

## Santo Antao en liberté !



Durée : 10 jours  
Date de départ : 03/03/2024

### PROGRAMME

Le Cap Vert ... ses reliefs impressionnants, ses sentiers muletiers bordant l'océan, la chaleur de ses habitants si accueillants et cette ambiance si particulière à mi-chemin entre l'Afrique et le Brésil..... Ce voyage en liberté, vous emmène à la découverte de l'île de Santo Antao et de Mindelo, sur l'île de Sao Vicente, capitale culturelle du Cap Vert. Au gré de vos randonnées et des rencontres, vous vous imprégnez de la culture Capverdienne et séjournez dans les villages nichés au coeur de vallées toujours plus belles les unes que les autres.

#### 03 mars Sao Vicente - Accueil à Mindelo

Accueil à l'aéroport et transfert vers Mindelo. Rencontre avec votre guide francophone et briefing de la semaine, puis possibilité de visiter la ville ou de profiter de la plage. Nuit à Mindelo.

*Hébergement : Residencial*

*Repas libres*

#### 04 mars Mindelo - Santo Antao - Lin de Corv' - Cha de Pedra

Tôt le matin, vous embarquez à destination de Santo Antão. Du port de Porto Novo, vous rejoignez le plateau de Cova par la "Corda", formidable ouvrage pavé qui traverse l'île de part en part. Vous profitez de la vue sur la mer, les pitons volcaniques, ruisseaux de montagne et cultures vertigineuses... La randonnée débute ici, entre pins et eucalyptus. Vous plongez au coeur de la vallée de Cha de Pedra et rejoignez le village du même nom. Nuit dans le village.

*3 à 4 heures de marche*

*Dénivelé : +300m/-1000m*

*Hébergement : Pension*

*Transfert : Bateau et Aluguer*

#### 05 mars Cha de Pedra - Caibros - Cha de Igreja

Cette randonnée vous mène entre levadas et cultures en terrasse. C'est l'occasion pour vous de découvrir la vie rurale cap verdienne, et d'aller à la rencontre de ses habitants. Un petit col vous fait déboucher sur le village de Caibros : la descente offre un point de vue splendide sur la vallée ! Vous cheminez en direction de la mer jusqu'à Cha de Igreja et vous installez chez vos hôtes pour la nuit.

*4 à 5 heures de marche*

*Dénivelé : +750m/-850m*

*Hébergement : Pension*

📍 06 mars **Cha de Igreja - Ponta do Sol**

Aujourd'hui, vous rejoignez Cruzinhas par le superbe sentier côtier qui relie le joli village coloré de Fontheadas à Ponta do Sol. Ce sentier longe la côte sur plusieurs kilomètres, accroché à la falaise, offrant un panorama unique sur l'océan et la côte nord de l'île. Arrivée à Ponta do Sol en fin d'après-midi. Dîner libre.

*5 à 6 heures de marche*

*Dénivelé: +500m/-600m*

*Hébergement: Pension*

📍 07 mars **Ponta do Sol - Coculi - Cha de Manuel Dos Santos**

Un court transfert vous mène à Coculi, petit village niché au coeur de la vallée de Ribeira Grande.

Vous partez alors à la découverte des champs et cultures de la vallée, en compagnie des agriculteurs du village qui vous expliqueront les particularités des fruits et légumes de la région. Vous participerez à la récolte pour ensuite aider à préparer le repas du midi, que vous dégusterez chez Ricardo, un habitant du village ayant transformé la maison familiale en chambre d'hôtes. Puis dans l'après-midi, vous êtes transférés à Cha Manuel dos Santos, où vous vous installez pour deux nuits. La route s'éloigne du littoral et vous conduit dans la vallée de Paul, au coeur d'une végétation luxuriante. Dîner chez l'habitant.

*Hébergement: Pension*

📍 08 mars **Vallée de Paul**

C'est à votre rythme que vous effectuez cette journée de marche, en bopucle depuis votre hébergement. Votre randonnée vous emmène dans des paysages grandioses à la découverte de la vallée de Paul. Entre océan et cannes à sucre, vous cheminez sur les flancs de montagne au fil des ruisseaux... Vous marchez pour découvrir les recoins les plus secrets de l'île, où l'on cultive le café et produit le rhum. Retour à pied jusqu'à votre hébergement.

