec sa musique – il jouait de la flûte de Pan. Par ailleurs, le vin que Bucur faisait a tellement plu aux habitants, qu'ils ont donné son nom à la nouvelle ville.

#### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- Buvez une bière riche dans une des brasseries du Vieux Centre ou des terrasses animées pour sentir un peu plus le charme du Petit Paris.
- **Philharmonique George Enescu:** Rue Benjamin Franklin no. 1-3, secteur 1.
- **Moyens de transport:** avion (Aéroport Henri Coandă).
- **Période recommandée:** en été, quand la ville grouille avec des concerts et fêtes en air libre.



Palais du Parlement de Bucarest



Le centre-ville de Bucarest – Piața Universității

Dans le vieux Centre-Ville de Bucarest vous avez un véritable concentré de paradoxes, rassemblant des pubs et des discothèques avec leur vie trépidante, des restaurants et des cafés plus coquets, et peuplés d'une foule polyglotte, prête à s'amuser.

Promenez-vous hors de la ville, à quelques 15 kilomètres du centre, pour visiter le Palais Mogoșoaia, construit il y a plus de 300 ans pour servir de résidence au voivode Constantin Brâncoveanu. Admirez les jardins du palais et l'église Saint Georges, un joyau architectural édifié en 1688.

Evidemment, quelques jours seulement ne suffisent pas pour comprendre le véritable esprit de Bucarest. Mais la ville laissera son empreinte dans vos mémoires, et votre voyage sera sans doute le premier d'une longue série de révélations.



Boulevard de la Victoire – Bucarest



Des bistrotts dans le vieux centre-ville – Bucarest





### Iassy – la ville sur les sept collines

La capitale de Moldavie s'étend sur sept collines, ce qui lui a valu la comparaison avec la Ville éternelle, Rome.

Quant à la lumière dorée qui enveloppe les châteaux bâtis jadis par des familles nobles, quant au style Renaissance italienne de quelques-uns de ses monuments historiques et quant aux collines vertes qui entourent la ville, tout cela lui a valu la comparaison avec Florence. Soyez donc prêt à découvrir en ces lieux une vie culturelle riche, des bâtiments impressionnants et des parcs où l'on peut prendre plaisir à s'égarer.

Le Palais de la Culture est l'un des hôtes principaux de la vie culturelle de Iassy et il impressionne par son style néogothique flamboyant.

Il éblouit par son style néogothique flamboyant. Si vous êtes à Iassy, arrêtez-vous à l'église Trei Ierarhi. L'extérieur est couvert d'une véritable dentelle en pierre, composée de motifs sculptés complexes et étalés sur 30 frises.

Le Parc Copou agit comme un véritable aimant sur les amateurs de la nature et du romantisme. Il abrite le tilleul géant associé au poète national des Roumains, Mihai Eminescu. Le Jardin Botanique s'étend sur plus de 100 hectares et rassemble plus de 10.000 espèces de plantes.

#### À savoir

Les similarités entre Iassy et l'Italie continuent: le bâtiment de la gare est un véritable palais, une copie du Palais de Doges de Venise.

### Constanța – la colonie grecque de la Mer Noire

Si vous êtes de passage dans la plus grande ville du sud-est du pays, cela signifie que vous êtes sur le point de vous immerger non seulement dans les eaux écumeuses de la Mer Noire, mais aussi dans 2.500 années d'histoire parce que le port est situé à l'emplacement de l'ancienne colonie grecque de Tomis.

Grâce au savant mélange de l'histoire millénaire de la ville, du charme oriental et de l'expérience de toutes les cultures qui s'y sont établies, la ville portuaire va vous conquérir par son architecture, le soleil et sa soif de vivre. Laissez-vous envelopper dans le charme cette mosaïque roumaine, preuve de l'attraction que ce port exerce depuis 2000 ans. Le bâtiment Art Nouveau du casino, construit entre les deux guerres mondiales, est le somptueux symbole de la ville. La promenade qui lui fait face offre une vue romantique sur la mer. La Maison aux lions incarne bien la beauté de la ville, elle combine le style architectural génois avec le style préromantique et tient son nom des quatre colonnes décorées de lions sculptés.

#### À savoir

La légende dit que les argonautes de Jason ont accosté à Tomis – Constanța après avoir trouvé toison d'or.



Le Théâtre National – Iasi

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 🚶 • Faites une promenade en tram sur les collines de la jolie. Au passage, ces collines vous aideront à comprendre pourquoi on rapproche si souvent Iassy de Rome.
- 🌿 • **Le Jardin Botanique:** Rue Dumbrava Roșie no. 7-9.
- 🚆 • **Moyen de transport recommandé:** train ou voiture, pour pouvoir admirer la nature splendide, de sa fenêtre.
- ☀️ • **Période recommandée:** mai – juin, quand la ville s'embaume de l'odeur des tilleuls.



Promenade et Casino de Constanța

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 🚶 • Faites une visite au Musée de la marine de Constanța pour voir l'histoire des guerriers roumains sur l'eau.
- 👁️ • **Aquarium:** Boulevard Elisabeta no. 1 (falaise du Casino).
- 🚗 • **Moyens de transport:** voiture de Bucarest (sur l'Autoroute du soleil – le voyage dure presque 3 heures).
- ☀️ • **Période recommandée:** en été, quand le soleil vous invite sur la plage.

### Sibiu, la ville idyllique des chevaliers de jadis

Capitale culturelle de l'Europe en 2007, Sibiu, située au cœur du pays, a su mettre soigneusement en valeur, toute sa beauté et la richesse de sa vie culturelle. Elle est fière de l'hospitalité de ses habitants. Composée d'une mosaïque des bâtiments élevés dans le pur style germanique du XVII<sup>ème</sup> siècle, la ville offre le plaisir de découvrir des trésors architecturaux qui vous transportent à une autre époque.

