

Cap Vert, Santo Antão et Mindelo

Cap Vert

Code voyage : CPVGP0002

Randonnée guidée • Voyage itinérant

8 jours • 7 nuits • Rien à porter • Niveau : 2 / 5



À travers cette randonnée unique, vous allez découvrir l'île de **Santo Antão** en totale symbiose avec la vie rurale. Vous vivrez l'expérience inoubliable du **Cap-Vert** profond et authentique, avec des randonnées sublimes dans des vallées isolées et préservées, comme oubliées du tourisme. Vous serez logé chez l'habitant, l'occasion de partager un bon repas préparé par vos hôtes dont la bienveillance, la générosité et la bonne humeur concluront merveilleusement des journées variées et colorées.

Points forts

- Les nuits sur les terrasses chez l'habitant
- 6 jours de randonnée dans les vallées authentiques de Santo Antão
- La rencontre avec une population souriante et accueillante

Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78
Site internet : www.grandangle.fr • Blog : blog.grandangle.fr • E-mail : info@grandangle.fr

EN BREF



PROGRAMME

J1 • Paris - île de São Vicente - Mindelo

Vol Paris/Praia (ou Sal)/São Vicente. Transfert à Mindelo. Installation dans votre hébergement. Selon l'heure d'arrivée, vous pourrez profiter de la plage ou vous balader sur la place principale où les familles se promènent en écoutant la fanfare qui y joue régulièrement. Un dîner est organisé par votre guide pour un briefing de votre voyage (repas à votre charge).

Nuit en pension.

J2 • Mindelo - Porto Novo, île de Santo Antão - Corda - João Alfonso

Bateau (1h de traversée) pour Porto Novo, sur l'île de Santo Antão. Transfert (40mn) par la route de la corde jusqu'au village de Corda. De là, un sentier panoramique descend en direction de Ribeira Grande, traverse les contreforts de la vallée puis rejoint une petite piste que nous suivons pour arriver à João Alfonso, où nous passons la nuit sur la terrasse d'une maison. Dîner préparé par les habitants de la vallée.

Entre 4h30 et 5h00 de marche, +170 m, -820 m de dénivelé.

Nuit chez l'habitant.

J3 • João Alfonso - vallées de Ribeira Grande - Aguada

De João Alfonso nous traversons les cultures de canne à sucre et les petits hameaux ruraux avant de rejoindre un canal d'irrigation qui nous amène jusqu'à Chã de Pedras. De là, nous remontons la vallée en surplombant un profond canyon, jusqu'au village reculé d'Aguada entouré de cultures en terrasses où nous passons la nuit.

Aguada est un village attachant loin de la route ne permettant pas l'acheminement des bagages. Vos sacs de voyage seront donc gardés, vous ne les récupérerez que le lendemain. Vous emporterez dans votre sac à dos, vos affaires pour la nuit. Nous vous conseillons de prendre le strict nécessaire : un change et vos affaires de toilette.

Les habitants du village porteront les sacs de couchage. Dîner préparé par les habitants de la vallée. Nous passons la nuit sur la terrasse d'une maison.

Entre 4h30 et 5h00 de marche. +690 m, -310 m de dénivelé.

Nuit chez l'habitant.

J4 • Aguada - Village de Lagoinha

Au départ d'Aguada nous traversons la zone de cultures irriguées avant de nous élever dans la falaise qui surplombe le village. Nous rejoignons le plateau d'altitude que borde une forêt de pins des Canaries. Au milieu de ce plateau d'altitude semi-désertique, les habitants du petit village de Lagoinha nous reçoivent pour la nuit et nous retrouvons les bagages. Dîner préparé par les habitants du plateau.

Entre 4h30 et 5h00 de marche. +740 m, -100 m de dénivelé.

Nuit sur la terrasse de l'institutrice de l'école maternelle du village, qui vous fera aussi visiter l'école.

J5 • Lagoinha - Matinho - Garça ou Chã d'Igreja

De Lagoinha nous partons en direction de Matinho, longeons le rebord du plateau d'altitude, puis basculons dans la vallée de Garça. Les formes douces et pelées du plateau d'altitude laissent peu à peu place aux cultures de canne à sucre et aux reliefs volcaniques déchiquetés. Nous rejoignons le fond de la vallée de Garça. Nuit à Garça de Cima ou Chã d'Igreja selon la disponibilité. Dîner préparé par les habitants de la vallée. Nous passons la nuit sur la terrasse d'une maison.

