



**DU 17 au 24 MARS 2019.**  
**8 JOURS 7NUITS**  
**LE CAP VERT**



## **Un combiné de 2 îles**

**Rassemblement : NESLES LA MONTAGNE à 2 H 45, Départ 3 H 00.**  
**VOL DIRECT DE ROISSY, 6H50/11H20.**



*Le Cap Vert est un archipel de 10 îles au cœur de l'Océan Atlantique face à la côte Africaine et au Sénégal.*

*Ce circuit vous permettra de découvrir le véritable Cap Vert, hors des sentiers battus et vous imprènera de la culture cap-verdienne.*

*L'île de **São Vicente**, avec sa capitale, **Mindelo**, et ses influences Afro-Brésiliennes, est l'île de la musique et de la danse, des belles plages de sable au vent.*

*Mindelo, surnommée la capitale culturelle de l'archipel, la nuit a une fascination particulière : au coin de chaque rue, de chaque impasse, une petite taverne où l'on joue et chante des airs capverdiens interprétés par des musiciens passionnés.*

*Mindelo, c'est aussi ses marchés colorés, ses arômes tropicaux, ses habitants affables, sa réplique de la Tour de Belem qui s'ouvre sur la Baie, considérée l'une des plus belles au monde.*

*L'île de **Santo Antão** avec son relief montagneux, sa vallée tropicale, ses petits villages traditionnelles, le paradis du Tarrafal, son fromage, ses fruits et légumes tropicaux, ses habitants accueillants et ses paysages variés, considérés par beaucoup de personnes, la plus belle et authentique île du Cap vert.*



Étant une île de remarquables collines, pics, et de vallées, Santo Antão offre une multitude d'activités sportives, parmi lesquelles nous soulignons randonnée, le trekking et les sports d'aventure.

Les principales villes sont **Porto Novo** et **Ribeira Gran**



## Jour 1 : Paris / São Vicente

Rassemblement à mon domicile à NC. Départ pour l'aéroport de ORLY à NC. Envol à destination de São Vicente. Accueil à l'aéroport Cesária Evora par notre guide local parlant français.

**Important** : tous les guides sont francophones et sont des natifs des îles de São Vicente et Santo Antão. Ils vous accompagneront tout le long du circuit, vous faisant découvrir l'âme de la vie locale de ces 2 îles dont l'écrin secret qui est Santo Antão : **un paradis au cœur de l'Atlantique.**



Transfert à votre hôtel. Déjeuner. Après-midi libre. Dîner et nuit en hôtel 4\*\*\*\*. Le soir, possibilité d'une première découverte de la vie nocturne animée de Mindelo.

## Jour 2 : Mindelo / Ile de Santo Antão.

Petit déjeuner. Nous vous invitons à une découverte de Mindelo, petite ville pittoresque qui s'étend le long d'une baie exceptionnelle : ses racines universelles qui mélangent l'Afrique, le Brésil et la Culture Portugaise ont fait de Mindelo une petite cité cosmopolite où l'art

(artisanat, musique, chansons) est roi sans oublier que ses origines brésiliennes et sa proximité du continent sud-américain ont donné le goût de la fête à ses habitants qui ne



perdent aucune occasion pour festoyer. La vie nocturne est devenue un ex-libris comme son Carnaval qui fait honneur aux fameux carnivals brésiliens !!!!



Vous emprunterez la fameuse avenue « marginale » qui longe la mer. Arrêt à la Statue de l'Aigle, prêt à s'envoler.

Découverte de la réplique de la Tour de Belem de Lisbonne et de la vieille ville.

Puis, à quelques pas : découverte du Marché aux poissons, le **Marché africain** avec les vêtements et objets africains, la **Pracinha de**

**Igreja** est la place la plus ancienne de l'île, et le **Marché aux fruits et légumes.**

**Dégustation d'une boisson locale dans une petite taverne au son de la musique capverdienne. Déjeuner au restaurant.**

Transfert au Port de São Vicente et traversée en ferry jusqu'à l'île de Santo Antão (Durée approximative : 1 heure).

