



## Cap-Vert

# Aventure et randos capverdiennes

*Randonnée au Cap-Vert, sur Santo Antão en liberté avec carnet de route et visite de São Vicente.*

Un voyage autour de la randonnée au Cap-Vert, sur Santo Antão et São Vicente, afin de découvrir des îles magnifiques et faire le plein de panoramas plus grandioses les uns que les autres. Embarquement depuis la superbe baie de Mindelo pour démarrer l'aventure sur les sentiers de randonnée de Santo Antão, en totale liberté !

Sur cette île volcanique façonnée par la nature, l'Homme a su préserver l'essentiel, avec comme témoignage des pavés uniques au monde, pour désenclaver les villages perdus au fond des vallées. Vos pataugas sauront apprécier ces belles pierres, le petit verre de punch en fin de journée, une rencontre au détour d'une vallée ou encore un concert live au comptoir d'un troquet.

De cœur de randonneur, le Cap-Vert est un paradis qui se mérite, un archipel à la population métissée où le meilleur de chacun se retrouve dans les sourires des capverdiens !

### Vous aimerez...

- Bénéficier du transfert de vos bagages lors de vos randonnées sur Santo Antão.
- Traverser les panoramas grandioses de l'île de Santo Antão.
- Découvrir l'accueil chaleureux et l'accent créole et chantant des cap-verdiens.
- Arpenter des sentiers, tantôt au cœur des vallées, tantôt sur les falaises bordant l'océan.
- Écouter la musique cap-verdienne qui rythme la vie des habitants.

### Comparez... vous préférerez !

#### Infos clés !

Voyage sur mesure  
groupe de 2 à 6 personnes

#### 8 jours

niveau **Dynamique** 

Découverte, En immersion,  
Randonnée, trek.

●●●●  
Nature

●●●●  
Culture

●●●●  
Rencontre

Code : CAP04L

Les départs de province impliquent de passer une nuit à Lisbonne. Nous nous occupons de vous réserver une chambre dans un charmant hôtel proche du quartier typique de l'Alfama.

### **Conseil du pro !**

*Prolongez votre aventure par quelques jours de repos sur l'île de Santiago ou par la découverte de l'île de Fogo et son gigantesque volcan.*

## VOTRE VOYAGE

### **J1 Vol à destination de São Vicente**

Départ tôt, ce matin, à l'aéroport pour votre vol à destination du petit pays cher au cœur de Cesária Évora. Tiens, en parlant de la diva aux pieds nus, c'est à l'aéroport qui porte son nom que vous atterrissez à la mi-journée. Notre correspondant (francophone) vous attendra après les douanes pour vous souhaiter la bienvenue et, surtout, vous faire un premier briefing.

Installation dans votre petite pension près de la jolie plage de Laginhia à Mindelo et remise du précieux carnet de route.

Il est temps de faire vos premiers pas dans la charmante ville de Mindelo. Débutez par la rue Lisboa, avant de passer la rue Da Praia et la place Amilar, puis terminez par les marchés.

Dans la soirée, que diriez-vous de profiter d'une ambiance très cap-verdienne ?

Nuit à l'hôtel.

### **J2 Traversée pour Santo Antão : trek entre Corda et Coculi**

Il faudra vous lever tôt, ce matin ! Chaussures de randonnées aux pieds, il est temps pour vous de découvrir l'un des joyaux naturels du Cap-Vert : Santo Antão . Nouvelle île et nouveaux décors, il est temps de faire le plein de nature !

À votre arrivée à Santo Antão , votre chauffeur vous récupère, puis à peine le temps d'acheter un pique-nique et vous voilà déjà partis sur la route de Corda. Ouvrez l'œil : en chemin, vous verrez des points de vue à couper le souffle ! Votre chauffeur vous déposera au point de départ de la randonnée (4 heures de marche). C'est parti pour votre première randonnée au Cap Vert sur Santo Antão, en autonomie entre Corda et Coculi. Le niveau de cette mise en jambe est assez facile. Durant cette randonnée, vous profitez de panoramas magnifiques sur les cultures en terrasses !