Entre 5h00 et 5h30 de marche. +460 m, -1080 m de dénivelé.

Nuit chez l'habitant.

J6 • Cruzinha - Corvo - Fontainhas - Ponta Do Sol - Paul

Court transfert (10mn) au point de départ de la randonnée à Cruzinha. Nous nous engageons sur le sentier côtier, un impressionnant ouvrage pavé suspendu dans la falaise au-dessus de l'océan, qui offre un panorama unique sur la côte nord de l'île. Nous traversons les petits hameaux cultivés de Corvo et le village perché et coloré de Fontainhas, avant de rejoindre Ponta do Sol, l'ancien port principal de l'île. Transfert (25mn) jusqu'à Paul où nous passons la nuit sur la terrasse d'une maison qui sera le point de départ de l'étape du jour suivant. Dîner préparé par les habitants de la vallée.

Entre 5h00 et 5h30 de marche, +690 m, -710 m de dénivelé.

Nuit chez l'habitant.

J7 • Vallée de Paul - Porto Novo - Mindelo, île de São Vicente

Découverte de la vallée de Paul par les petits sentiers qui vont de hameau en hameau serpentant entre les nombreuses cultures propres à cette vallée réputée la plus verte de l'archipel : goyaves, café, bananes, canne, choux, ignames, manioc, tomates...

Transfert (30mn) dans l'après-midi à Porto Novo par la nouvelle route côtière et bateau (1h de traversée) pour Mindelo. **Dîner libre.**

Entre 4h30 et 5h00 de marche. +560 m, -710 m de dénivelé.

Nuit en pension.

J8 • Île de São Vicente - Paris

Matinée libre jusqu'au transfert pour l'aéroport. Vol pour Paris (via Sal ou Praia). Arrivée à Paris.

Itinéraire

Nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Des perturbations sur les vols intérieurs peuvent survenir (météo, modifications d'horaires et/ou surréservation sur les vols), nous obligeant parfois à revoir le déroulement de votre voyage.

Attention, à certaines dates :

- le voyage est dédoublé et se déroulera en sens inverse. Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

- le vol retour Mindelo / Paris (via Sal ou Praia) peut avoir lieu le samedi soir avec une arrivée dimanche (vol de nuit en place de nuit à l'hôtel). Le prix affiche sera calculé en conséquence.

Votre voyage sera organisé en 9 jours (avec nuit à Lisbonne déjà comprise dans nos tarifs) pour les dates suivantes : 21/11/2020.

QUELQUES PRÉCISIONS

Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.

Niveau 2 / 5

Moyen : 4 à 6 heures de marche par jour environ. Dénivelé positif de 300 à 700 mètres. Bonne condition physique requise.

Transport des bagages

Rien à porter : vous ne portez qu'un petit sac à dos avec le pique-nique et vos affaires de la journée. Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape.

Pour la nuit du J3 à Aguada, le village étant loin de la route, les bagages ne pourront pas être acheminés. Vos sacs de voyage seront donc gardés, vous ne les récupérerez que le lendemain. Vous emporterez dans votre sac à dos, vos affaires pour la nuit. Nous vous conseillons de prendre le strict nécessaire : 1 change et vos affaires de toilette. Les habitants du village porteront les sacs de couchage.

Transfert

En minibus, en bateau et en avion (vols intérieurs).

Groupe

De 5 à 15 participants.

Durée

8 jours, 7 nuits, 6 jours de randonnée.

Période de départ

Toute l'année

Encadrement

Par un accompagnateur capverdien francophone.

Confort

► Hébergement

- 2 nuits en pension (ou hôtel) à Mindelo, chambre double avec salle d'eau parfois commune
- 5 nuits chez l'habitant (nuits sur des matelas d'environ 5/6cm sur les terrasses des maisons, salle d'eau et sanitaires communs)

Possibilité de chambre individuelle en supplément : nous consulter, sous réserve de disponibilité, à demander dès votre inscription.