*4 à 5 heures de marche*

*Dénivelé: +500m/-650m*

*Hébergement: Pension*

📍 09 mars **Vallée de Paul - Cratère de Cova - Porto Novo - Mindelo**

Vous quittez la vallée de Paul et remontez les 77 virages du superbe sentier muletier menant au Cratère de Cova située à 1300 m d'altitude, témoignage du passé volcanique de l'île. L'intérieur du cratère est un magnifique patchwork de cultures. Vous rejoignez la route puis transfert jusqu'à Porto Novo, où vous dites au revoir à votre guide, avant de prendre le bateau pour Mindelo. Nuit en résidentiel à Mindelo. Soirée à Mindelo pour profiter de l'ambiance festive et musicale de la ville.

*4 à 5 heures de marche*

*Dénivelé: +750m*

*Hébergement: Résidentiel*

*Transfert: Aluguer et Bateau*

*Dîner libre*

📍 10 mars **Mindelo**

Matinée libre pour découvrir Mindelo, ses marchés en tout genre (poisson, légumes, épices, artisanat...), ses rues animées, sa jolie plage...

En après-midi, vous partez pour une sortie en stand-up paddle dans la baie de Mindelo: On vous fournira également masques et tubas pour observer les eaux translucides de la région.

Soirée libre à Mindelo.

*Déjeuner et dîner libres*

📍 11 mars **Sao Pedro**

Aujourd'hui votre chauffeur vous conduira à Sao Pedro, superbe plage dans l'ouest de l'île de Sao Vicente. Vous pourrez découvrir ce charmant village de pêcheurs, vous reposer et profiter de la plage.

Le moment venu, vous partirez pour une sortie en mer sur un bateau de pêche, à la découverte des tortues marines qui passent au large de Sao Pedro. Si la météo est bonne vous pourrez même nager avec elles!

En après-midi, profitez de la plage et pourquoi pas d'une initiation au windsurf depuis la base nautique de cette même plage. (en option, réservation et paiement directement sur place)

Retour à Mindelo en fin d'après-midi pour profiter d'une dernière soirée dans les rues animées de la ville.

*Déjeuner et dîner libres*

📍 12 mars **Mindelo - Fin de séjour**

En fonction de votre heure de vol, transfert vers l'aéroport et fin de séjour.

## VOYAGEURS

Adulte 1 :

Adulte 2 :

Adulte 3 :

Adulte 4 :

Adulte 5 :

Adulte 6 :

Adulte 7 :

Adulte 8 :

Adulte 9 :

Adulte 10 :

Adulte 11 :

Adulte 12 :

Adulte 13 :

Adulte 14 :

Adulte 15 :

## CONDITIONS TARIFAIRES

### Prix

Pour un groupe de 15 personnes : 1730 € par personne

*Tarifs soumis à modification selon le prix des vols au moment de la confirmation*

### Le prix comprend

- L'hébergement en gîte, pension, résidentiel et chez l'habitant durant tout le séjour
- La pension complète (pdj + picnic + dîner) du petit déjeuner du jour 2 au picnic du jour 7
- Les petits-déjeuners des jours 8, 9 et 10

- Les transferts en véhicule privé suivant itinéraire
- Les traversées aller/retour en bateau entre Sao Vicente et Santo Antao
- Les transferts des bagages entre chaque étape
- L'accompagnement d'un guide francophone du jour 2 au jour 7
- Une activité agricole avec repas du midi à Coculi le jour 5
- Une activité Paddle et Snorkeling à Mindelo le jour 8
- Une sortie en bateau de pêche pour observer les tortues marines à Sao Pedro le jour 9
- L'assistance téléphonique 24h/24 et 7j/7 pendant votre voyage
- Le vol international aller/retour pour le Cap Vert