Votre chauffeur vous récupère après la randonnée, vers 14 heures, devant le lycée de Coculi. Vos valises resteront dans la voiture.

Installation dans une petite pension à Ponta do Sol face à la mer. Le soir, rendez-vous pour un petit grogue ou un dîner au Caleta. L'établissement y sert des mets typiquement cap-verdiens et vous permet de profiter de musique live. Nous vous conseillons de goûter les gambas à la mangue... délicieuses !

4 heures d'activité, dénivelé -500 mètres. Nuit en pension.

### **J3 Randonnée de Ponta Do Sol à Cruzinha**

Ce matin, vous partez de Ponta Do Sol, pour l'une des plus belles randonnées de votre voyage. N'oubliez pas de récupérer votre pique-nique auprès de votre hôte. Vous laisserez également vos valises à la réception de votre hébergement : votre chauffeur vous les déposera directement à l'hébergement du jour 4.

Prévoyez donc vos affaires pour passer une nuit à Cruzinha !

Le chemin pavé serpentant dans la montagne, à flanc de falaise, vous aurez accès à des vues incroyables, entre mer bleue et falaises abruptes ! Vous passez par le village de Fontainhas, connu pour ses jolies maisons colorées et pour sa localisation, lui donnant un air de bout du monde. Profitez-en pour faire une pause et délectez-vous d'une boisson fraîche, dans l'un des cafés du village. Ce chemin de croix vous mènera jusqu'à un chemin plus sableux, puis au charmant petit village de Chã de Igreja. La randonnée est superbe : nous vous conseillons de partir tôt le matin ! De petites criques sont accessibles durant la marche, notamment pour pique-niquer paisiblement. Poursuivez votre marche jusqu'à Cruzinha où vous passerez la nuit dans un hébergement charmant.

6 heures d'activité, dénivelé +850 / -700 mètres. Nuit à l'hôtel.

### **J4 Randonnée de Cruzinha à Boca das Ambas - Boca de Coruja**

Ce matin, vous quittez la vue sur l'océan pour une randonnée dans les terres.

Changement de décor et de programme : rencontre avec les habitants sur fond de végétation dense. Entre plantations de cannes à sucre, cultures en tout genre et petits élevages de chèvres, ce sont des panoramas totalement différents qui s'offrent à vous ! Une nature plus aride vous fait face avec des paysages escarpés : vous prenez conscience du travail de labeur des paysans du coin qui, pourtant gardent le sourire en permanence !

Vous remontez dans la vallée de Mocho, d'où la vue sur les cultures, l'océan et les différentes crêtes est tout simplement superbe ! La marche se poursuit, ensuite, jusqu'au col de Garça. Puis, vous arrivez au village de Boca De Coruja, où un déjeuner chez l'habitant sera possible.

Arrivez à votre pension, où vos bagages vous attendent. Profitez de votre après-midi pour vous prélasser dans la piscine de votre hébergement ou encore, parcourir les environs.

4 heures d'activité, dénivelé +750 / -500 mètres. Nuit en B & B.

## J5 Randonnée guidée dans la Vallée de Paul

Ce matin, vers 08h30, départ en compagnie de votre chauffeur pour un changement de décor total. Votre chauffeur vous dépose dans un nouvel hébergement.

Vous partez, ensuite, en compagnie de votre guide local francophone pour une randonnée inoubliable au cœur du jardin du Cap Vert : la Vallée de Paul ! Celle-ci est réputée pour être la plus verte du pays ! En effet, vos pas vous mèneront entre habitations aux toits de chaume et cultures maraîchères où poussent des choux, des salades, de l'igname ou encore, des cannes à sucre.

La vallée de Paul doit aussi son côté très vert à son système d'irrigation, qui rappellent les systèmes de rizières en terrasse asiatiques, ici appelé levadas. Deux types de sentiers sont possible : la petite boucle ou la plus longue, n'hésitez pas à indiquer votre préférence au guide ! Pour les plus en forme, montez l'ascension du Pico Antonio. Celle-ci vous offrira une vue à couper le souffle sur la vallée et ses plantations en terrasses ! Un déjeuner est prévu chez l'habitant.

