



Pendant votre voyage

Durée du vol

8 heures

Décalage horaire

-5 heures l'été, -4 heures l'hiver

Climat

le climat de la Guyane est équatorial avec un taux d'hygrométrie d'environ 90 %. Le climat est uniformément équatorial avec une faible amplitude annuelle.

Températures moyennes

La moyenne des températures est de 27°C et la pluviométrie importante, comme dans toute la région amazonienne.

L'amplitude thermique entre le jour et la nuit est de 8° à 10°.

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter le site de météo France <http://monde.meteofrance.com> et le site de worldweather : <http://worldweather.wmo.int/>

Nous vous proposons quelques conseils afin de limiter la survenue de désagréments pendant votre vol.

CONSEILS AFIN DE LIMITER LA SURVENUE DE DÉSAGRÉMENTS PENDANT VOTRE VOL

| | |
|------------------------------------|---|
| Pendant votre voyage aérien | <ul style="list-style-type: none">> Portez des vêtements amples> Marchez (dès l'attente en salle d'embarquement) si possible au moins 5 minutes par heure> Évitez le port sur les cuisses d'objet pesant (ordinateur portable...)> Évitez de croiser les jambes> Évitez la prise de somnifères> Hydratez vous> Évitez les boissons gazeuses et alcoolisées> En prévention d'otite barométrique, pendant le décollage et l'atterrissage, avalez votre salive ou baillez ou mâchez un chewing-gum fréquemment. <p>Cas particuliers :</p> <ul style="list-style-type: none">> Femmes enceintes : pas de voyage au-delà de 7 mois et demi de grossesse> Si vous êtes porteur d'une maladie chronique, pensez à prendre vos médicaments> Si vous êtes porteur d'une insuffisance veino-lymphatique, le port de chaussettes, bas ou collants (classe 2) est recommandé voire un traitement préventif, demandez conseil à votre médecin avant le départ <p>Si le vol dure plus de 3 heures :</p> <ul style="list-style-type: none">> Pensez à changer fréquemment de position> Évitez le port de lentilles sur vos yeux, privilégiez le port de lunettes de vue |
|------------------------------------|---|