Attention, l'eau est rare et précieuse au Cap-Vert, elle est issue de la désalinisation dans la plupart des hébergements. Le système de production d'énergie au Cap-Vert est en voie de modernisation, mais il peut encore arriver exceptionnellement que certains jours l'eau vienne à manquer dans les hôtels, ou qu'elle ne soit pas disponible chaude.

► Restauration

Locale et variée, à base de produits locaux. Cuisine traditionnelle le midi chez l'habitant ou pique-nique préparé par votre accompagnateur.

Dîner pris chez l'habitant, préparé par nos hôtes.

Pour l'eau de boisson, en dehors des fontaines, vous trouverez de l'eau minérale dans les épiceries des villages.

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

Rendez-vous / Dispersion

► Rendez-vous

Le J1 à l'aéroport de Paris.

► Dispersion

Le J8 à l'aéroport de Paris.

Convocation

Vous recevrez environ deux semaines avant votre départ, une convocation précisant l'heure et le lieu du rendez-vous, le nom et les coordonnées du guide ainsi que le numéro et les horaires de vos vols. Elle sera accompagnée de vos billets électroniques.

Votre budget

Les tarifs sont valables pour des départs de Paris. Des départs d'autres villes sont possibles, n'hésitez pas à nous en faire la demande. Les prix indiqués ne sont valables que pour certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Ils sont donc susceptibles d'être modifiés en cas d'indisponibilité de places dans ces classes au moment de la réservation.

Attention : le tarif sans aérien exclut tous les vols intérieurs.

► Les prix comprennent

- le transport aérien et les transferts
- le transport des bagages
- l'encadrement
- l'hébergement en pension complète (sauf certains repas)
- l'eau minérale à raison de 2,5 litres par personne et par jour pendant la randonnée (l'eau sera fournie pour le groupe dans des jerricans de 5l, vous devrez donc avoir votre gourde)

► Les prix ne comprennent pas

- les assurances
- les frais d'inscription
- les frais de visa
- les pourboires
- les boissons (hors l'eau à raison de 2,5 litres par personne et par jour pendant la randonnée)
- les repas des J1 et J8
- tout ce qui n'est pas indiqué dans "Les prix comprennent"

► Options, suppléments et réductions (prix sur demande)

- chambre individuelle en supplément

- extension :
 - pour découvrir le volcan de Fogo, un séjour en 4 jours au cœur du cratère
 - découverte de l'île de Brava, pour une randonnée en 3 ou 4 jours (selon votre choix)
 - enfin un séjour balnéaire à Boa Vista entre désert de dunes et océan et une exclusivité sur l'île de Maio

Nous consulter, sous réserve de disponibilité, à demander dès votre inscription.

► Vos dépenses sur place

Prévoir 10 à 15 € pour un repas simple, 35 € pour des repas plus recherchés avec des langoustes par exemple. Pour les boissons prévoir environ 2 € par personne et par boisson non alcoolisée.

► Pourboires

Les familles rencontrées apprécieront une petite aide : vêtements pour enfants et adultes (de seconde main, mais en bon état), fournitures scolaires à remettre aux écoles (cahiers, stylos, crayons, gommes, ciseaux...). Ces dons ne constituent en aucun cas une obligation. Il ne faut en revanche pas donner aux enfants directement, cela pourrait les inciter à la mendicité (il sera en revanche bienvenu de troquer une barre de céréale contre un fruit par exemple).

Il n'est pas choquant de laisser des pourboires, c'est plutôt le contraire qui est mal vu, notamment pour les bagagistes d'aéroports (compter environ 50 Ecv pour un sac porté au véhicule). Les pourboires constituent un complément de rémunération des employés d'hôtels, de restaurants ou de bars. Laissez 5 à 10% de votre addition et vous aurez droit à un sourire supplémentaire. Attention à ne pas laisser toutefois des sommes trop importantes par rapport au coût de la vie local.

Si vous êtes satisfait de votre accompagnateur local, il appréciera également un pourboire mais sachez que ce n'est pas une obligation. Nous les rémunérons très correctement. Aussi, afin de ne pas être trop au-dessus des valeurs locales, un pourboire d'environ 20€ par personne pour l'ensemble du séjour nous paraît raisonnable.

Assurances

Vous pouvez souscrire, par l'intermédiaire de GRAND ANGLE, une assistance rapatriement, une assurance annulation seule, une assurance multirisque ou une assurance complémentaire CB : assurances facultatives.