4 heures d'activité, dénivelé +550 / -700 mètres. Nuit en B & B.

## J6 Rando Alto Mira - Ribeira das Patas - São Vicente

Ce matin, route en direction de la partie sud-ouest de l'île. La marche débute à Alto Mira, puis après 40 minutes, vous arrivez à Forquinha. La vue panoramique est superbe entre Alto Mira et Ribeira Das Patas : vous en prendrez plein les yeux !

Descente en direction de Ribeira Das Patas : les paysages sont différents de ceux que vous avez vu jusqu'ici ! Vous observez des roches noires volcaniques qui contrastent à merveille avec les différentes plantations. Entre culture et rencontres, profitez de votre dernier moment sur Santo Antão et de l'accueil de ses habitants. Un déjeuner est prévu dans une petite ferme écologique.

Puis, il est temps de reprendre le ferry en direction de São Vicente.

Dans la soirée, baladez-vous le long de la promenade de Mindelo où de nombreux bars proposent de bons grogues dans une ambiance festive.

4 heures d'activité, dénivelé +350 / -550 mètres. Nuit en guest house.

## J7 São Vicente - Découverte de l'île

Pour cette journée, partez découvrir l'île de São Vicente.

Débutez par une randonnée autour du volcan de Calhau, aujourd'hui éteint. La randonnée, autour du cratère, est marquée par le passé actif du volcan : les vues sont superbes entre coulées de lave et océan ! Puis, vous redescendez à Praia Grande (baignade non conseillée). Ensuite, votre chauffeur vous montrera le petit restaurant dans lequel vous prendrez votre repas.

Retour au centre de Mindelo, dans l'après-midi. Si vous le souhaitez, nous pouvons vous organiser un transfert jusqu'à la plage de Baía Das Gatas, réputée pour ses eaux translucides et sa mer calme ou encore, à Palha Carga, une plage de sable noir à l'allure lunaire.

3 heures d'activité, dénivelé +150 / -150 mètres. Nuit en guest house.

## J8 Vol retour pour la France

Il est temps de prendre la route pour l'aéroport, où vous prendrez votre vol retour. Fin de votre aventure.

