Cap Vert

PLATEAUX, VALLÉES ET CHEMINS CÔTIERS DE SANTO ANTAO

Code voyage : **QCAPTAR**

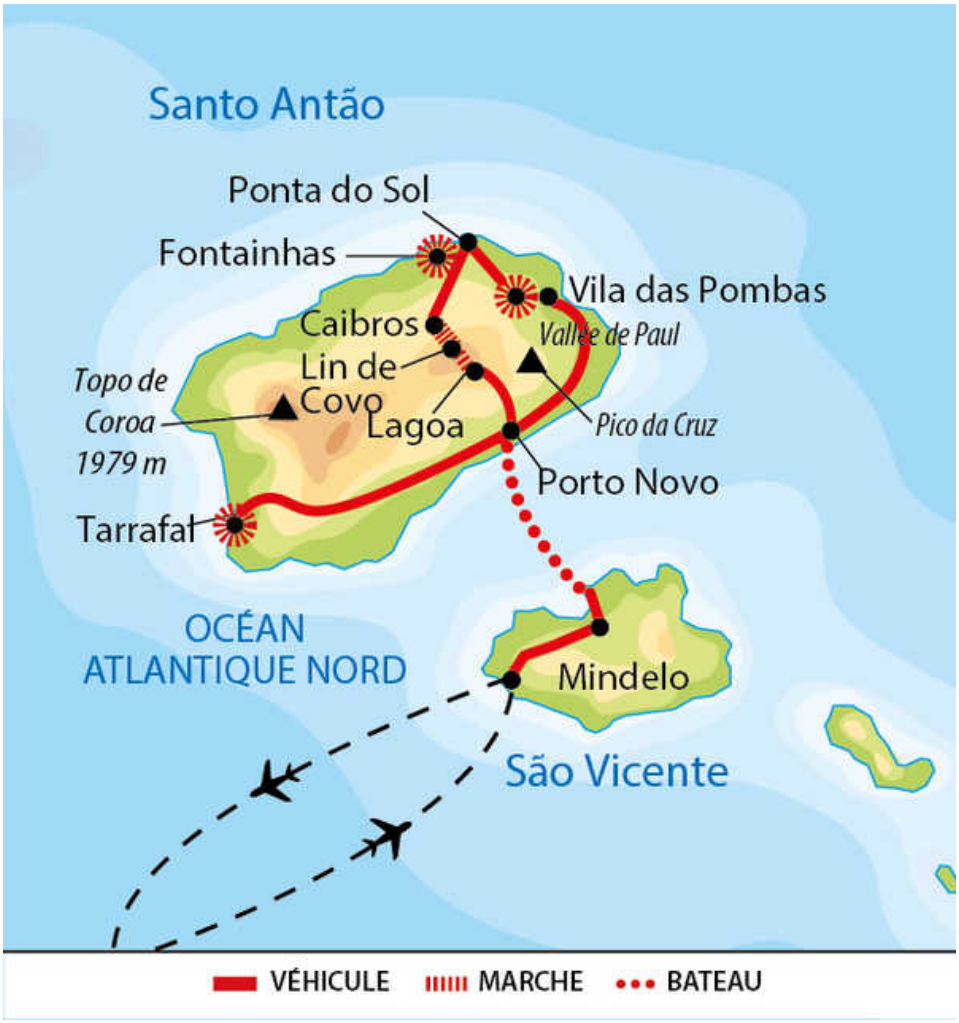
RANDONNÉE

Prochain départ confirmé le **09/11/2024**

A partir de **1 550 €**

Voyage en petit groupe | Niveau : **2/5** | **8 jours** | **Vol inclus**

Cet itinéraire sur Santo Antao est idéal pour apprécier toutes les facettes de l'île lors de randonnées accessibles. La fin de voyage au petit village de pécheurs de Tarrafal avec sa jolie plage abritée des vents nous permet de nous relaxer et d'apprécier le chemin parcouru...
Après une courte étape à Mindelo sur l'île de San Vicente, nous prenons le bateau pour l'île montagneuse de Santo Antao et montons directement jusqu'au cratère de cova pour commencer notre première randonnée. Nous quittons progressivement le plateau minéral pour explorer les vallées luxuriantes du Nord-Est telles que Caibros et Paul. Une randonnée côtière vers Fontainhas complète de belle manière le tableau.
Nos étapes sont également propices aux rencontres avec les pêcheurs, les musiciens, les agriculteurs pour une immersion dans la culture et l'histoire de Santo Antao.
En fin de voyage, nous empruntons la piste qui nous mène à Tarrafal, superbe village de bord de mer situé à l'extrémité Ouest de l'île, notre petit coin de "paradis perdu" pour terminer en beauté notre aventure.