Expérience unique où vous découvrirez le quotidien des locaux qui utilisent ce ferry pour l'économie locale : les agriculteurs de l'île de Santo Antão exportent leur production vers São Vicente : des camionnettes à vide sont chargées à bord pour aller s'approvisionner sur l'île voisine, les étudiants qui font leurs études à Mindelo retournent sur leur île natale.... C'est un véritable enchantement et une courte croisière pour vous imprégner de cette ambiance africaine bone enfant !!!



Arrivée à **Porto Novo**.

Changement de décor... c'est une île fantastique, d'une incroyable beauté, avec des montagnes imposantes et des vallées profondes et verdoyantes.



Transfert à l'hôtel. Dîner et Nuit.

### **JOUR 3: PICO DA CRUZ / VALLEE DU PAUL / RIBERIRA GRANDE / PONTA DO SOL**

Petit déjeuner. Ascension vers le **Pico da Cruz**, localisé entre 1.300 et 1.600 mètres.

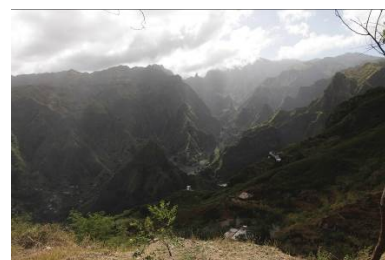
**Petite balade de 40 minutes** environ jusqu'à la petite maison du garde forestier, pour un point de vue exceptionnel sur les îles de **São Vicente, Santa Luzia** et **São Nicolau**. Le guide vous expliquera les différentes plantes endémiques. A cette altitude, on peut découvrir une forêt de pins et d'eucalyptus.



D'un côté le Pico da Cruz fait face à Sao Vicente. Le bras de mer qui sépare les deux îles est superbe; de l'autre côté on surplombe la vallée de Paul : nous vous invitons à grimper un rocher pour vous retrouver au-dessus du vide, 900 mètres sous vos pieds.

**Dégustation de grogue**, eau de vie locale faite à base de canne à sucre broyée et distillée.

Continuation vers la Vallée du Paul, verdoyante et luxuriante partie de l'île : ses champs de canne à sucre, ses bananiers, ses caféiers, ses manguiers et autres plantes et fruits tropicaux et ses cultures en étage.



Votre guide vous fera découvrir pendant une balade de 2 heures le cœur de cette vallée avec un contact très proche de la population locale, la découverte d'un village primitif fait de petites maisons en pierre aux toits de chaume.



Déjeuner chez Monsieur Costa au cœur de sa maison : toute la famille Costa (de l'arrière grand-père au petit-fils) vous y accueillera chaleureusement autour d'un repas traditionnel : la Cachupa, plat emblématique de la culture capverdienne. La plupart des ingrédients sont cultivés biologiquement par la famille Costa.

Vous visiterez aussi son petit domaine agricole : son champ de canne à sucre, ses plantations de fruits tropicaux, ses caféiers. Il vous expliquera son mode de fabrication de son café.

Continuation vers Ribeira Grande, adossée à la montagne face à l'Océan.

Visite de son église construite par les portugais en 1595 et transformée en cathédrale par l'évêque Jacinto do Rosario.

Route vers Ponta do Sol (la Pointe du Soleil) : charmant village de pêcheurs avec ses maisons vivement colorées à l'architecture coloniale, véritable patrimoine historique de l'île : elle ressemble quelque peu à quelques villages de Cuba.

Retour à Porto Novo. Dîner et Nuit.



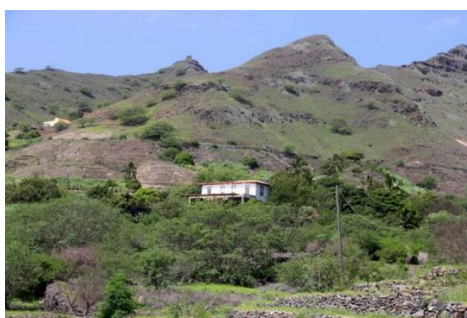
#### **Jour 4 : De Porto Novo au Paradis de Tarrafal**

Petit déjeuner. Découverte à pied de Porto Novo, village de pêcheurs avec les vendeuses de poissons qui selon les arrivages, l'avenida Amical Cabral où se dresse une statue en l'honneur de la femme Capverdienne et l'église centenaire de Jean Baptiste.