1/ L'assurance multirisque avec extension de garanties spéciales épidémies et pandémies, en complément du contrat multirisque n°4312 déjà existant

2/ L'assistance rapatriement, contrat n°4310 comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement

3/ L'assurance annulation + interruption de séjour, contrat n°4311 vous couvre hors frais d'inscription et hors taxes aériennes.

Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par Grand Angle selon les conditions d'annulation générales de vente (<https://www.grandangle.fr/conditions-vente>) et/ou conditions particulières de vente de votre contrat de voyage.

4/ L'Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement (multirisque), contrat n°4312

5/ L'assurance complémentaire CB, contrat n°4313 vous est proposée pour l'achat d'un séjour avec une Carte Bancaire proposant des garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum).

Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco. Leur tarif varie en fonction du type d'assurance choisi et du montant de votre voyage.

Se référer à notre site internet <https://www.grandangle.fr/en-pratique/etre-bien-assure>

Pour les personnes ayant leur domicile légal et fiscal hors Europe occidentale ou dans les COM, DROM, POM,

Grand Angle peut leur proposer un contrat spécifique « impatriés », contrat n°2142 offrant une garantie annulation et/ou assistance rapatriement (sur demande)

Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco.

Il vous appartient, en cas de sinistre, d'effectuer les démarches nécessaires auprès de l'assurance.

Vols

Vous voyagerez sur vols réguliers ou affrétés (Air Portugal/TAP, Cabo Verde Airlines, Air Méditerranée ou Smartlynx Airlines). Attention, le temps de connexion peut être plus ou moins long si le voyage comporte des vols inter-île, et les vols sont souvent retardés et/ou avancés, nous contraignant ainsi à adapter au mieux les programmes. Attention : à certaines dates, le vol aller peut être direct entre Paris et Mindelo et le retour via Sal (ou Praia) et à d'autres dates les vols peuvent comporter une escale aller et retour (via Praia et/ou Sal). Attention, pour tout vol différent du groupe (départ de province, départ avancé et/ou retour différé), un numéro de téléphone portable spécial "assistance aéroport" sera indiqué sur votre convocation lors de la confirmation de votre plan de vol. Rappel : pour tout achat du voyage sans transport aérien, les vols intérieurs sont à votre charge. Nous pouvons vous proposer la réservation des vols intérieurs (avec supplément), en faire la demande à votre conseiller. Les transferts aéroport/hôtel (ou vice versa) sont également à votre charge.

Covoiturage

Pour arriver à l'aéroport vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur [Blablacar](#).

Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vos encadrants ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

Photos

Discrétion, confiance et respect sont les maîtres mots du photographe responsable. Demandez l'autorisation avant d'appuyer sur le déclencheur, également auprès des parents pour les enfants. Et si vous promettez l'envoi d'un cliché, honorez votre engagement dès votre retour, ou ne promettez rien ! Si les Capverdiens aiment généralement se faire prendre en photo, il est toutefois recommandé de leur en demander la permission au préalable, par un sourire ou par un signe de tête. Dans certains villages reculés, l'arrivée d'un appareil photo peut déclencher l'arrivée massive des enfants. Si vous en avez la possibilité, prenez une adresse pour leur envoyer des portraits par courrier à votre retour, vous laisserez derrière vous une marque (presque) indélébile. (Ne décevez pas, si vous ne comptez pas leur envoyer, ne demandez pas d'adresses !).

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog.

Tourisme responsable et durable

► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
 - 1 foulard
 - t-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante)
 - 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
 - 1 veste en fourrure polaire légère
 - 1 pantacourt, corsaire et/ou short
 - 1 pantalon de trekking
 - 1 pantalon confortable pour le soir
 - 1 veste type Gore-tex, simple et légère
 - 1 maillot de bain
 - des sous-vêtements
 - chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
 - 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
 - 1 paire de sandales ou de chaussures de détente pour le soir
- La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Equipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants
- 1 gourde (1,5 litres au minimum)
- 1 lampe frontale ou lampe de poche et des piles
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence
- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement
- boules Quies (facultatif)
- papier toilette et 1 briquet pour le brûler
- crème solaire et stick à lèvres
- des sacs pour les déchets
- des sacs en plastique fort pour protéger vos affaires
- 1 petit nécessaire de couture
- pensez au gobelet pour le grog "rhum local" !
- couverture de survie