POINTS FORTS

- Un trek accessible sur l'île de Santo Antao, le paradis des randonneurs
- La détente au village de pêcheurs de Tarrafal en fin de voyage dans votre petit hôtel
- Plateaux, vallées et randonnées côtières pour une vision variée et de haut en bas
- Une immersion avec les pêcheurs, musiciens, agriculteurs dans la culture de Santo Antao

Jour par jour

JOUR 1

VOL POUR SAO VICENTE - VISITE DE MINDELO ET / OU PLAGE

Vol Paris - Sao Vicente. Accueil par notre guide à l'aéroport de São Vicente et transfert en aluguer (bus local) jusqu'à Mindelo. Installation dans notre hôtel du centre de Mindelo. suivant notre heure d'arrivée, nous nous baladons avec notre guide dans les ruelles de la capitale culturelle du Cap Vert où nous pouvons nous rendre à la plage.

DÉTAIL

Transport : Minibus (0h5)
Hébergement : Hôtel
Petit-déjeuner : libre
Déjeuner : libre

JOUR 2

BATEAU POUR SANTO ANTAO - CRATÈRE DE COVA - PLATEAU DE LAGOA

Départ matinal pour la traversée en bateau de Sao Vicente à Santo Antão, l'île la plus montagneuse de l'archipel. Après une heure de navigation, nous arrivons à Porto Novo. Départ en aluguer par la Corda (route principale) pour rejoindre le cratère de Cova. Nous débutons notre première petite randonnée sur l'île de Santo Antao. Nous marchons sur un sentier dominant la vallée puis rejoignons "Lin de Corv" sur le plateau de Cova à 1300 m d'altitude. Nous nous installons en gîte. Le soir, nos voisins nous préparent un délicieux plat traditionnel, un régal!

DÉTAIL

Transport : 0h35
Marche : 4h
Dénivelé positif : 400 m
Dénivelé négatif : 300 m
Hébergement : Gîte

JOUR 3

RANDONNÉE DU PLATEAU DE LAGOA À LA VALLÉE DE CAIBROS - PONTA DO SOL EN BORD DE MER

Après un bon petit déjeuner, nous quittons progressivement le plateau pour descendre tranquillement vers la vallée de Caibros. C'est une belle journée de randonnée (en descente)durant laquelle nous allons goûter, en chemin, aux spécialités locales, et apprendre comment se fait le fromage de chèvre que l'on mange avec de la confiture de Goyave. Nous arrivons au village de Caibros avant d'être conduits à Ponta Do Sol, sûr la côte Nord, sympathique village et petit port de pêcheurs. Nuit en bord de mer.

DÉTAIL

Transport : 0h25
Marche : 4h
Dénivelé positif : 150 m
Dénivelé négatif : 950 m
Hébergement : Pension familiale

JOUR 4

RANDONNÉE CÔTIÈRE JUSQUE FONTAINHAS - LUXURIANTE VALLÉE DE PAUL ET SES HABITANTS

Sur un ancien sentier muletier pavé portugais, nous marchons jusqu'à Fontainhas, dont le nom signifie "petites fontaines". C'est un village perché sur les falaises de l'Atlantique qui ne compte qu'une petite centaine d'habitants. Le village, sur son promontoire, est entouré de cultures en terrassements. L'homme a façonné ici la montagne de manières impressionnante. La randonnée côtière qui précède cette rentrée dans les terres, nous offre des points de vue plongeants sur l'océan ! Nous rentrons ensuite à Ponta do Sol pour voir l'arrivée de la pêche, puis déjeunons dans un petit restaurant de bord de mer. Direction la vallée de Paul en aluguer (45 mn) enfin. A Cha de Manuel do Santos nous nous installons au gîte de Sandro. Balade dans le village à travers les cultures et à la rencontre des habitants. Nous dînons enfin chez Honorine avant de retourner au gîte après cette journée bien remplie et très variée.