### **Le prix ne comprend pas**

---

- Les repas du jour 1 ; le dîner du jour 7 ; les déjeuners et dîners des jours 8, 9 et 10
- Le supplément en chambre individuelle (nous consulter)
- La taxe de sécurité aéroportuaire à régler à votre arrivée (31€ par personne)
- L'initiation au Windsurf à Sao Pedro
- Pourboires, toutes dépenses & équipements personnels, boissons et tout ce qui n'est pas dans "LE PRIX COMPREND"

### **Vols internationaux**

---

Compagnie TAP :

03/03: Départ de Paris Orly à 6h40 ; Arrivée à Lisbonne à 8h10 (Vol TP439)

03/03 : Départ de Lisbonne à 9h20 ; Arrivée à Sao Vicente à 12h40 (Vol TP1557)

12/03: Départ de Sao Vicente à 13h30 ; Arrivée à Lisbonne à 18h30 (Vol TP1558)

12/03: Départ de Lisbonne à 19h30 ; Arrivée à Paris Orly à 23h00 (Vol TP440)

### **Conditions d'annulation**

---

#### **Conditions et frais d'annulation :**

Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

#### **Si le désistement a lieu :**

Plus de 30 jours avant le départ, une somme forfaitaire de 50€ par personne sera retenue

De 30 à 21 jours avant le départ, le montant de l'acompte versé sera retenu (soit 30% du montant total du dossier)

De 20 à 14 jours avant le départ, 50% du montant total du dossier sera retenu

De 13 à 7 jours avant le départ, 75% du montant total du dossier sera retenu

Moins de 7 jours avant le départ, 100% du montant total du dossier sera retenu

#### **Cas particuliers:**

Quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat, les frais suivants s'ajoutent au barème ci-dessus :

Frais fixes aériens : si votre billet d'avion doit être émis longtemps à l'avance, souvent pour vous éviter des suppléments importants, 100% des frais non remboursables en cas d'annulation ou de modification de votre plan de vol vous seront facturés. Dans ce cas le barème ci-dessus ne s'applique que sur le prix du voyage sans le vol.

Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation.

Frais d'assurance : que vous ayez souscrit une assurance multirisques ou une assurance annulation, le montant de l'assurance est dû et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement. Ces conditions spécifiques vous seront signifiées sur votre confirmation d'inscription.

## PRÉPAREZ-VOUS

### Encadrement

Ce voyage est encadré par un guide accompagnateur professionnel Capverdien francophone faisant partie de l'équipe Altai Cabo Verde. Durant le séjour, il est secondé par des chauffeurs qui assurent les transferts des personnes et/ou des bagages.

### Alimentation

Les petits déjeuners et dîners sont pris dans les hébergements ou au restaurant.

Les déjeuners sont pris dans des petits restaurants et sous forme de pique-nique que vous portez dans votre sac personnel pendant la journée.

Tous les repas sont préparés à base de produits locaux: poissons, haricots secs, maïs, poulet, manioc, patates douces, carottes et fruits de saison (papayes, goyaves, mangues...).

La gastronomie Capverdienne s'apparente à la cuisine portugaise à laquelle viennent s'ajouter quelques plats traditionnels comme la "cachupa" qui se cuisine à base de maïs, haricots, choux et féculents.

Durant votre séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont à votre charge. Pour la journée, de l'eau du robinet est à disposition chaque jour. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau dans les villages, les sources, les hôtels, mais il est indispensable de la traiter avec des pastilles purifiantes (de micropur ou d'hydrochlazone). Évitez autant que possible l'achat de bouteilles en plastique qu'il faut ensuite recycler.

### Hébergement

En fonction des lieux, vous êtes hébergés en gîte (hébergement collectif avec sanitaire communs), en chambre double en résidentiel (assimilable à un hôtel), ou en pension (petit résidentiel tenu par une famille).

### Déplacement et portage

Bateau entre Sao Vicente et Santo Antao

Minibus avec chauffeur pour les déplacements sur les îles.