Continuation vers **Lajedos** : visite de la propriété Babilonia (projet communautaire pour le développement de ce village)

Parfois « Babylone déconne », disait Bill Deraime, mais ici, sur l'île de Santo Antão au Cap Vert, ce restaurant est le fruit d'un projet sérieux de développement local, où l'agriculture villageoise, bio par essences diverses sont valorisées à l'attention des touristes.



« C'est une maison blanche adossée à la colline, on y vient à pied, on ne frappe pas... ». Les paroles de Maxime Le Forestier auraient pu être écrites pour Babilonia que nous n'en n'aurions pas été surpris. Sur la route de l'ouest entre Porto Novo et Alto Mira, au village nommé Lajedos, l'on pourrait y passer cent fois que le restaurant resterait toujours invisible. Anonyme. Sans aucun panneau de signalisation. Une maison blanche, oui, posée sur la colline, oui, où l'on

vient en effet à pied en ce jour d'octobre car les pluies torrentielles ont détruit le chemin d'accès, quelques jours auparavant. Omelete recheado, purée d'inhame. La salle est rustique, tables et chaises en bois ; les murs nus sont en pouzzolane, une roche légère d'origine volcanique ; sur un petit buffet sont présentés rhums, cafés, condiments et confitures locales ; au mur, une ardoise indique les plats du jour, tchuk na banha, omelete recheado, puré d'inhame... ; dehors enfin, une grande terrasse domine la vallée, à travers les plantations. Surtout, surtout, une odeur aigre-douce exquise s'échappe de la cuisine, où Joana et Tamasia (aux yeux verts magnifiques !) s'affairent. A table ! Ce midi-là, nous dégusterons manioc, patate douce, côtelettes de porc, poisson de la côte (toute proche), sauce papaye, jus de mangue frais... servis avec le sourire gracile de Miriam.

Déjeuner sur la Propriété pour apprécier une cuisine locale biologique.

Puis, départ en Pick up jusqu'au paradis terrestre de Tarrafal : région vierge qui vous émerveillera et qui vous fera découvrir la solitude au Bout du Monde.... Un voyage atypique et exceptionnel unique : vous traverserez un désert avant d'arriver là où la terre s'arrête.



Tarrafal : A la pointe sud-ouest de Santo antao, naturellement protégé des vents dominant du nord, se trouve entre mer et montagne l'oasis de tarrafal de monte trigo. Son histoire commença il y a longtemps lorsque l'on envoyait de l'eau potable de tarrafal à sao Vicente avec des petits bateaux à vapeur de la compagnie Ferro. C'est d'ailleurs la famille Ferro qui fonda tarrafal de Monte trigo.



Le village est aujourd'hui peuplé de pêcheurs et d'agriculteurs, mais du à son accès difficile jusqu'au années 90, le temps s'est arrêté.



Tarrafal est idyllique pour quelques jours ou quelques semaines. Grâce à sa population simple, et chaleureuse, sa baie, sa plage de sable noir, et toutes les surprises que seule la nature sait nous offrir, comme par exemple les tortues qui viennent pondre sur la plage en été, ou encore des routes migratoires de baleines, de thons, de dauphins ou d'oiseaux, Tarrafal vous enchantera.



Installation chez Djo Azevedo qui ouvre les portes sa maison pour une nuit chez l'habitant : vous vous familiariserez avec sa nombreuse famille très accueillante et chaleureuse. Une soirée pour apprécier la simplicité et la sympathie de ce peuple capverdien.

### **Dîner de Poissons frais sur la Plage**

Un Musicien interprètera des airs traditionnels de la musique capverdienne au clair de lune.

Nuit chez l'Habitant. Nous tenons à signaler que le confort est simple et que pour prendre une douche, l'eau chaude n'est pas garantie.... C'est pour une nuit.....



## **JOUR 5 : UNE JOURNEE AU PARADIS**



Petit déjeuner.