DÉTAIL

Transport : 0h25
Marche : 4h
Dénivelé positif : 200 m
Dénivelé négatif : 200 m
Hébergement : Pension familiale

JOUR 5

DE LA VALLÉE DE PAUL À VILA DAS POMBAS - TARRAFAL, PETIT VILLAGE DE PÊCHEURS ET SA PLAGE

Après un très court transfert en aluguer jusqu'à Passagem, nous passons une journée de randonnée en descendant une des plus belles et luxuriantes vallées de Santo Antao : la vallée de Paul. Nous découvrons toutes les cultures locales : canne à sucre, café, légumes ainsi que les papayers, arbres à pain, bananiers... et rencontrons les habitants si ouverts aux échanges. En milieu d'après-midi, nous arrivons à Villa das Pombas, en bord de mer, où nous retrouvons notre aluguer. Nous sommes alors conduits à Porto Novo afin de monter dans des Pick-up pour emprunter la piste qui nous mène à Tarrafal, superbe village de bord de mer situé à l'extrémité Ouest de l'île. Installation en pension pour 2 nuits.

DÉTAIL

Transport : Aluguer, 4x4 (3h30)
Marche : 4h
Dénivelé positif : 150 m
Dénivelé négatif : 300 m
Hébergement : Hôtel

JOUR 6

VILLAGE DE PÉCHEUR ET PLAGE SAUVAGE - TARRAFAL

Nous partons à la découverte de ce village de pêcheurs, petit coin de "paradis perdu". Notre randonnée nous mène sur des sentiers surplombant le village et nous progressons à travers les palmiers et manguiers. Les points de vue sur l'océan sont superbes. Retour au village en milieu d'après-midi. Fin d'après-midi libre. Baignade possible.

DÉTAIL

Marche : 3h
Dénivelé positif : 150 m
Dénivelé négatif : 150 m
Hébergement : Hôtel
Dîner : libre

JOUR 7

MATINÉE LIBRE - PORTO NOVO - BATEAU POUR MINDELO

Matinée libre pour profiter à notre guise des environs. Si la mer le permet, possibilité de rejoindre en bateau le village isolé de Monte Trigo, accessible uniquement à pied ou en bateau (En option, à organiser sur place avec le guide). Déjeuner libre à Tarrafal puis départ pour Porto Novo et bateau pour Mindelo. Le ferry nous ramène ensuite à Mindelo. Soirée et dîner libre à Mindelo pour profiter de l'ambiance festive et musicale de la ville.

DÉTAIL

Transport : Aluguer (3h)
Hébergement : Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 8

MINDELO - VOL RETOUR.

Dernière matinée sur Sao vicente avant notre transfert vers l'aéroport pour le vol retour vers la France.

DÉTAIL

Transport : Minibus (0h5)
Déjeuner : libre
Dîner : libre

À NOTER

Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé chez Huwans et Atalante, partenaires sur ces départs.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 06/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 12

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	DÉPART CONFIRMÉ ?
VEN. 18/10/24	VEN. 25/10/24	**1 995 €**	DÈS 4 INSCRITS
VEN. 25/10/24	VEN. 01/11/24	**1 995 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 02/11/24	SAM. 09/11/24	**1 750 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 09/11/24	SAM. 16/11/24	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 16/11/24	SAM. 23/11/24	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 23/11/24	SAM. 30/11/24	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 30/11/24	SAM. 07/12/24	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 07/12/24	SAM. 14/12/24	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 14/12/24	SAM. 21/12/24	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 21/12/24	SAM. 28/12/24	**1 850 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 28/12/24	SAM. 04/01/25	**1 850 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 04/01/25	SAM. 11/01/25	**1 550 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 11/01/25	SAM. 18/01/25	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 18/01/25	SAM. 25/01/25	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 25/01/25	SAM. 01/02/25	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 01/02/25	SAM. 08/02/25	**1 750 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 08/02/25	SAM. 15/02/25	**1 850 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 15/02/25	SAM. 22/02/25	**1 850 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 22/02/25	SAM. 01/03/25	**1 850 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 01/03/25	SAM. 08/03/25	**1 950 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 08/03/25	SAM. 15/03/25	**1 850 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 15/03/25	SAM. 22/03/25	**1 850 €**	DÉPART CONFIRMÉ
SAM. 22/03/25	SAM. 29/03/25	**1 850 €**	DÈS 4 INSCRITS