Pharmacie personnelle

Liste de la pharmacie personnelle à faire valider par votre médecin :

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- anti-inflammatoire comprimés
- anti-inflammatoire pommade
- anti-diarrhéique
- antispasmodique
- antiseptique intestinal
- anti-vomitif
- traitement antibiotique à large spectre : prévoir 8 jours de traitement
- collyre (poussière, ophtalmie) et crème antibiotique pour les yeux
- traitement pour rhume et maux de gorge (pastilles)
- biafine
- bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes + Steristrip
- fouble peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)
- pastilles purifiantes pour l'eau (Micropur forte ou Aquatabs) ou possibilité d'acheter de l'eau minérale (non compris, en supplément)
- couverture de survie
- répulsif anti-moustiques efficace en zone tropicale

Trousse de secours

Une trousse de premiers secours, fournie par l'agence, est placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

Matériel fourni

Matériel de pique-nique.

Bagages

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

1 - Le sac à dos :

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée.

Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo...), de valeur (lorsque votre hébergement ne dispose pas de coffre-fort) et pour vos éventuels médicaments.

Il sera en cabine lors des transports aériens. Généralement, le poids des bagages cabine est limité à 10 kg par personne.

2 - Le grand sac de voyage souple :

Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par des porteurs et/ou des animaux et/ou des véhicules.

Vous recevrez avant votre départ des étiquettes Terres d'Aventure, qui vous permettront d'identifier vos bagages avec vos nom et adresse, et faciliteront le regroupement des sacs aux arrivées à l'aéroport.

Il sera en soute lors des transports aériens. Le poids des bagages en soute vous sera indiqué sur votre convocation ou billet.

Nos recommandations si vous prenez l'avion :

Enregistrez en bagage en soute le maximum de choses et ne conservez dans votre bagage à main que ce qui est absolument indispensable à votre voyage.

Equipez-vous pour l'avion de votre tenue de randonnée, et de vos affaires de première nécessité (en cas de problème d'acheminement de vos bagages).

Merci de noter que les contrôles de sécurité sont devenus très stricts aux aéroports : mettez les couteaux, ciseaux, limes à ongles et piles de rechange dans votre sac de soute.

Quels sont les produits liquides interdits en cabine ?

Les liquides, aérosols, gels et substances pâteuses : eau minérale, parfums, boissons, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, mascara, soupes, sirops, dentifrice, savons liquides, déodorants... sauf s'ils sont rangés dans un sac en plastique transparent fermé, d'un format d'environ 20 cm x 20 cm (type sachet de congélation) et qu'ils sont conditionnés dans des flacons ou tubes de 100ml maximum chacun. Un sachet peut contenir plusieurs tubes, flacons,...

Quelles sont les exceptions autorisées en cabine ?

- Les médicaments liquides (insuline, sirops...) : vous pouvez les emporter en cabine à condition de présenter aux agents de sûreté une attestation ou une ordonnance à votre nom. Il n'y a aucune restriction pour les médicaments solides (comprimés et gélules)

- Les aliments liquides pour bébés : il n'y a pas de restriction sur ces produits. Pensez à prendre des contenants qui se referment : il pourra en effet vous être demandé de goûter ces aliments !

Comment se fait le passage du contrôle de sûreté ?

-Retirez votre veste ou votre manteau

Présentez à part :

- Tous vos grands appareils électriques : ordinateur portable, gros appareil photo numérique, lecteur

DVD...

- Votre sac plastique transparent contenant vos flacons et tubes
- Vos médicaments accompagnés d'une ordonnance ou d'une attestation
- Vos aliments liquides pour bébé
- Vos achats réalisés dans les boutiques des aéroports qui auront dû être mis sous sac plastique scellé par votre vendeur. Attention : toutes les boutiques ne proposeront pas ce sac. Renseignez-vous avant de faire vos achats ! Les achats de liquides réalisés après le contrôle de sûreté s'effectuent librement sous réserve des limitations douanières. Attention cependant aux correspondances : renseignez-vous avant tout achat

INFORMATIONS PRATIQUES

Le Cap Vert

Longtemps ignorées, les îles du Cap-Vert étaient vêtues autrefois d'une végétation dense, terres fertiles héritées de leur passé volcanique. Si certaines ont gardé un relief très accidenté, aujourd'hui fortement entaillé par l'érosion (Santiago, Santo-Antao ou Fogo), d'autres ne sont aujourd'hui qu'un simple plateau de faible altitude (Sal ou Boavista).