L'un de ces trésors, le splendide Palais Brukenthal, a été bâti entre 1778 et 1785 par le Baron Samuel von Brukenthal. De style baroque ancien, le palais a été transformé en musée et aujourd'hui, il abrite la collection d'art du baron.

L'impressionnante Cathédrale évangélique est aussi à ne pas rater. Ce bâtiment culturel gothique a été construit en 1520 sur les ruines d'une ancienne basilique romaine. Elle fascine ses visiteurs grâce à une fresque immense qui couvre tout le mur septentrional.

Le Pont des mensonges, le premier pont en fer forgé de la Roumanie qui soit parvenu jusqu'à nous, a été bâti en 1859. La légende dit que ce pont a des oreilles, et qu'il s'écroulerait s'il entendait un quelconque mensonge. Non loin de là, il y a la Place des orfèvres, entourée de maisons remontant au Moyen Âge.

#### À savoir

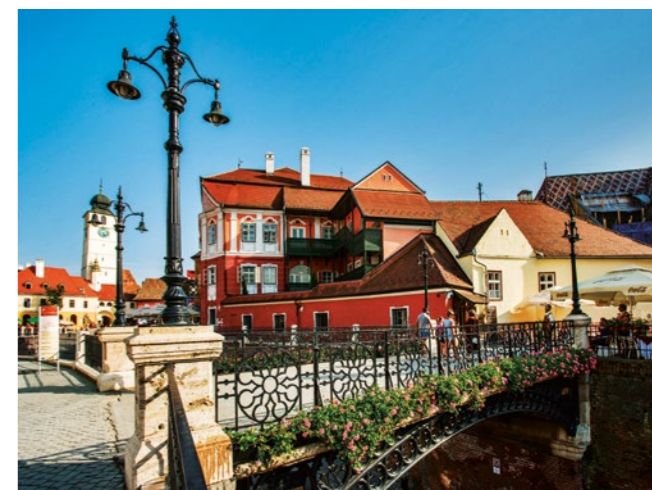
Sibiu est mentionné dans le roman «Der Vorleser» («Le lecteur»), écrit par l'Allemand Bernhard Schlink, dont l'adaptation au cinéma a gagné un Oscar.



La Petite Place – Sibiu



Visitez la Petite Place – Sibiu



Le Pont des Mensonges – Sibiu



Cathédrale Métropolitaine de Sibiu

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 🚶 • Faites une promenade dans la rue Nicolae Bălcescu et régalez-vous des bons plats que proposent ses restaurants.
- 👁️ • **Théâtre de marionnettes Gong:** Rue Alexandru Odobescu no. 4.
- ✈️ • **Moyens de transport:** avion (Aéroport International Sibiu).
- ☀️ • **Période recommandée:** décembre, quand le charme festif de Sibiu est du même niveau que celui de Vienne.





## Sighișoara la médiévale ou une histoire du temps

Seule cité médiévale européenne encore habitée, Sighișoara, est entrée dans le patrimoine mondial de l'UNESCO grâce à son état de conservation parfait.

La tour horloge est certainement le point majeur de la ville. Visitez-la, et montez jusqu'au sommet pour regarder Sighișoara d'en haut et voir les figurines qui se promènent devant le cadran de l'horloge, horloge qui fonctionne encore, depuis le Moyen Age.

Aux pieds de la tour, arrêtez-vous un peu dans un des cafés de la Place de la cité et ensuite montez les 175 marches de l'Escalier couvert, jusqu'à l'Eglise de la colline, symbole gothique et le plus important monument de Sighișoara.

En empruntant ses allées de pierre et en découvrant ses bâtiments emblématiques du XVI<sup>ème</sup>, il ne faut pas croire que l'atmosphère médiévale empêche la ville d'être très bien organisée en ce qui concerne ses hôtes: il y a un office du tourisme où l'on peut recueillir des renseignements sur des trains, des autobus, des événements et des cartes de la ville; il y a des habitants qui sont toujours capables de donner des renseignements en anglais et des foires et festivals pour occuper votre temps libre.

### À savoir

Devant l'Eglise de la Colline de Sighișoara il y a un splendide cimetière saxon que l'on peut visiter chaque jour entre 8 et 20 heures.



Petite rue de Sighișoara



La Place Centrale - Sighișoara



Découvrez la ville à pied - Sighișoara

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Participez au **Festival médiéval** qui a lieu tous les jours de la dernière semaine du juillet.
- 👁️ • **Maison Dracula**: Rue Cositorarilor no. 5.
- 🚆 • **Moyen de transport recommandé**: train, ensuite à pied.
- ☀️ • **Période recommandée**: en été, pour être capable de vagabonder la ville et passer les nuits sur en terrasse.



La Grande Horloge, vue de derrière - Sighișoara

## Brașov, la ville alpine par excellence

Entourée par les sommets du Mont Postăvaru, Brașov, une des villes roumaines les plus visitées, est un mélange d'air pur des montagnes, d'atmosphère médiévale, d'architecture gothique et baroque, mais Brașov a aussi de nombreuses discothèques, cafés et bars, tout au long de la Rue de la République, dans le centre.

A Brașov, tout parcours doit commencer par la Piața Sfatului, le cœur de la ville. Ici on peut voir la Casa Sfatului, du XIII<sup>ème</sup> siècle, mais aussi l'Eglise noire, la plus grande église gothique de la Roumanie.

On peut ensuite se perdre sur les rues pavées pour chercher la Rue de la Ficelle, dont on dit que c'est la plus étroite d'Europe (environ 130 cm).

Pour une véritable atmosphère médiévale, cherchez la rue După Ziduri et visitez le Bastion Graft et le Bastion des Forgerons, ou la Tour Blanche et la Tour Noire, qui font partie des fortifications de la ville.

Pour faire le tour de la ville, on peut se promener en l'autobus à deux étages pour les touristes, du jeudi au dimanche. Le point de départ est Aleea de sub Tâmpa.

### À savoir

L'Eglise Noire de Brașov offre des concerts d'orgue chaque été, de juin à septembre.