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	DÉPART CONFIRMÉ ?
SAM. 29/03/25	SAM. 05/04/25	**1 850 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 05/04/25	SAM. 12/04/25	**1 850 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 12/04/25	SAM. 19/04/25	**1 850 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 19/04/25	SAM. 26/04/25	**1 850 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 26/04/25	SAM. 03/05/25	**1 850 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 03/05/25	SAM. 10/05/25	**1 750 €**	DÉPART INITIÉ
SAM. 10/05/25	SAM. 17/05/25	**1 750 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 17/05/25	SAM. 24/05/25	**1 750 €**	DÈS 4 INSCRITS
SAM. 24/05/25	SAM. 31/05/25	**1 750 €**	DÈS 4 INSCRITS

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

Le prix comprend

- Les vols internationaux aux dates du circuit
- Les transferts sur place avec le groupe liés au programme du circuit
- L'hébergement en pension complète sauf les dîners des J06 et J07 et les déjeuners des J07 et J08.
- L'encadrement par un guide accompagnateur et une équipe locale.
- La taxe de séjour de 2€ par jour et par personne

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais d'entrée dans le territoire (voir rubrique visa)
- Les éventuels suppléments liés au choix d'un autre vol que celui avec lequel le voyage a été construit
- La contribution carbone volontaire pour votre voyage au Cap Vert : 8 €

À payer sur place

- Les dépenses personnelles
- Les boissons (dont l'eau minérale)
- Les dîners des J06 et J07 et les déjeuners des J07 et J08 (de 10 à 15 EUR / repas).
- Les pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)

Assurances au choix

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :**5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

Départs de province

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter.

Options

- Supplément chambre individuelle (impossible Jour 2 et 4) : 145€
- Nuit supplémentaire à Mindelo à l'hôtel Residencial Jenny en chambre double avec petit déjeuner. Prix par personne : 50 euros.
- Nuit supplémentaire à Mindelo à l'hôtel Residencial Jenny en chambre individuelle avec petit déjeuner. Prix par personne : 70 euros.
- Transfert de l'aéroport vers l'hôtel à Mindelo ou inversement (de 1 à 8 personnes). 40 € par trajet.
- Transfert de Porto Novo à Tarrafal (île de Santo Antao) ou inversement (de 1 à 6 personnes) : 90 € par trajet.

Détail du voyage

NIVEAU

Randonnée facile se déroulant sur de bons sentiers, accessible à toute personne en bonne condition physique.
Pas d'expérience spécifique, marcher régulièrement et avoir le plaisir de l'effort.

ENCADREMENT

Installée à Mindelo depuis de nombreuses années, notre agence locale vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides d'aventure, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...

ALIMENTATION

Pique-nique le midi (sandwiches et salades) et repas chaud et cuisiné le soir à base de produits locaux : haricots secs, maïs, poissons (thon, espadon, garopa...), poulet, cochon, légumes (fruits à pain, manioc, patates douces, carottes, pommes de terre), fruits de saison (papaye, goyave, bananes, mangues).

Le plat national est la Catchupa, plat composé de haricots secs, maïs, légumes et poisson ou viande. La catchupa est réchauffée à la poêle " guisada " le matin, un délice pour ceux qui aiment le salé au petit déjeuner.

Repas au restaurant en ville.

Les boissons sont à votre charge, comptez entre 100 et 200 ECV la bouteille d'eau minérale... le grog ou le punch local sont meilleurs marché. La bouteille de grog est entre 300 et 1000 ECV (vieux rhum).
N'oubliez pas que vous bénéficiez de produits détaxés à l'aéroport d'embarquement.

HÉBERGEMENT

Les hébergements sur nos voyages au Cap Vert sont choisis pour leur situation géographique par rapport à notre itinéraire, et pour l'immersion dans la vie locale. Cela implique parfois des conditions un peu spartiates. Il se peut notamment que l'eau chaude ne soit pas toujours au rdv. De plus la chambre individuelle n'est pas toujours possible. Nous faisons notre maximum pour satisfaire les demandes mais sachez que l'on ne voyage pas au Cap Vert pour dormir dans des hébergements "de luxe"... Mais pour l'ambiance incomparable que l'y trouve !