Découverte de Tarrafal en bateau  
Promenade sur les barques de pêcheurs pour la découverte des plages désertes au pied de la Montagne offrant des paysages exceptionnels et vous permettant de prendre de jolies photos se

reflétant sur les eaux turquoise, arrêt baignade. Vous pourrez aussi flâner et faire du shopping.

Retour à Tarrafal

Déjeuner pour savourer une langouste préparée à la mode du coin ou un plat typique confectionné par la maitresse de maison (à certaines périodes, il n'y a pas de langoustes : préparation d'un plat de poissons)

Retour à Porto. Dîner et Nuit.



## **JOUR 6 : COVA LAGOA ESPANADA**

Petit déjeuner. Départ vers Lagoa en empruntant la route sinueuse de Corda (la Corde), ici, Santo Antão nous dévoile son autre facette :



Il y a encore cinq ans, l'estrada da Corda, la route de la Corde, était le seul moyen d'accéder au nord luxuriant de Santo Antao, spectaculaire oasis de verdure au milieu d'une île calcinée. Seulement 36 kilomètres de long, mais plus de vingt ans d'un dur labeur assaisonné de sueur et de poussières : c'est le temps qu'il a fallu aux prisonniers politiques du dictateur Salazar pour tailler et ajuster à coups de marteau les millions de petits pavés lustrés qui composent la mosaïque de cette chaussée improbable.

Après avoir pris son élan depuis la mer, la route part jouer les équilibristes sur les crêtes et les à-pics pour gagner de vertes vallées d'une fraîcheur de bouquets. Le cratère de Cova, ceinturé de cimes aux crocs acérés, exhale un parfum de cirque réunionnais. Plus loin, des chemins dallés s'entortillent autour des belvédères dans d'impressionnantes envolées andines. Avec ses terrasses d'altitude bichonnées à coups de pioche depuis le XVIIe siècle, la montagne prend alors des airs de cordillère et on ne serait guère surpris de voir un ou deux condors prendre leur essor dans l'air tiède.

Randonnée d'une heure au cœur du cratère de Cova (Niveau facile).



Continuation vers Lagoa pour une petite balade à dos d'âne.

Puis, visite d'une école primaire (hors vacances scolaires) pour assister à un cours où vous aurez la possibilité d'offrir des stylos ou cahier qui feront les délices des élèves.



Continuation vers Espanada : petite balade d'une heure au cœur du cratère d'Espanada jusqu'au sommet de la colline qui offre une vue exceptionnelle sur la Vallée.

Déjeuner dans un restaurant typique.

Retour à Porto Novo par la route côtière. Arrêt à Sinagoga pour la découverte du fameux rocher en forme de Lynx

Retour à l'hôtel. Dîner et Nuit.

## **JOUR 7 : SANTO ANTAO / MINDELO**

Petit déjeuner. Traversée en ferry vers Mindelo – São Vicente  
A votre arrivée, départ vers le Nord de l'île : route vers



Calhau. Pendant le trajet, passage par des oasis où se dressent des moulins à vent utilisés pour l'extraction de l'eau souterraine.

Continuation vers la Baia das Gatas, superbe baie avec sa plage qui longe la mer calme aux eaux cristallines formant une exceptionnelle piscine naturelle. Déjeuner au restaurant.

Puis, retour à Mindelo en passant par le village de pêcheurs de Salamansa. Arrêt à Monte Verde, promontoire offrant un panorama sur la Baie de Mindelo et les plages du Nord de l'île.



Arrêt à Monte Cara, qui est une attraction naturelle de l'île (le Mont visage dont le relief vu de loin et de profil a la forme d'un visage)

Retour à l'hôtel.

Le soir dîner d'adieu dans une taverne capverdienne avec ambiance musicale Live.