Brașov - une destination parfaite pour les fêtes d'hiver



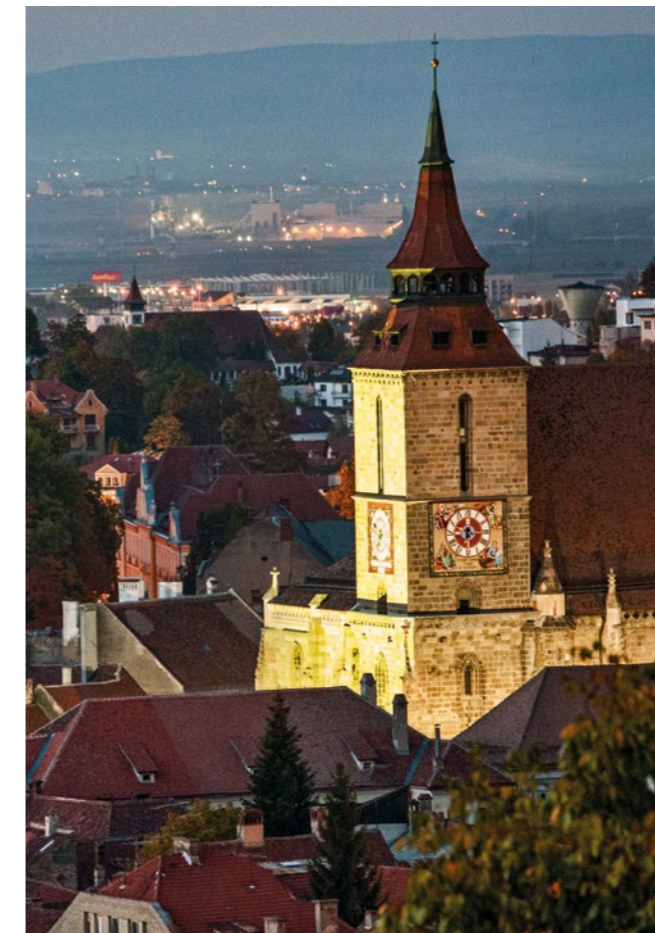
Brașov, vue de Tâmpa



Bâtiments historiques à Brașov

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Montez sur le **sommet Tâmpa**, à presque 400 m au-dessus de la ville. Le sentier est bien balisé et il y a des bancs pour se reposer. On peut aussi choisir la télécabine.
- 👁️ • **Musée d'art**: Bd. Eroilor no. 21A.
- 🚆 • **Moyens de transport**: train (le voyage de Bucarest prend un peu plus de 2 heures).
- ☀️ • **Période recommandée**: décembre, quand la ville est pleine de lumières et de neige et se prépare pour Noël.



La Grande Horloge de l'Eglise Noire - Brașov





### Timișoara – le charme de l'architecture et de l'esprit du Banat

Dans l'ouest du pays, Timișoara est le résultat de l'héritage habsbourgeois. La ville a d'ailleurs été nommée la petite Vienne (puisqu'elle s'est trouvée sous la domination de l'Empire Austro-Hongrois pendant deux siècles).

Souvent considérée comme l'une des villes roumaines les plus occidentales, Timișoara peut se vanter d'une culture éclectique. Ses théâtres, ses festivals de musique et ses galeries d'art, lieux toujours très branchés, lui procurent une personnalité spécifique.

Pendant votre visite à Timișoara, le cœur du Banat, vous serez rarement loin de la musique, elle déborde d'une scène ou se répand à partir des haut-parleurs qui remplissent les places publiques qui n'éteignent que tard dans la nuit.

La vieille place de la Victoire est l'une des zones les plus populaires de la ville, avec ses nombreux bâtiments de style Sécession. La Cathédrale Orthodoxe Métropolitaine est l'élément central de la place.

Les bars et les discothèques sont présents partout dans la ville, et donc il est impossible de s'ennuyer au cours de ton séjour.

#### À savoir

Timișoara a été la première ville en Europe et la deuxième du monde, après New York, à être éclairée à l'électricité (1889).



Cathédrale Romano-Catholique de Timișoara

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Promenez-vous dans la **Piața Victoriei** et visitez les magasins. Puis essayez de vous détendre sur un banc en goûtant à l'atmosphère du début du XX<sup>ème</sup> siècle.
- 👁️ • **Musée des villages du Banat**: Allée CFR no. 1.
- 🚆 • **Moyens de transport**: train ou avion.
- 📶 • **Période recommandée**: en automne, quand les universités rouvrent leurs portes et que la ville frémit du tumulte apporté par les étudiants.



La Cathédrale Métropolitaine de Timișoara

### Cluj, bastion de la vie trépidante du centre de la Transylvanie

Connue comme l'un des plus importants centres universitaires du pays, cette ville de Transylvanie a le plus fort taux de population étudiante du pays (presque 19% du nombre total d'habitants). Donc, si l'on arrive à Cluj, on a toute une vie culturelle vibrante à explorer, prête à être découverte à chaque recoin de la ville.

Piața Unirii est le centre névralgique de Cluj. On y trouve des bars et des restaurants qui ne dorment jamais. Ici encore l'on peut emprunter des vélos contre sa carte d'identité. Mais attention, le centre ville est entouré de collines, donc une promenade à vélo peut vite se transformer en un véritable défi.

Au-delà de son atmosphère fraîche, Piața Unirii réunit aussi les bâtiments emblématiques de la ville, chacun ayant une histoire plus que centenaire. L'église St. Michel, du XV<sup>ème</sup> siècle, domine la place. C'est l'un des monuments roumains qui incarne le mieux le style gothique.

Le Palais Banffy, le bâtiment baroque du Musée d'art, se trouve lui aussi sur la Piața Unirii. On peut également se promener jusqu'à Piața Baba Novac pour voir le Bastion des couturiers, construit en 1550 et dernier vertige des fortifications médiévales de la ville. Enfin, on peut admirer Cluj-Napoca d'en haut, sur la Colline Cetățuia.