En Hôte de type "Residencial" sur la base d'une chambre double ou Twin et avec sanitaires privés :

- Les J1 et J7 à Mindelo : Residencial
- Les J5 et J6 à Tarrafal, en fin de séjour en bord de mer à l'hôtel Vista Tarrafal

En pension familiale en chambres twin ou doubles avec sanitaires privés ou communs :

- Le J3 à Ponta do Sol, nous dormons à la Residencial vitoria , chez Carmelita

En pension familiale munie de petits dortoirs et/ou chambres doubles-twin, avec sanitaires communs :

- Le J4, Chez Sandro, un lieu plein de charme dans la vallée de Paul

En hébergement à la fois rustique et insolite :

- Le J2, sur le plateau de Lagoa, nous dormons dans un grand dortoir.

Les noms des hébergements sont donnés à titre indicatif. En cas d'indisponibilité, nous logerons dans des logements de niveau équivalent.

DÉPLACEMENT

TRANSPORT INTERNATIONAL :
Attention, au Cap Vert , il y a peu de compagnies aériennes qui desservent la destination et les prix peuvent augmenter très vite, quant aux plans de vols, ils peuvent être peu confortables. Plus vous vous inscrivez tôt, mieux c'est !

Nous utilisons la compagnie de vols réguliers TAP AIR PORTUGAL (vols via Lisbonne), ou la compagnie charter TRANSAVIA (vols directs), pour nos vols vers le Cap Vert.

Les horaires de vols de jour indicatifs au départ de Paris vers Sao Vicente A/R sont les suivants :

Avec TAP en dimanche / dimanche :

- Aller le matin : Paris Orly 06h40 - 8h10 Lisbonne / Lisbonne 9h20 - 12h40 Mindelo
- Retour à midi : Mindelo 13h30 - 18h30 Lisbonne / Lisbonne 19h30 - 23h00 Paris Orly

Avec Transavia en samedi / samedi :

- Aller le matin : Paris Orly 06h55 - 11h15 Mindelo
- Retour à midi : Mindelo 12h05 - 21h45 Paris Orly

Nous achetons des vols à l'avance auprès de ces compagnies, afin de vous garantir les meilleurs tarifs le plus longtemps possible et la meilleure disponibilité.

IMPORTANT : ces informations sont données à titre indicatif. En fonction des disponibilités au moment de votre inscription, les compagnies aériennes et horaires de vol peuvent être différents des informations mentionnées ci dessus.

Voici des références d'hôtels se trouvant à proximité de l'aéroport Orly :

IBIS BUDGET PARIS CŒUR ORLY
19 Rue d'Orly, 91550 Paray-Vieille-Poste
01 56 70 50 50

NOVOTEL PARIS CŒUR D'ORLY AEROPORT
5 Avenue de l'Union, 94390 Orly
01 83 30 00 30

DÉPLACEMENT DANS LE PAYS :

- En aluguer pour les déplacements sur les îles : ce sont des minibus de 12 à 15 places que nous affrétons pour assurer la logistique du circuit.
- En bateau entre Mindelo (île de Sao Vicente) et Porto Novo (île de Santo Antao).

BUDGET & CHANGE

L'unité monétaire est l'Escudo Capverdien. 1 EUR = environ 110 CVE. Le change se fait sur place à votre arrivée à l'aéroport international ou dans les banques à Mindelo et/ou Porto Novo si vous arrivez au Cap Vert un dimanche (guichet automatique de change ou bureau de change).
Les guichets de retrait d'argent ne fonctionnant pas toujours, mieux vaut emporter avec vous des espèces. Il est aussi possible de payer en euros en petites coupures (exemple du repas du 1er jour à Mindelo)

Budget à prévoir : vos dépenses personnelles, les boissons (dont l'eau minérale) et les repas non inclus à Mindelo.

