



LETTONIE

Latvija - Latvio



« Pour la patrie et la liberté »

La Lettonie est pays d'Europe de l'Est situé sur les côtes de la **mer Baltique**. Elle est bordée au sud par la **Lituanie**, au sud-est par la **Biélorussie**, à l'est par la **Russie** et au nord par l'**Estonie**. Elle fait partie des pays baltes. Elle a déclaré son indépendance en 1991.

Année d'adhésion: 2004.

Régime politique: République.

Capitale: Riga.

Superficie: 65 000 km².

Population: 2,3 millions.

Densité : 35 habitants au km².

Monnaie: lats (LVL).

Langue officielle : Letton (langue indo-européenne du groupe balte).

Fête nationale : 18 novembre (Indépendance de 1918).

Plat traditionnel : Le Kingeris.

(gâteau de fête en forme de bretzel).

Monument : Le monument de la liberté à Riga

Géographie

Relief

Le territoire letton est plat (87 m en moyenne au dessus du niveau de la mer, 98% du territoire se trouve à moins de 200 m) ou modérément vallonné (point culminant, le **Gaizinkalns**: 312 m).

Hydrographie

Les principaux fleuves sont la **Daugava** (1 020 km) sur laquelle sont construits trois grands barrages hydroélectriques, la **Lielupe** (119 km) et la **Gauja** (452 km); ils se jettent dans le golfe de Riga.

Le pays est couvert de nombreux lacs (environ 4 000), rivières, marécages et tourbières.

Climat

Le pays bénéficie d'un climat de type **continental**, tempéré par l'influence maritime de la mer Baltique.

Les étés courts sont souvent chauds (Température estivale moyenne : +15,8°C). Les hivers, qui durent près de 8 mois, sont relativement froids (Moyenne hivernale : -4,5°C). Les régions côtières sont plus tempérées et plus humides.

Divisions administratives

La Lettonie est divisée en quatre régions historiques qui ont aussi une valeur administrative secondaire. Elle est subdivisée en 26 cantons (ou districts, *rajon* en letton) et 7 villes au statut spécial.

- le Zemgale au Sud,
- le Kurzeme à l'Ouest,
- le Latgale au Sud-Est,
- le Vidzeme au Nord.

Quelques Lettons célèbres

Littérature

Janis Rainis (1865-1929) et Anna Brigadere (1861-1931).

Cinéma

Sergueï Mikhaïlovitch Eisenstein (1898) est surtout connu pour « Le Cuirassé Potemkine » (1925).

Musique

compositeurs : Andrejs Jurjāns (1856-1922) et Jazeps Vītols (1863-1948);
Imants Kalnins et Raimonds Pauls (compositeurs contemporains).
chefs d'orchestre : Mariss Jansons (1943) et Gidon Kremer (1947)

Peinture

Janis Rozentāls (1866-1916), Janis Valters (1869-1932) et Vilhelms Purvītis (1872-1945)

Architecture

Mikhaïl Eisenstein a été l'architecte de l'art nouveau à Rīga.

Sport

Romāns Vainšteins (1973) cycliste, qui a été champion du monde sur route en 2000 et a terminé troisième du Paris-Roubaix en 2001.

Marians Pahars (1976) footballeur connu pour avoir joué pendant 7 ans dans le club anglais de Southampton.

Les lanceurs de javelot Dainis Kula (1959) champion olympique (jeux olympiques d'été 1980 à Moscou) Jānis Lūsis (1939) champion olympique en 1964 à Tokyo, en 1968 à Mexico et en 1972 à Montréal.

Stanislavs Olijars (1979) est un athlète, pratiquant le 110 mètres haies champion d'Europe à Göteborg en 2006).

La cuisine lettone

La cuisine lettone est assez simple. C'est une cuisine paysanne qui comprend beaucoup de produits laitiers (goûtez au **biezpiens**, un fromage cru délicieux), du poisson (**zivis**) et des soupes (**zupos**). Les plats traditionnels sont les pois au lard, le jarret et les côtes de porc fumées, ainsi que les harengs de la Baltique à l'aneth.

Les liqueurs traditionnelles sont très bonnes: le Rigos Alefnois Bolzoms, un bitter local très amer, noir comme de l'encre, aux vertus thérapeutiques et dont la recette remonte au XVIIIe siècle. On le boit avec du thé ou du café.

Comme dans tous les pays germaniques, un repas (**voir la photo**) est souvent composé de charcuteries, salades et sandwiches, accompagné de thé ou de bière. La bière (**alus**), est également justement réputée notamment l'**Aldaris** provenant de la plus grande brasserie de Riga.

Les baies, notamment les canneberges (**dzërvenes**) sont très utilisées dans les desserts sous forme de **Kiselis** (bouillie de fruit épaisse).

Le **Kingeris**, gâteau traditionnel de fête, en forme de bretzel, est une sorte de pain d'épice aux raisins, aromatisé à la cardamome. C'est tout simplement délicieux!

Goûtez également au **bëfzu sula** (jus de bouleau), décoction d'écorces de bouleau fermentée!

C'est une cuisine paysanne qui comprend beaucoup de produits laitiers (goûtez au **biezpiens**, un fromage cru délicieux), du poisson (**zivis**) et des soupes (**zupos**). Les plats traditionnels sont les pois au lard, le jarret et les côtes de porc fumées, ainsi que les harengs de la Baltique à l'aneth.

Artisanat

L'ambre de la Baltique

Artisanat populaire

Le travail du bois



L'art populaire letton est très riche.

Les artistes lettons, excellents graveurs sur bois, ont laissé un large patrimoine culturel.

Riga, Musée d'Histoire - sur la photo, voici l'œuvre du maître **M. Brinkmanis**, statue en bois polychrome (XVIIe siècle).

La Lettonie a quitté le giron soviétique et retrouvé son indépendance en 1991. Située sur la côte baltique, la Lettonie est un pays de faible altitude, aux immenses forêts qui fournissent du bois aux industries de la construction et du papier. La faune et la flore abondent. Le pays fabrique de nombreux biens de consommation, des produits textiles et des machines-outils. Il attire les touristes de l'Europe entière. Sur le plan ethnique, le pays comprend 59% de Lettons et 29% de Russes, et plus du tiers de sa population vit

dans la capitale, Riga. Fondée en 1201, celle-ci est avec ses 730 000 habitants la ville la plus peuplée des trois États baltes. Sa statue de la Liberté, haute de 43 mètres, est l'une des plus grandes du continent.

Le parlement letton ne comporte qu'une chambre, la *Saiema*, dont les 100 membres sont élus au suffrage direct tous les quatre ans. Le président est élu par le parlement, tous les quatre ans également.

Le peintre Mark Rothko et le compositeur contemporain Peteris Vasks comptent parmi les Lettons les plus célèbres.

La gastronomie lettone comprend notamment les *speķa pīrādziņi* (quiches au lard) et une soupe froide rafraîchissante à base de crème aigre.

Salut : sveiks !

Au revoir : uz redzesanos

Oui : ja

Non : ne

Merci : paldies

S'il vous plaît : lūdzu