**IMAGES DU CAP VERT 2 Iles**  
**8 Jours 7 Nuits**  
 30 personnes 25 Minimum

Dates de départ Dimanche	Prix Adulte 2019	Prix Enfant*	3ème Adulte	Supplément chambre individuelle
Du 17 au 24 MARS 2019	1767 €	1667 €	MOINS 30 €	220 €

**Pièces d'identité suffit.**

**Notre prix comprend :**

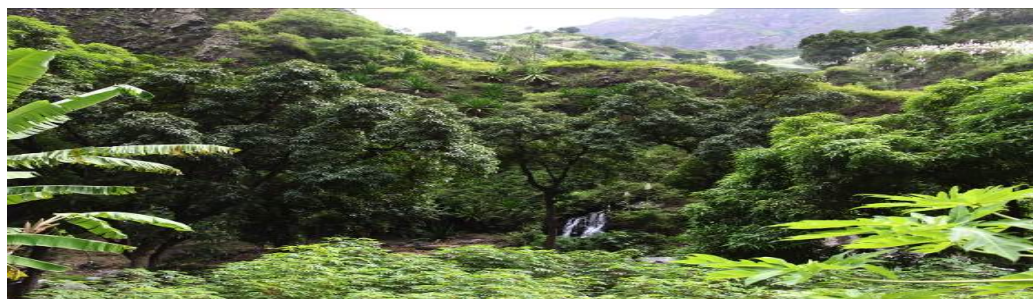
- Les transferts Nesles La MONTAGNE/ Paris / NESLES La MONTAGNE.
- Le transport aérien Paris ROISSY/ São Vicente / Paris (sur vols AIR4).
- **Les taxes d'aéroport : 92 € à ce jour, révisables.**
- L'hébergement en chambre double pendant 7 nuits en hôtels 4\*\*\*\* Norme locale.
- L'hébergement en chambre double pendant 1 nuit chez l'habitant.
- La Pension complète du déjeuner du 1er jour au petit déjeuner du 8ème jour.
- Les services d'un guide-accompagnateur local parlant français pendant toute la durée du circuit.
- Les entrées et visites mentionnées au programme.
- Les frais de visas.
- La taxe de séjour.
- Les boissons aux repas (un verre de vin ou bière + ¼ eau).
- Le filmage des bagages anti-intrusion.
- Et peut-être une surprise.....



**Notre prix ne comprend pas :**

- Le supplément chambre individuelle. Les extras et dépenses personnelles.
- Pour tous renseignements : 0608496224/0680982921/0323698129/0323834078.





## • LE CAP VERT / Combiné 2 îles du 17 au 24 MARS 2019.

Bulletin d'inscription à retourner à La Cahoutienne avec le chèque d'acompte de 30% + photocopie de la pièce d'identité.

- NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_
- DATE DE NAISSANCE : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ LIEU : \_\_\_\_\_
- DOMICILE : \_\_\_\_\_
- CODE POSTALE : \_\_\_\_\_ VILLE : \_\_\_\_\_
- TEL FIXE : \_\_\_\_\_ PORTABLE : \_\_\_\_\_
- N° adhérent : \_\_\_\_\_ Affinités : \_\_\_\_\_
- Adresse internet : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_



• Demande son inscription au voyage « Le Cap Vert » et reconnaît avoir pris connaissance des conditions d'annulation et et d'assurance.



• Demande également l'inscription SIGNATURE ( obligatoire) de la (des) personne(s) ci-dessous.

- NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_
- DATE DE NAISSANCE : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ LIEU : \_\_\_\_\_
- DOMICILE : \_\_\_\_\_
- CODE POSTALE : \_\_\_\_\_ VILLE : \_\_\_\_\_
- TEL FIXE : \_\_\_\_\_ PORTABLE : \_\_\_\_\_
- N° adhérent : \_\_\_\_\_ Affinités : \_\_\_\_\_
- Adresse internet : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

• Personne à joindre en cas de nécessité : M \_\_\_\_\_ Tel : \_\_\_\_\_

- Le présent bulletin ayant valeur de contrat doit être obligatoirement signé par le demandeur.

• Signature

Signature



- 20 kg de bagages.
- Adhésion obligatoire : 15 €.
- Base double par personne : 1767 €.
- Supplément chambre individuelle : 220 €.
- Chambre triple avec lit adulte : moins 30 €.
- Inscription dès maintenant pour bloquer, possibilité de X mensualités.