POURBOIRES

Il est en général de tradition de constituer une cagnotte pour les pourboires discrétionnaires destinés au chauffeur et au guide en fin de séjour (nous conseillons 2 à 3 euros par client et par jour pour l'ensemble de l'équipe locale).
Sachez qu'il n'y a aucune obligation : libre à vous d'y participer ou non.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Pochette pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.

Kit indispensable de tous les jours (pour une trousse plus complète, voir dans la rubrique Pharmacie) :

- Crème de protection solaire visage et lèvres
- Lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou foulard contre le soleil
- Une gourde de 1.5 L minimum, légère et isotherme. Vous pouvez prévoir également une poche à eau de 2 litres (Camel Bag). Vous n'êtes donc pas obligé de tomber le sac à dos pour saisir la gourde. Ainsi vous buvez plus régulièrement et en petite quantité ce qui est conseillé pour une bonne hydratation,
- Un paquet de mouchoir en papier
- Serviettes humidifiées type Calinette
- Bloc-notes et stylo, livre, jeu de cartes...

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de marche légères. Ce sont les meilleures amies du trekker. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et surtout imperméabilité.
- Tennis ou sandales de marche : quelque soit votre voyage, elles sont bien confortables à enfiler lors des étapes dans des villes, villages ou le soir au campement, mais elles doivent être prises en plus des chaussures fermées ci-dessus.
- Chaussettes légères
- Sous-vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement.
- Pull-over ou veste polaire légère : Cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère, sèche rapidement, avec un contact doux. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Pantalon de randonnée, bermudas et shorts
- Pantalon en toile légère et confort pour le soir
- Maillot de bain

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette
- Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion),
- Un rouleau de papier toilette et briquet
- Bloc-notes, tenir un journal est une grande activité des trekkers.
- Boite en plastique de taille moyenne avec couverts en plastique si vous souhaitez vous préparer certains repas. Astuce : avoir deux récipients permet de consommer l'un pendant que l'autre est en cours de traitement
- Bâtons de marche (facultatifs). Ils sont d'une aide précieuse pour économiser vos genoux à la descente (jusqu'à 30% de votre poids + celui de votre sac sont supportés par les bâtons) et soutenir votre effort à la montée (les bras aident en plus des jambes).
- Sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements.

Emporter un drap de sac (en soie ou polaire, les nuits peuvent être fraîches).

BAGAGES

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

- Un petit sac à dos (contenance environ 30- 40 l) pour vos affaires de la journée : pull, t-shirt de rechange, gourde, pique-nique du midi, lunettes, petit matériel... Il sera aussi le sac que vous aurez dans l'avion (attention : pas de lime, de ciseaux à ongle, de pince à épiler, pas de couteau ni autres objets pointus).
- Un sac de voyage souple est toujours préférable car plus facile à manipuler et à ranger dans les véhicules. Pensez donc à nos équipes locales ! Nous vous en remercions par avance. (15 à 17 Kg maximum)

Rappel des mesures de sûreté de la réglementation aérien (janvier 2014) :
Sont autorisés en cabine :

- Les flacons et tubes de 100 ml maximum disposés dans un seul sac plastique transparent fermé d'un litre maximum d'une dimension d'environ 20x20 cm.
- Les produits placés dans un sac scellé remis par un aéroport et maintenu scellé jusqu'au contrôle (Duty free)

Un seul sac par personne.
Sont interdits aux contrôles de sûreté:

- Les produits placés dans des sacs plastiques ouverts ou opaques.
- Les produits entassés ou superposés.
- Les contenants de plus de 100 ml.

Les exceptions :

- Les aliments pour bébé nécessaires au voyage.
- Les médicaments ou produits à usage médical en quantité nécessaire à la durée du voyage, accompagnés de leurs ordonnances ou attestations.

Mettez vos produits dans vos bagages en soute, ne conservez en cabine que les liquides indispensables
Au cas où : Veillez à prévoir en cabine de quoi "survivre" les premiers jours en cas de retard de votre bagage en soute. (Ex : brosse à dent, 1 t-shirt, chaussures de marche aux pieds...)

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Nos guides accompagnateurs disposent d'une pharmacie de premier secours comprenant : Antiseptique local, pansements, compresses, pansements double peau, bandes élastoplast.