#### À savoir

Chaque année, en février, l'Opéra National Roumain de Cluj-Napoca héberge le Bal de l'Opéra.



Cathédrale Archépiscopale de Cluj

### LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- 👤 • Faites une promenade sur le boulevard Eroilor, la rue principale de la ville – elle est pleine de magasins et restaurants qui étendent leurs terrasses sous le soleil, en été.
- 👁️ • **Le Théâtre National Lucian Blaga**: Place Ștefan cel Mare 24.
- ✈️ • **Moyens de transport**: avion.
- 📶 • **Période recommandée**: octobre, lorsque les universités ouvrent leurs portes et que la ville se remplit de jeunes.



Cluj centre-ville









Tourisme équestre – Transylvanie

## Expériences inédites dans des paysages d'une beauté authentique

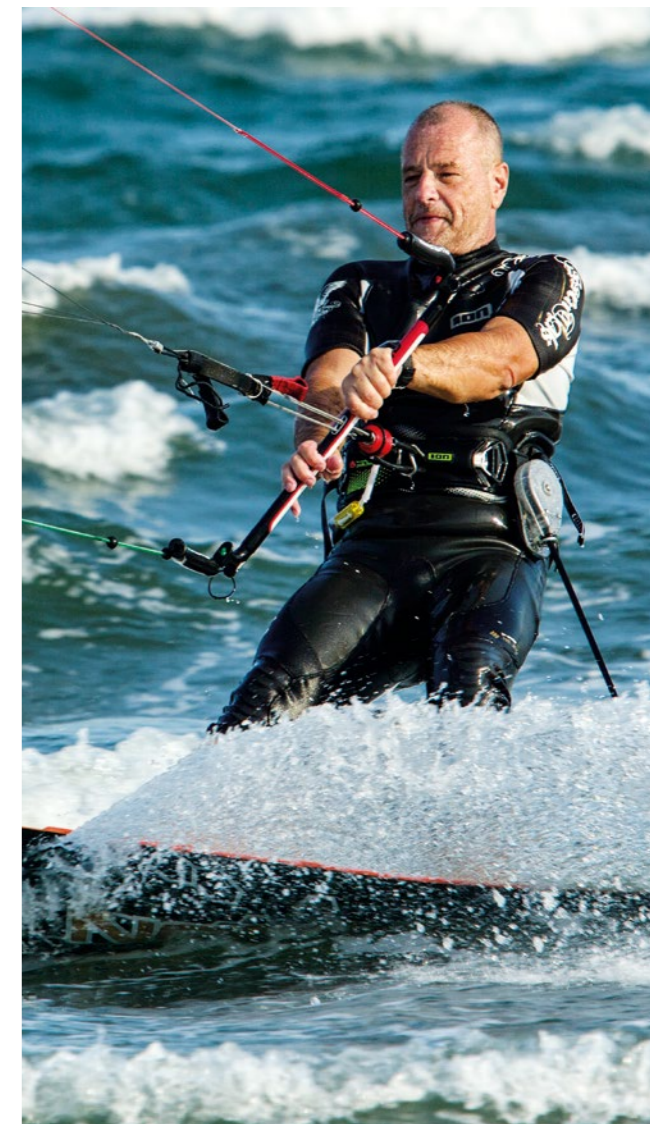
Si vous essayez de découvrir la Roumanie à distance, vous pourrez avoir l'impression que celle-ci est formée uniquement par des contrées tranquilles et accueillantes, où on peut se relaxer à tout moment, même si vous avez voyagé au bord de la Mer Noire, sur les collines de Dobroudja ou sur les cimes des Carpates. Pourtant, à un regard plus attentif, vous allez constater que la Roumanie signifie un peu plus que tout cela.

Si l'on pense qu'un pays de contes et de coutumes tel que la Roumanie est trop ancré dans le passé pour être capable de profiter un peu de l'adrénaline contemporaine, on a tort car les beautés de la nature roumaine ne sont pas seulement là pour être admirées.

Elles sont toujours prêtes à offrir un peu d'aventure, soit sur l'eau – rafting, soit dans l'eau – submersions, soit en montagne – escalades, alpinisme, héliski, parapente ou saut à l'élastique. Ou peut-être préféreriez-vous faire du ski hors-piste – ne vous inquiétez pas, en Roumanie il y a des sommets sur lesquels vous pourrez également en faire.

Donc, après quelques jours de dolce vita, pendant lesquels vous vous êtes gorgé de friandises roumaines et pendant lesquels vous avez admiré la nature éblouissante et visité les villes ingénieusement construites, choisissez un point quelconque sur la carte, munissez-vous d'une pointe d'audace et d'équipements nécessaires et faites le premier pas sur le chemin de l'aventure.

Si vous le demandez et si vous êtes prêt à l'explorer, la Roumanie de l'extrême vous sera révélée.



Du kite surfing à la Mer Noire



Vive l'aventure en Transylvanie





## Sur l'eau et dans l'eau

Pique-niques en nature, matchs de football ou relais. Si vous êtes en vacances avec votre famille ou vos amis, on vous propose un passe-temps plus audacieux pour souder votre groupe: le rafting. Considéré comme l'un des sports extrêmes les plus sûrs, le rafting implique de descendre une rivière, souvent agitée, dans une barque gonflable pour 4 à 12 personnes qui doivent synchroniser leurs mouvements et respecter parfaitement les ordres du guide. En fonction de sa difficulté et du degré de danger, le rafting est divisé en six catégories.

En Roumanie, on peut faire du rafting sur la Bistrița, dans la zone Zugreni, et en Ciocânești (si l'on préfère les radeaux authentiques, en bois, construits par les habitants eux-mêmes). En Ciocânești, c'est du rafting du deuxième degré de difficulté. Vous pouvez tenter également les Gorges de Jiu, entre Livezeni et Bumbești-Jiu, où le degré de difficulté atteint le 4ème niveau – en sachant que maintenant on peut faire aussi rafting nocturne sur le Jiu, avec une dose d'adrénaline plus forte. Les amateurs de rafting peuvent choisir ces deux rivières à partir du mois d'avril et jusqu'en juin.



