Visit Sweden News Room

5 raisons de visiter la Suède au moins deux fois dans sa vie

Il y a des destinations qu'on visite une fois dans sa vie, avant de passer à la suivante. La Suède n'en fait pas partie. Pays de contrastes saisissants, elle mérite bien plus qu'un seul voyage. Où ailleurs pouvez-vous vous baigner dans un lac limpide en été, puis patiner sur sa surface gelée en hiver ? Observer les aurores boréales une saison et profiter du soleil de minuit la suivante ? Voici cinq bonnes raisons de visiter la Suède au moins deux fois dans sa vie.



Photo: Soleil de minuit & aurores boréales : David Schreiner - Per Lundström/imagebank.sweden.se (Télécharger)

La Suède – pays de contrastes

La Suède est une terre de contrastes puissants, où les forêts enneigées rencontrent les plaines fertiles, où les grands lacs se prolongent en archipels sauvages, et où les villes animées s'ouvrent sur une nature intacte. Mais ce sont surtout les saisons qui métamorphosent le pays de manière spectaculaire. À chaque voyage, la Suède se révèle sous un nouveau jour — une destination qu'on ne découvre jamais deux fois de la même façon.

Et les chiffres parlent d'eux-mêmes : ceux qui ont déjà visité la Suède sont nombreux à vouloir y retourner. Le pays séduit les voyageurs français — avec 86 %* d'entre eux qui affirment vouloir revenir. Parmi les voyageurs britanniques, ce chiffre atteint même 92%.

5 bonnes raisons de visiter la Suède au moins deux fois

- **Admirer les aurores boréales et le soleil de minuit**

En hiver, les aurores illuminent le ciel arctique. Partez en randonnée nocturne en raquettes avec un guide ou faites une excursion en traîneau à chiens loin de toute pollution lumineuse pour observer l'incroyable phénomène. Il est même possible de combiner cette expérience céleste avec une balade gourmande autour de la cuisine locale.

En été, au nord du cercle polaire, le soleil ne se couche jamais. Jouez au golf à minuit à Haparanda, participez au triathlon le plus septentrional du monde à Gällivare, ou randonnez dans la région classée au patrimoine mondial de la Laponie, où nature sauvage et culture sami sont indissociables.

- **Vivre la ville suédoise, de l'effervescence au cocooning**



Photo: Mairie de Stockholm..Peter Lyden Johnér - Johan Willner Scandinav/imagebank.sweden.se (Télécharger)

Les grandes villes, Stockholm, Göteborg et Malmö, se transforment au rythme des saisons.

Au printemps et en été, la vie s'invite dehors, où nature et culture se mêlent, toujours à proximité de l'eau. Déambulez dans les rues animées aux terrasses pleines, profitez des festivals gratuits. Prenez votre *fika* sous les cerisiers en fleurs de Kungsträdgården à Stockholm, ou dans l'un des cafés cosy de la capitale. Vibrez au festival Way Out West dans le parc Slottsskogen à Göteborg. Rafraîchissez-vous sur la plage de Malmö, «Ribban » (Ribersborgsstranden), à deux pas du centre historique, ou explorez ses canaux en kayak.

À l'automne et en hiver, place au *mys*, cet art de vivre suédois fait de chaleur, de calme et de convivialité. Installez-vous dans un café éclairé à la bougie pour savourer une brioche à la cannelle. À Stockholm, laissez-vous éblouir par les installations lumineuses de Nobel Week Lights. À Göteborg, plongez dans l'ambiance féerique de Julstaden et du parc d'attractions de Liseberg transformé en plus grand marché de Noël du pays. À Malmö, retrouvez la culture dans les musées ou la sérénité dans les parcs d'hiver, comme Pildammsparken.

- **Célébrer la lumière : Midsommar et Lucia**



Photo : Lucia & Midsummer: Henrik Trygg - Per Bifrost/Imagebank.sweden.se (Télécharger)

La lumière est au cœur de deux grandes fêtes suédoises, aussi contrastées que les saisons qui les portent.