Nous vous conseillons de prévoir une petite trousse à pharmacie à emporter chaque jour avec vous pour les "petits bobos" de tous les jours, et une deuxième trousse plus complète à laisser dans le bagage principal. Ceci est donné à titre d'information mais n'est pas indispensable.

Petite trousse du quotidien :

- Gel assainissant mains ou lingettes désinfectantes
- Antiseptique local non alcoolisé
- Sérum physiologique en dosettes
- Boîte de pansements adhésifs de différentes tailles
- Boîte de pansements hydro colloïdes pour les ampoules (compeed)
- Boîte de compresses stériles
- Rouleau de sparadrap
- Bandes extensibles
- Bande cohésive de contention (entorses, maintien)
- Gel anti démangeaisons
- Pastilles purifiantes pour l'eau (Micropur forte ou Aquatabs)

- Tube homéopathique Arnica 9CH ou pommade anti-bobo

Trousse à garder dans les sacs principaux :

- Antidouleur et antipyrétique (contre la fièvre) par exemple : paracétamol
- Antihistaminique (contre les allergies)
- Médicament contre la digestion difficile
- Antispasmodique (en cas de douleurs abdominales)
- Anti-nauséeux (contre le mal de transport)
- Antiseptique intestinal
- Anti diarrhéique
- Soluté de réhydratation orale, en cas de diarrhées importantes
- Antiémétique (contre les nausées et les vomissements)
- Gel anti-inflammatoire
- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale)
- Traitement pour rhume et maux de gorge (pastilles)
- Lavage oculaire ou antiseptique oculaire en dosettes
- Pommade ou 1 spray contre les brûlures superficielles et/ou coups de soleil

Protection anti moustique :

- Répulsifs cutanés et vestimentaires actifs, port de vêtements couvrants (manches et jambes longues pour le soir), moustiquaires imprégnées.

Les accessoires :

- Thermomètre médical
- Paire de ciseaux
- Pince à épiler ou à écharde
- Prise anti-moustique avec recharges

L'archipel du Cabo Verde a un climat très sain. Aucune vaccination n'est imposée par les autorités caboverdiennes, sauf si le voyageur transite par Dakar. Dans ce cas la vaccination pour la fièvre jaune est exigée.
Néanmoins, comme pour tout voyage les vaccinations contre les hépatites virales A et B sont conseillées.
Le Cabo Verde n'est pas une zone d'endémie paludéenne. La mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite (DTP) est recommandée. Autres vaccinations pouvant être conseillées: fièvre typhoïde, méningocoque. Demandez conseil à votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales. Pour plus d'informations, contactez l'Institut Pasteur.

Formalités & santé

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.
A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

A compter du 1er janvier 2019, les voyageurs français, belges et suisses n'ont plus besoin de visa pour visiter le Cap-Vert. Néanmoins, ils devront s'acquitter d'une taxe aéroportuaire de 31 euros environ (en fonction du taux de change, ou 3400 escudos exactement). Nous préconisons de vous enregistrer en ligne à l'avance, au moins 5 jours avant le départ, sur le site www.ease.gov.cv. Après avoir complété toutes les informations et réglé votre taxe sur internet, vous recevrez par mail votre numéro de dossier qu'il faudra présenter aux autorités à votre arrivée au Cap vert.

Si l'on vous demande les coordonnées de votre Hôtel :
Residencial Jenny, Alto S.Nicolau C.P. 888, 1234 Mindelo, Cap-Vert Tel : +238 232 89 69

En cas de réservation de dernière minute, vous pouvez payer cette taxe directement sur place lors de votre arrivée dans le pays en liquide ou par CB.

N.B : Attention, pour un séjour de plus d'un mois, il est nécessaire d'avoir un visa avant le départ. Les démarches s'effectuent auprès du consulat du Cap-Vert situé à Marseille.

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives. 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.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Bien qu'assez rare, la transmission de la dengue causée par des moustiques infectés est possible aux îles Sous-le-Vent (Bravo, Fogo, Santiago et Maio). Prévoir des protections contre les moustiques (produits pour la peau et vêtements longs).
Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs

SPÉCIFICITÉS

Nous vous conseillons de garder dans votre sac principal, une copie de la double page de vos passeports en cas de perte ou de vol. L'idéal étant d'avoir ces documents accessibles sur internet (Pièce jointe d'un email ou drop box).