Après leur découverte au XVe siècle par des navigateurs portugais, toutes ont subi une déforestation importante, modifiant le climat et la végétation. Si certaines îles, du fait de leur relief élevé, retrouvent de belles coulées vertes, notamment dans les montagnes (eucalyptus, pins, mimosas...) ou au fond des "ribeiras" très cultivées, d'autres présentent des paysages quasi désertiques de roches rouges ou dorées ou bien de dunes de sable blond. De nombreux travaux (captages, bassins...) ont été réalisés afin de permettre une agriculture diversifiée indispensable pour nourrir une population en forte croissance.

Les marchés sont colorés de nombreux fruits et légumes exotiques (mangues, papayes, ignames, manioc...) et sur les terrasses accrochées au flanc des montagnes poussent haricots, café, maïs et bien sûr la canne à sucre qui sera transformée en rhum. La pêche, bien que très artisanale, garnit aussi les étals d'une belle variété de poissons et fruits de mer.

La population, composée à la fois d'européens (principalement portugais) et d'africains descendant d'esclaves, présente aujourd'hui avec le métissage des faciès, des couleurs de peau et de cheveux d'une grande diversité. Leurs points communs étant leur beauté, un caractère accueillant et une grande joie de vivre. Le capverdien est très attaché à son archipel et toute la nostalgie du pays s'exprime dans les « mornas », ces mélodies mélancoliques.

Formalités

► Papiers

Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de retour, pour les ressortissants français, belges ou suisses. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

Si vous voyagez avec vos enfants, sachez que, dorénavant, les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir un passeport individuel.

A partir du 15 janvier 2017, l'autorisation de sortie du territoire est rétablie pour les mineurs français voyageant sans au moins l'un de leurs parents. Les mineurs voyageant dans ces conditions devront présenter : carte d'identité ou passeport (selon les exigences du pays de destination) ; le formulaire d'autorisation de sortie du territoire, signé par l'un des parents titulaires de l'autorité parentale (le formulaire d'autorisation de sortie du territoire sera accessible sur le site www.Service-Public.fr) ; une photocopie du titre d'identité du parent signataire.

De nouvelles mesures de sécurité sont entrées en vigueur dans les aéroports : les appareils électroniques (smartphones, tablettes, portables...) doivent être chargés et en état de fonctionnement pour tous les vols allant ou passant par les Etats-Unis et Londres. Les agents de contrôle doivent pouvoir les allumer. Par précaution, ayez votre chargeur à portée de main. Si votre appareil est déchargé ou défectueux, il sera confisqué. Cette mesure étant susceptible d'être étendue à d'autres aéroports, nous vous conseillons de charger vos appareils électroniques avant le vol quelle que soit votre destination.

Permis de conduire : pour éviter tout désagrément, il peut être utile, même pour les pays extra-européens reconnaissant officiellement sur leur territoire la validité du permis français, de se procurer également un permis de conduire international ou, à défaut, une traduction assermentée du permis français.

► Visa

Depuis le 1er janvier 2019, les voyageurs français, belges et suisses n'ont plus besoin de visa pour visiter le Cap-Vert. Il doivent cependant soit (option à privilégier)

s'enregistrer avant le départ sur le site www.ease.gov.cv et régler en ligne la taxe aéroportuaire de 30 euros, soit effectuer formalités et règlement à l'arrivée. Pour les

autres nationalités, nous sommes à votre disposition pour vous accompagner dans vos démarches.

CAP015 - Dernière mise à jour le 11/07/2019 page 5 sur 8

Attention ! Taxe de séjour applicable à tout voyageur de plus de 16 ans : 2 euros par jour et par personne, à régler aux hôteliers.

► Santé

Vaccins Obligatoires

La vaccination contre la fièvre jaune n'est obligatoire que pour les voyageurs venant d'une zone infectée, ce qui peut concerner les voyageurs arrivant du Sénégal. Elle doit être faite au moins 10 jours avant le départ.