### Budget et change

La devise est l'Escudo du Cap-Vert (CVE). En moyenne, 1€ équivaut à 110 CVE. Pour connaître le taux de change en temps réel, nous vous conseillons de vous rendre sur le site [www.xe.com](http://www.xe.com)

Dans tous les cas, prévoyez des Euros et faites le change sur place. Attention, en règle générale, toutes les banques et bureau de change sont fermées le dimanche excepté dans les aéroport internationaux (Mindelo, Sal et Praia).

### Pourboires

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire, dépendant de votre satisfaction. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. En règle générale pour un service correct, vous pouvez vous baser sur les montants suivants :

- 2 à 3€ par jour et par participant pour un accompagnateur Francophone (Guide ou Guide-Chauffeur)
- 1€ par jour et par participant pour un chauffeur

## Équipement indispensable

---

### Les vêtements, des pieds à la tête:

- Casquette ou chapeau pour le soleil
- Un foulard pour protéger le cou
- 1 ou 2 sous-vêtements thermiques (T-shirts manches courtes ou longues)
- T-shirts (manches courtes et longues), de préférence en matière technique à séchage rapide
- 1 polaire légère ou équivalent (chaude pour les mois d'hiver austral)
- Une veste coupe-vent imperméable respirant à capuche de type Gore-Tex
- 1 short long ou bermuda
- 1 pantalon de marche confortable (idéalement avec jambes détachables)
- 1 paire de chaussures de "trekking" imperméables, confortables, avec une tige montante et semelle adhérente (type Vibram). Elles doivent bien accrocher au terrain. Les sentiers du Cap Vert peuvent être aussi bien boueux que rocailleux
- 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir
- Paires de chaussettes de marche
- 1 paire de guêtres basses si vous faites l'ascension du Pico de Fogo (utiles pour la descente du volcan dans la pouzzolane)
- Maillot de bain

## Matériel

---

- Drap de sac
- Nécessaire de toilette. Privilégiez autant que possible les produits biodégradables
- Serviette en micro-fibre (séchage rapide)
- 1 gourde de 2 litres minimum, légère et isotherme
- Une paire de lunettes de soleil (indice de protection élevé)
- Crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe frontale et piles de rechange
- Un couteau de poche multi-usage type couteau suisse
- Une paire de bâtons de randonnée télescopiques (recommandé)
- Un sur-sac imperméable (ou des sacs plastique de façon à préserver l'étanchéité de vos affaires)

## Bagages

---

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Sac à dos (contenance environ 35-40 litres) contenant vos affaires pour la journée. Si l'itinéraire nécessite le portage de vos affaires personnelles pour une ou plusieurs nuits, un sac à dos de 45 à 50 litres est nécessaire.
- Sac de voyage souple ou sac à dos (60 à 80 litres) contenant le "gros" de vos affaires personnelles et qui vous suivra durant tout le séjour.

---

## Pharmacie

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'apporter votre pharmacie personnelle : élastoplast, alcool iodé, aspirine, antiseptique intestinal, petits ciseaux, tricostérol, crème de protection solaire, médicament personnels ...

---

## Passeport

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités Capverdienne. Il est donc prudent de les vérifier auprès des ambassades et consulats dans votre pays le mois précédent votre départ.

Passeport : Valable 6 mois après la date de retour. Les enfants doivent posséder un passeport individuel. Ils ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents. La carte d'identité n'est pas reconnue

---

## Visa

Depuis le 1er janvier 2019, les voyageurs français, belges et suisses n'ont plus besoin de visa pour aller au Cap-Vert. Une taxe aéroportuaire de 31 euros est à régler sur place à l'aéroport. Vous n'avez donc besoin que de votre passeport valide 6 mois après la date de sortie du Cap-Vert, avec au moins deux pages vierges.

Pour les autres nationalités, il s'agit d'un visa individuel. L'obtention de votre visa est sous votre responsabilité. Il peut s'obtenir sur place à votre arrivée dans les aéroports internationaux Capverdien. Cependant, compte tenu des délais d'attente qui peuvent être très longs, nous vous conseillons de faire les démarches avant votre départ en vous adressant à l'ambassade ou au consulat Capverdien le plus proche de chez vous.