À la Saint-Jean, *Midsommar*, les Suédois célèbrent l'été et la vie en dansant autour du mât fleuri, couronne de fleurs dans les cheveux, chants et *snaps* à la main. On se régale du hareng mariné, des pommes de terre nouvelles et du traditionnel gâteau aux fraises. À minuit, la nuit est presque jour.

Le 13 décembre, au cœur de l'hiver, la fête de la Sainte Lucie,*Lucia*, apporte une lumière et une ambiance toutes différentes : douces, chantées, intimes. Une procession à la bougie guidée par une jeune fille coiffée d'une couronne de bougies traverse écoles, églises et lieux publics. On partage des *lussekatter* (brioches au safran) et du *glögg* (vin chaud), dans une ambiance de calme à la lueur des bougies.

- **Traverser la Suède en train, entre épopée et échappée**




Photo : Train à vapeur, Vildmarkståget**Jan Mark** (Télécharger) Photo : Kinnekulle. Viggo Lundberg/Westsweden.com (Télécharger)

Au printemps, embarquez pour une grande traversée à bord du train historique et vintage *Vildmarkståget* (le train des régions sauvages), en partenariat avec le musée ferroviaire de Gävle. De Stockholm à Kiruna, via Luleå et la Haute Côte, laissez-vous porter par un itinéraire unique à travers les régions les plus spectaculaires du pays.

À l'automne, choisissez un itinéraire court mais charmant dans le sud. Voici deux excursions très prisées : la ligne Huskvarna–Jönköping–Bankeryd dans le Småland, qui longe le lac Vättern (le plus profond de Suède). Faites une halte dans la capitale de la région, Jönköping. Et le *Kinnekullebanan* dans l'Ouest de la Suède, entre les petits joyaux que sontMariestad et Lidköping. Le parcours longe le lac Vänern (le plus grand du pays) et traverse de jolies gares du XIXe siècle. Cette ligne donne accès à de très beaux sentiers de randonnée, tels que Kinnekulleleden et Biosfärleden.

- **Patiner ou pagayer : la Suède au fil de l'eau**



Photo : Patin à glace et kayak. Eddie Granlund Folio - Anna Hållams/imagebank.sweden.se (Télécharger)

Si vous avez nagé dans un lac suédois en été, imaginez le frisson de marcher dessus quand il est gelé en hiver.

En été, la Suède est un paradis pour les activités sur l'eau : plus de 100 000 lacs aux températures douces, un littoral varié, des archipels préservés. Pagayez dans les eaux du granitique Bohuslän, pêchez en Scanie ou participez à la célèbre course *swimrun* (natation/course à pied) ÖtillÖ dans l'archipel de Stockholm.

En hiver, ces eaux se figent... mais l'aventure continue. Patinez sur des lacs gelés, testez le bain glacé suivi d'un sauna, ou essayez la pêche au trou. Sur le lac Tavelsjö, dans le Västerbotten, des pistes de patin aménagées offrent une expérience nordique inoubliable.

Et encore tant de raisons de revenir…

Pour les Samis, le peuple autochtone du nord de la Suède, quatre saisons ne suffisent pas à décrire les changements de la nature. Ils en reconnaissent huit ! Huit rythmes, huit humeurs, huit invitations au voyage.

*Målgruppsanalys 2024, Enquête menée par Visit Sweden et YouGov entre avril et juin 2024. Les entretiens ont été réalisés en ligne auprès de 1 000 voyageurs français dans certaines régions de France.

Plus d'infos ici.

Sélection d'images disponible ici et ici.

Contact:

Elisabeth NEBOUT, elisabeth.nebout@visitsweden.com, 06 15 05 78 87

A propos de Visit Sweden

Visit Sweden est officiellement mandaté par le gouvernement suédois pour promouvoir la Suède en tant que destination touristique. Notre vision : que la Suède soit, d'ici 2030, la destination de voyage la plus durable et la plus attrayante au monde, fondée sur l'innovation.

https://press.visitsweden.com/2025-04-15-5-raisons-de-visiter-la-Suede-au-moins-deux-fois-dans-sa-vie