Du rafting dans le Défilé de Jiu

### À savoir

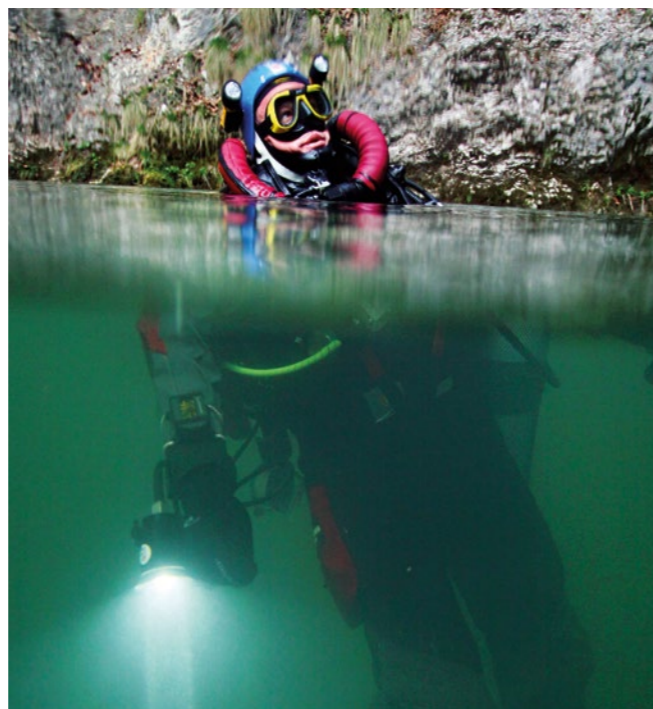
Le parcours de rafting des Gorges de Jiu fait 40 kilomètres de long, avec une différence de niveau qui dépasse les 200 mètres et un temps de descente compris entre 2.30 heures et 4 heures.

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

- Pour éviter les obstacles dangereux, il faut utiliser un mouvement nommé pirouette, grâce auquel on tourne la barque du rafting.
- **Moyens de transport:** pour la rivière Bistrița – par train jusqu'à Vatra Dornei et ensuite par autobus.
- **Pour les Gorges du Jiu:** par train jusqu'à Târgu Jiu, ensuite par autobus.
- **Période recommandée:** avril-juin.

La spéléologie subaquatique est un bon choix si l'on veut découvrir les cavernes secrètes couvertes d'eau.

On peut essayer la Caverne Izverna des Montagnes Mehedinți, celles où, aux dires des spécialistes, on a les meilleures conditions d'Europe pour ce type de plongées – l'eau est claire, avec une très bonne visibilité, tandis que les lacs et les siphons souterrains sont comme des paysages fantastiques.



Izbucul Tazui, les Montagnes Apuseni

Et, puisque l'on parle de vol, que diriez-vous d'un voyage en hélicoptère cette fois-ci, dont vous allez vous détacher peu à peu pour commencer à glisser sur les skis ? Ce sport s'appelle héliski et on le pratique en Roumanie dans les Montagnes Făgăraș.

Même si selon les idées préconçues ce type de sport signifie des sauts de l'hélicoptère directement sur la piste de ski, la réalité n'est pas si aventureuse. L'héliski suppose que l'on trouve des sommets suffisamment larges pour que l'hélicoptère puisse atterrir et les skieurs descendent équipés en toute sécurité.



Héliski dans les Montagnes de Făgăraș

## Dans l'eau

La planche à voile est l'épreuve olympique considérée par les spécialistes comme la plus exténuante. Il faut savoir faire preuve de talents acrobatiques étant donné les nombreux sauts et retours que les véliplanchistes sont capables de réaliser en utilisant le mât.

En Roumanie, on peut pratiquer la planche à voile sur la Mer Noire, à Mamaia et à Eforie et dans le Delta du Danube, sur Grindul Chituc, à Gura Portiței, sur lac Murighiol et à Mille 23. Notons que si l'on a avec soi le bon équipement (un costume et les bottes de néoprène, la ceinture-trapèze, la planche, la voile, le mât, les écouteurs et d'autres éléments), on peut également pratiquer ce sport sur la terre ferme ou bien sur le sable (planche à voile saleté) ou encore sur la neige, si l'on monte la voile sur une planche à neige.

Si la planche à voile vous intéresse, mais que vous ne l'avez pas encore pratiquée ou bien si vous n'êtes pas encore suffisamment sûr de vos connaissances en la matière, il faut savoir qu'à Mamaia on peut prendre des cours organisés par des spécialistes pour le niveau débutant, moyen, avancé.

Les voyages au cœur des canyons – gorges encaissées dans des vallées étroites et profondes où l'eau coule encore (parfois en fonction de saison) – sont un autre type de sport qui procure sa dose d'adrénaline. Parmi les avantages de ce genre de sport, il y a non seulement les paysages éblouissants, mais aussi les nombreux moyens faire le parcours: montée, descente, glissade sur des toboggans naturels, traversées des marmites.

En Roumanie, on peut parcourir des gorges dans le district de Brașov, sur le sentier Dâmbu Morii - Canionul Șapte Scări - Cabana Piatra Mare.

### À savoir

La traversé du Canion Șapte Scări peut être faite en 4 heures si l'on monte et en 2-3 heures si l'on descend.



Choisissez votre trajet préféré – Montagnes de Apuseni



Avec le vent en poupe – Mamaia



Des sports nautiques sur la plage de Corbu





## Haut, haut, toujours plus haut

En Roumanie il y a plus de 100 pistes d'escalade dans des polygones spécialement aménagés à Cheile Sohodolului-Runcu, Cheile Oltețului-Polovragi et Cheile Galbenului - Baia de Fier. Il ne faut pas oublier la descente en rappel, descente contrôlée à l'aide de cordes, utilisée lorsqu'un rocher est trop abrupt pour pouvoir le descendre sans protection.