---

## Vaccins obligatoires

Même si aucun vaccin n'est obligatoire, assurez-vous cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés.

---

## Santé / recommandations sanitaires

### Pharmacie

Nos guides accompagnateurs disposent d'une pharmacie de base comprenant : Antiseptique local, pansements, compresses. Nous vous conseillons de prévoir une petite trousse à pharmacie à emporter avec vous pour les "petits bobos" de tous les jours, et une deuxième trousse plus complète à laisser dans le bagage principal. En cas de traitement particulier, merci de le faire savoir à votre guide à l'arrivée.

### Recommandations

Pas de vaccin obligatoire, cependant, assurez-vous que vous êtes à jour des vaccinations "classiques" : tétanos, diphtérie, poliomyélite et typhoïde. Paludisme (ou malaria) : le pays est classé en zone 1. Les risques de contagion par piqûres de moustiques sont faibles. Il est conseillé de se protéger par application de crèmes répulsives. Nous n'encourageons pas l'usage de traitements préventifs alors qu'ils ne sont pas nécessaires. En effet, outre les effets indésirables qu'ils infligent à notre organisme, ceux-ci peuvent provoquer une résistance des parasites. Nous vous recommandons toutefois de suivre l'avis de votre médecin.

### Hygiène

Observer les mesures d'hygiène élémentaires comme se laver les mains régulièrement en particulier avant les repas.

Attention,

l'eau n'est pas potable.

Virus transmissibles par les moustiques

Il est conseillé de se protéger par application de crèmes répulsives. Nous n'encourageons pas l'usage de traitements préventifs alors qu'ils ne sont pas nécessaires. En effet, outre les effets indésirables qu'ils infligent à notre organisme, ceux-ci peuvent provoquer une résistance des parasites. Nous vous recommandons toutefois de suivre l'avis de votre médecin.

## Climat

Les températures de l'archipel sont les plus fraîches de toute l'Afrique de l'Ouest. Sur Santo Antao, le climat varie considérablement au sein de l'île : le sud est sec et aride tandis que le nord est plutôt humide et dispose d'une végétation dense. En plein hiver, certaines nuits peuvent être froides avec des températures inférieures à 5°C

---

- De Novembre à Avril : les températures tournent autour de 20 °C. En raison des courants marins, la mer est également plus froide que le long des côtes Ouest-Africaines.
- De Mai à Octobre : les températures avoisinent les 30 °C
- D'Août à Octobre : avec des variations quotidiennes allant de 20 °C à 29 °C environ, cette époque est propice aux pluies violentes.

## Electricité

Électricité : 220 volts, 50 Hz

## Tourisme responsable

Dans un souci de respect de l'environnement, Altaï s'engage pour un impact minimum sur l'environnement. Altaï oeuvre depuis toujours pour un tourisme plus responsable et s'inscrit dans une démarche d'organisation de voyages respectant des principes équitables et durables. L'harmonisation des pratiques assure une juste répartition des retombées économiques et l'amélioration des conditions de travail des équipes locales et leur sensibilisation à la protection de l'environnement. Adoptez, vous aussi, des gestes simples lors de vos voyages et agissez ainsi en faveur d'un tourisme responsable.

- Évitez de laisser des déchets derrière vous : déposez les dans des poubelles ou ramenez les avec vous
- Utilisez l'eau potable avec parcimonie (préférez les douches aux bains et signalez les fuites) et évitez de la gaspiller (préférez les savons biodégradables pour vous laver etc.)
- Évitez de dégrader des sites culturels : ne touchez pas les statues, ne déplacez pas pierres et objets etc.
- Préférez les échanges aux dons (des cadeaux trop importants au vu du niveau de vie du pays peuvent déstabiliser l'équilibre économique local)
- En balade, notamment dans certains écosystèmes fragiles, observez la faune à distance, ne sortez pas des sentiers, limitez le piétinement et ne rapportez pas de « souvenirs » : renoncez à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles etc.
- Dans certains hôtels, vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé pour éviter la surconsommation énergétique et les émissions de gaz à effet de serre de la couper systématiquement lorsque vous n'êtes pas présent dans la chambre.