Vaccins Conseillés

Diptérie, tétanos et poliomyélite, hépatites A et B (en l'absence d'immunité reconnue), coqueluche (dont la réapparition chez les adultes, même en France, justifie la vaccination pour tout voyage). Et, moins systématiquement, typhoïde, rage (surtout les enfants). Contre les méningites, en période épidémique, vaccin tétravalent A/C/Y/W (Menveo ou Nimenrix).

Prévention Paludisme

Il est possible de se passer de prévention médicamenteuse, sauf sur l'île de Sao Tiago pendant les pluies de l'hivernage (de juillet à octobre) où le risque (faible) pourra être prévenu par la prise de Nivaquine. La protection contre les moustiques, par répulsifs, moustiquaires imprégnées et vêtements couvrants, dans la journée comme pendant la nuit, est d'autant plus indispensable qu'elle protégera aussi contre d'autres insectes vecteurs d'autres maladies parasitaires ou virales (en particulier la dengue, sévissant sur un mode endémo-épidémique, ou le virus Zika).

Autres risques

La protection passe par l'observance des conseils prodigués dans nos recommandations générales à propos des risques alimentaires, environnementaux et comportementaux. L'accessibilité à l'eau potable est un problème récurrent dans tout l'archipel avec les risques de toxi-infections partout en dehors des grands complexes hôteliers.

Virus Zika : transmise par le même moustique que la dengue et le chikungunya, la maladie n'était pas considérée comme grave (fièvre, éruption cutanée, douleurs articulaires, guérissant en une huitaine de jours) jusqu'à l'apparition, lors de l'épidémie sévissant au Brésil, de lourdes complications neurologiques chez des nouveau-nés de mères ayant été en contact avec le virus Zika. Le risque de microcéphalies, source de lourds handicaps pour l'enfant, nous conduit, en accord avec les recommandations que vient de publier le Haut Conseil de Santé Publique, à conseiller aux femmes enceintes, en particulier en début de grossesse, de consulter leur médecin pour valider le projet de voyage.

Informations pratiques

Les infrastructures médicales sont insuffisantes. En cas de problème grave, on évacuera sur Dakar, ou sur la France, après avoir contacté la compagnie d'assistance.

Adresses utiles

Ambassade du Cap Vert

3, rue de Rigny
75008 Paris
Tél. : +33 (0) 1 42 12 73 50

Consulat du Cap-Vert à Marseille

7, rue Félix-Éboué (place Sadi Carnot)
13002 Marseille
Tél. : +33 (0) 4 91 91 81 94

Téléphone

Code téléphonique depuis la France : 00 238.

Décalage horaire

- 2 h en hiver et - 3h en été.

Climat

Le climat capverdien est de type tropical sec, avec une très courte saison de pluies d'août à septembre, qui est aussi la saison la plus chaude, les températures avoisinant les 30°C. Le reste du temps, d'octobre à juillet, le ciel est bleu, traversé par quelques nuages que poussent les alizés. La température moyenne est de 25°C, légèrement plus fraîche en montagne, tempérée par les vents et l'influence de l'océan. La température de l'océan varie de 21° en hiver à 26°C en été. L'automne, l'hiver et le printemps sont les saisons idéales pour la marche à pied dans les îles du Cap-Vert.

Langue

Langue officielle : portugais, crioulo, le français est souvent compris dans les villes.

Devise

La monnaie locale est l'escudo capverdien. 1 € = 110 Escudos capverdien environ (au 28/08/2019). Il est conseillé de partir avec des euros (ou des dollars) en espèces ou en travellers chèques. Le change peut s'effectuer dans toutes les banques, les bureaux aux aéroports et à la réception de nombreux hôtels. Les cartes bancaires ne sont que très rarement utilisables.

Si vous avez une CB Visa internationale, il vous sera possible de retirer de l'argent dans les distributeurs de toutes les îles.

Bibliographie

Guides Olizane « Découverte » - Cap-Vert - Editions Olizane
Les îles du Cap-Vert - M.P de Pina - Editions Khartala
Guide des îles du Cap-Vert - P. Sorgial - Editions Sorgial
Le Moulin et le Pilon - N. Cabral - Editions l'Harmattan