Si vous êtes assez sûr de vous et de vos mollets, vous pouvez essayer une alternative encore plus audacieuse que le cyclisme classique dans les montagnes: un tour des Carpates à vélo, à une altitude qui dépasse toujours 1.000 mètres. Vous partez du sud, de Brașov, et vous traversez Făgăraș, Les Carpates occidentales, vers le Maramureș, les Montagnes Rodnei, pour arriver dans les Carpates Orientales, ensuite vous prenez la direction de la courbure en Vrancea, pour revenir finalement à Brașov. Au total: 1.200 kilomètres de parcours, qu'une personne en très bonne forme peut parcourir en environ 29 jours.

Aujourd'hui, pour voler il ne faut pas se limiter aux confortables sièges d'un avion. Un parapente est toujours à votre disposition si vous voulez flotter au-dessus des sommets des montagnes. En Roumanie, on peut voler en parapente de la station Râncea, aux pieds du mont Păpușa, dans le district de Gorj. Vous pouvez également le faire à Vatra Dornei et à Poiana Brașov, dans les Montagnes Postăvaru. On peut faire aussi du ski hors-piste dans un domaine situé au-dessus de la station Râncea, entre 1.700 et 2.100 mètres d'altitude.

La tyrolienne, voilà un autre sport extrême. C'est une technique alpine qui vous permet de traverser des zones abruptes grâce à un système de cordes statiques, poulies et câbles d'acier fixés d'une manière naturelle ou artificielle. La plus grande tyrolienne du pays fait plus de 147 mètres de long et est suspendue à 137 mètres du sol, entre les parois des Gorges Râșnoavei, près de la station Predeal.



Tyrolienne – Brașov



Un circuit pour l'escalade - Montagnes de Făgăraș



Du vélo à Transalpina

### À savoir

En l'automne 2012, le parachutiste de Cluj, Călin Popa, a fait un saut en première mondiale: il a sauté de l'avion en parachute, il s'en est ensuite détaché avec une parapente et il a exécuté toute une série d'acrobaties aériennes.

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

🚲 • **Zones pour cyclisme alpin:** sur toute la chaîne carpatique, mais surtout sur Valea Prahovei (district Prahova – Munténie) et les Montagnes Bucegi (district Brașov – Transylvanie).

☀️ • **Période recommandée:** mai – septembre.

## En descente et au trot

Si l'idée de flotter dans les airs vous passe par la tête, vous pouvez aussi essayer le parachutisme. Ce sport peut être pratiqué en tandem avec un instructeur de parachutisme ou tout seul (mais dans ce cas il faut avoir un brevet reconnu de parachutisme).

La distance minimum du saut est de 1.000 mètres et la distance maximum, 4.000 mètres. En Roumanie, on pratique les sauts dits static-line (ligne statique – où il faut ouvrir la parachute immédiatement après avoir sauté de l'avion) on pratique aussi les free fall (chute libre – où l'on n'ouvre la parachute qu'une minute après le saut). Vous pouvez vous initier au parachutisme à l'aéroclub de Sibiu, de Ploiești- Strejnic, à l'aérodrome de Baia Mare, à Tuzla ou bien à Cluj ou à Bucarest.

Si vous voulez essayer le tourisme équestre, vous pouvez le faire dans les Gorges de Râșnoave, dans le Parc National des Montagnes Măcinului, à Călimani/Suceava, dans les Montagnes Dornei, dans les Montagnes Apuseni, à Bistrița avec des chevaux purs sangs, le lipizzan, le Friesen, l'Andalous et Huțul, une race spécifiquement roumaine. En Roumanie, vous pouvez également essayer l'équitation près de Bucarest, à Râșnov, près de Brașov, dans la commune Vârful Câmpului, près de Suceava, et à quelques centaines de mètres de la plage qui lie les stations Saturn et Venus, au bord de la Mer Noire.

### À savoir

Au cours d'un saut en parachute, le parachutiste peut se tourner ou même se lever tout simplement en modifiant la position de son corps.



Tourisme équestre – Transylvanie



Du skydiving près de Bucarest



Vole avec la parapente dans les Montagnes Carpates

## LIEUX À VOIR ET CHOSES À FAIRE

🐎 • Les débutants en tourisme équestre peuvent monter un cheval de race Huțul, de petite taille qui ne dépasse pas les 150 centimètres et a un caractère calme.

☀️ • **Période recommandée:** la fin du printemps et l'été.



## SPELEOLOGIE

1. Peștera Urșilor (Grotte des Ours), Grotte Scărișoara, Grotte Huda lui Păpără, Grotte Ghețarul de la Focul Viu, Peștera Vântului (Grotte du Vent), Grotte Meziad, Grotte Vadu Crișului, Grotte Cetățile Ponorului
2. Peștera Muierii (Grotte de la Femme), Peștera Liliecilor (Grotte des Chauves-Souris)
3. Grotte Popovăț, Grotte Comarnic, Grotte Buhui
4. Grotte Dâmbovicioara, Grotte Ialomicioarei
5. Grotte Cloșani
6. Grotte Merești
7. Grotte Cioclovina, Grotte Șura Mare, Grotte Tecuri
8. Grotte Puciosului
9. Grotte Șugău
10. Grotte Izvorul Tăușoarelor, Grotte Jgheabul lui Zalion
11. Grotte Limanu

