



Pendant votre voyage

INFORMATIONS SUR LA DURÉE DU VOL, DÉCALAGE HORAIRE, CLIMAT ET TEMPÉRATURES

| | |
|-----------------------|---|
| Durée estimée du vol | Paris - Nouméa : 22 heures |
| Décalage horaire | + 10 heures l'hiver, + 9 heures l'été |
| Climat | La Nouvelle-Calédonie jouit d'un climat tempéré que l'on pourrait qualifier de "tropical océanique". Le climat est tempéré et ensoleillé. Il existe deux saisons : > La saison chaude (mi-novembre – mi-avril) : également saison cyclonique > La saison fraîche (mi-mai – mi septembre) : plus sèche avec des températures qui diminuent. |
| Températures moyennes | Températures en janvier : 23°C à 29°C Températures en août : 17.2°C à 22.8°C |

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 |
|-----------------------------|---|