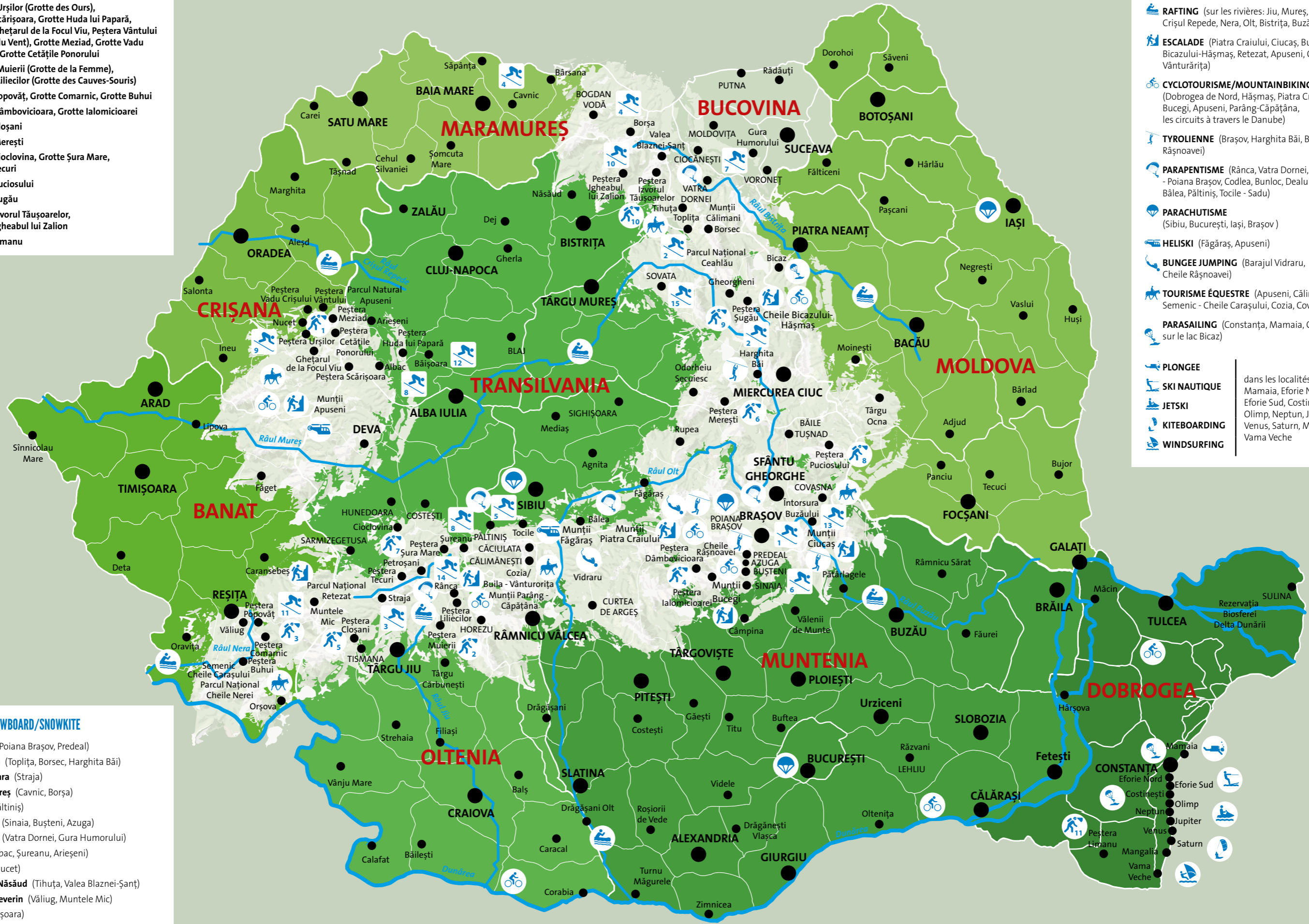
## SKI/SNOWBOARD/SNOWKITE

1. Brașov (Poiana Brașov, Predeal)
2. Harghita (Toplița, Borsec, Harghita Băi)
3. Hunedoara (Straja)
4. Maramureș (Cavnic, Borșa)
5. Sibiu (Păltiniș)
6. Prahova (Sinaia, Bușteni, Azuga)
7. Suceava (Vatra Dornei, Gura Humorului)
8. Alba (Albac, Șureanu, Arieșeni)
9. Bihor (Nucet)
10. Bistrița-Năsăud (Tihuța, Valea Blaznei-Șanț)
11. Caraș - Severin (Văliug, Muntele Mic)
12. Cluj (Băișoara)
13. Covasna (Covasna, Întorsura Buzăului)
14. Gorj (Rânca)
15. Mureș (Sovata)

## L'AVVENTURE COMMENCE

- RAFTING** (sur les rivières: Jiu, Mureș, Crișul Repede, Nera, Olt, Bistrița, Buzău)
- ESCALADE** (Piatra Craiului, Ciucaș, Bucegi, Cheile Bicazului-Hășmaș, Retezat, Apuseni, Cozia/Buila-Vânturărița)
- CYCLOTOURISME/MOUNTAINBIKING** (Dobrogea de Nord, Hășmaș, Piatra Craiului, Bucegi, Apuseni, Parâng-Căpățâna, les circuits à travers le Danube)
- TYROLIENNE** (Brașov, Harghita Băi, Bușteni, Cheile Râșnoavei)
- PARAPENTISME** (Rânca, Vatra Dornei, Zona Brașov - Poiana Brașov, Codlea, Bunloc, Dealul Lempeș -, Bălea, Păltiniș, Tocile - Sadu)
- PARACHUTISME** (Sibiu, București, Iași, Brașov)
- HELISKI** (Făgăraș, Apuseni)
- BUNGEE JUMPING** (Barajul Vidraru, Cheile Râșnoavei)
- TOURISME ÉQUESTRE** (Apuseni, Călimani, Semenic - Cheile Carașului, Cozia, Covasna)
- PARASAILING** (Constanța, Mamaia, Costinești, sur le lac Bicz)
- PLONGEE**
- SKI NAUTIQUE**
- JETSKI**
- KITEBOARDING**
- WINDSURFING**

dans les localités:  
Mamaia, Eforie Nord,  
Eforie Sud, Costinești,  
Olimp, Neptun, Jupiter,  
Venus, Saturn, Mangalia,  
Vama Veche





# SUR LA ROUMANIE



**Localisation:** sud-est de l'Europe

**Voisins:**

Hongrie (nord-ouest), Ukraine (nord et nord-est), République Moldavie (est), Mer Noire (sud-est), Bulgarie (sud), Serbie (sud-ouest)

**Surface:** 237.502 km<sup>2</sup>

**Relief:**

le territoire de la Roumanie comprend toutes les formes principales de relief: Des montagnes - Les Carpates (966 km), Des collines et plateaux (les collines de l'ouest sont les plus étendues), La Mer Noire (la côte roumaine a 241 km), Les Plaines (la Plaine Roumaine, la Plaine de l'ouest), Le Delta du Danube

**Point d'altitude maxime:**

Sommet Moldoveanu des Montagnes Făgăraș (Carpates Méridionales): 2544 m

**Population:** 19.350.000 habitants (2012)

**Drapeau:**

trois bandes verticales – rouge, jaune, bleu

**Fus horaire:** GMT + 2

**Monnaie:** Leu

**Capitale:** Bucarest

**Langue officielle:** le roumain

**Climat:** tempéré continental (avec quatre saisons distinctes: printemps, été, automne, hiver)

**Forme de gouvernement:** république

**Système légal:** basé sur le modèle européen et la Constitution de 1991

**Statut européen:** membre de l'Union Européenne de 2007, de l'ONU (1955), de l'UNESCO (1990), de l'OTAN (2004)

**Formalités pour obtenir un visa:**

les touristes provenant des Etats Unis et du Canada peuvent rester en Roumanie pendant 90 jours sans un visa; les touristes des pays de l'UE n'ont pas besoin de visa. En fonction du pays d'origine, il est recommandable que les touristes vérifient ces détails aux ambassades roumaines

**Aéroports:** la Roumanie a 16 aéroports actifs

**Le chemin de fer:** la réseau ferroviaire de la Roumanie couvre 17.535 km

**Numéro d'urgence:** 112

**Electricité:**

prises de 220 volts, de type européen; les touristes des Etats Unis, de la Grande Bretagne, d'Irlande et du Canada ont besoin d'adaptateurs

**Unité de mesure:** mètre

**Protection des consommateurs:**

no. de téléphone: 0372-131951;  
courriel: office@anpc.ro

## L'AUTORITÉ NATIONALE DU TOURISME

Bd. Dinicu Golescu, nr. 38, sector 1, București  
Tel: 0040-372 144 079 Fax: 0040-372 144 093  
e-mail: presedinte@mturism.ro; http://turism.gov.ro/contact/  
Răzvan FILIPESCU

## AGENCES DE PROMOTION TOURISTIQUE À L'ÉTRANGER

### L'AUTRICHE

Opernring 1, Stiege R,  
4 stock, Tür 404 A-1010 Viena  
Tel: 0043-1-317 31 57  
Fax: 0043-1-317 31 574  
e-mail: rumaenien@aon.at  
www.rumaenien-info.at  
Simion GIURCĂ

### L'ITALIE

Via Torino 95, Galleria Esedra  
00184 Roma  
Tel: 0039-06-488 02 67  
Fax: 0039-06-489 86 28 1  
e-mail: office@romania.it  
www.romania.it  
Ioana PODOSU (CIUTRE)

### LA RUSSIE

Masfilmovskaya Street No. 35,  
office 313 119330, Moscova  
Tel: 007-499-143 87 65  
Fax: 007-499-143 86 72  
e-mail: romaniatravel@gmail.ru  
www.romaniatravel.ru  
Alena DODON

### LA FRANCE

7, Rue Gaillon  
75002 Paris  
Tel: 0033-1-40 20 99 33  
Fax: 0033-1-40 20 99 43  
e-mail: info@guideroumanie.com  
www.GuideRoumanie.com  
Mihaela MIHEȚ

### LE ROYAUME UNI

12 Harley Street  
Londra W1G 9PG  
Tel: 0044-207-224 36 92  
Fax: 0044-207 935 64 35  
e-mail: romaniatravel@btconnect.com  
www.romaniatourism.com  
Răzvan MARC

### L'ESPAGNE

Calle Alcántara no. 49-51  
28006, Madrid  
Tel: 0034-91-401 42 68  
Fax: 0034-91-402 71 83  
e-mail: oficina@rumaniatour.com  
www.rumaniatour.com  
Bogdan IOSIF  
Marina BARABANCEA

### L'ALLEMAGNE

Reinhardt str., 47  
D-10117 Berlin  
Tel: 0049-30-400 55 904  
Fax: 0049-30-400 55 906  
e-mail: info@rumaenien-tourismus.de  
www.Rumaenien-Tourismus.de  
Adina SECARĂ

### LA POLOGNE

Krakowskie Przedmieście 47-51  
00-071, Varşovia  
Tel/Fax: 0048-22-826 40 10  
e-mail: info.rumunia@wp.pl  
Ruxandra ANA

### LES ÉTATS-UNIS D'AMÉRIQUE

355 Lexington Avenue, 19th Floor  
New York, NY 10017  
Tel/Fax: 001-212-545 84 84  
e-mail: info@romaniatourism.com  
www.romaniatourism.com  
Simion ALB



Initiative locale. Développement régional.



MINISTÈRE DU DÉVELOPPEMENT RÉGIONAL  
ET DE L'ADMINISTRATION PUBLIQUE



Nous investissons dans ton avenir! Projet retenu dans le cadre du Programme opérationnel régional et cofinancé par l'Union européenne par le biais du Fonds européen de Développement régional. Protégez l'environnement!

Promouvoir la marque touristique de la Roumanie  
L'autorité Nationale du Tourisme  
Juillet 2013





Photo: Montagnes de Ceahlău

  
**România**

*explorez le jardin des Carpates*