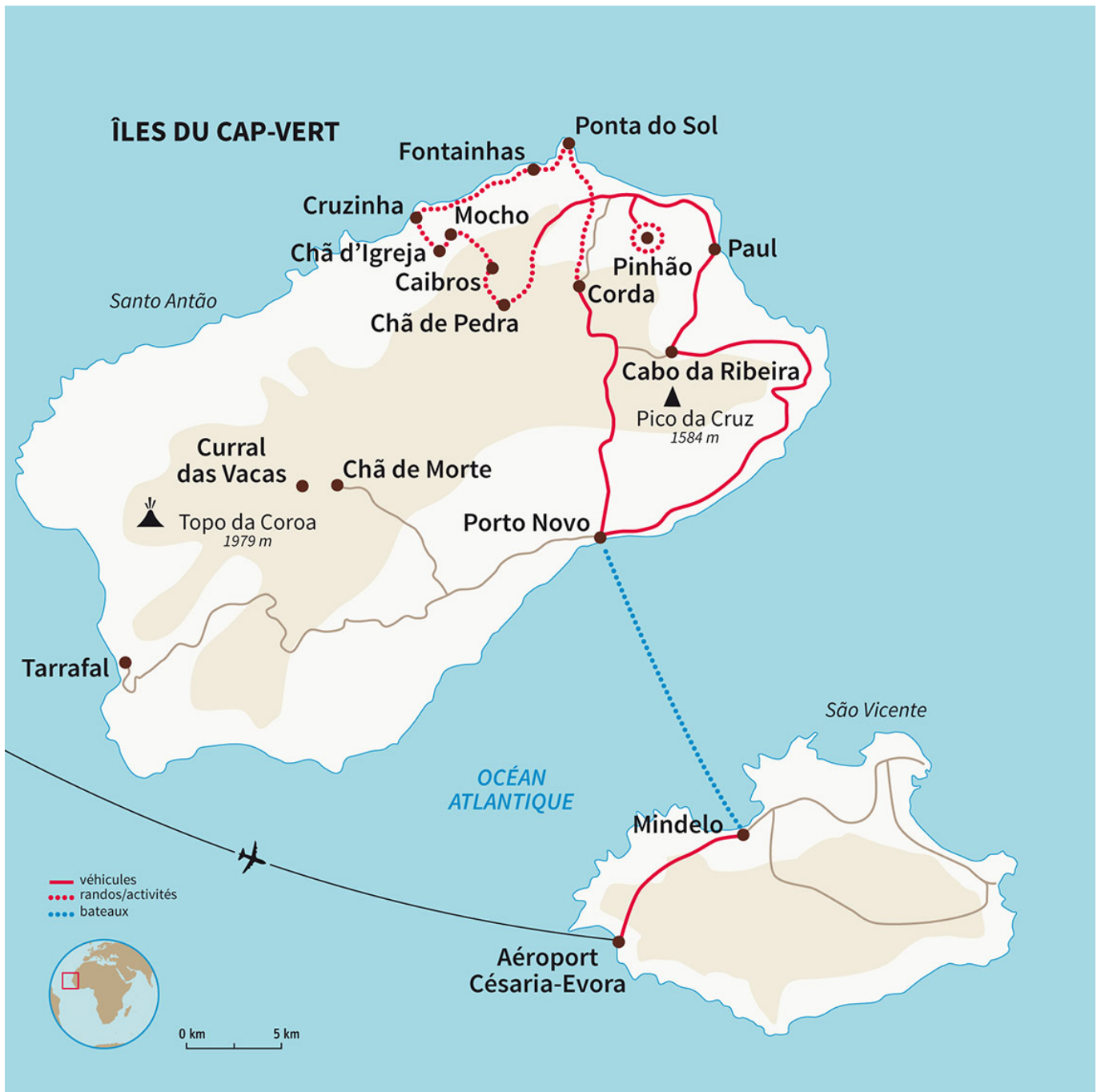
### N.B. :

Départs garantis toute l'année, quand bon vous semble !

### PERSONNALISEZ VOTRE VOYAGE !

Nous faisons du sur-mesure, n'hésitez donc pas à nous faire part de vos envies les plus folles...

# CARTE



## DATES ET PRIX

### **Le prix comprend :**

- ~ Les vols internationaux sur compagnie régulière
- ~ Les taxes aériennes et surcharge carburant
- ~ L'absorption à 100% des émissions de CO2 générées par votre voyage (vols éventuels, transport et hébergement sur place)
- ~ Un brief en français avec notre équipe locale sur Santo Antão sur le trajet et le déroulement des randonnées
- ~ Les transferts aller/retour de l'aéroport à votre hébergement
- ~ Les trajets en bateau entre São Vicente et Santo Antão
- ~ Les transferts mentionnés dans l'itinéraire
- ~ La remise d'un téléphone portable avec une carte SIM locale
- ~ Les hébergements avec des petits déjeuners typiques
- ~ Les déjeuners ou pique-niques des jours 5,6 et 7
- ~ Un guide local francophone pour la randonnée de Paul
- ~ Une carte de l'île de Santo Antão et des randonnées
- ~ Un roadbook personnalisé avec votre itinéraire, vos hébergements et nos plus belles randonnées
- ~ Une assistance francophone 24H/24, durant votre voyage

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

- ~ Les assurances facultatives
- ~ La taxe de sécurité aéroportuaire de 3600 escudos
- ~ La taxe de séjour à régler sur place
- ~ Les déjeuners et dîners : prévoir environ 125 € / pers
- ~ Les pourboires, les boissons et les dépenses personnelles

### **Prix avec aérien**

A partir de 1659 € par personne / base 4 aventuriers.

A partir de 1579 € par personne / base 2 aventuriers.

### **Prix sans aérien**

A partir de 859 € par personne / base 2 aventuriers.

A partir de 779 € par personne / base 4 aventuriers.

### **Frais d'annulation**

Afin de tenir compte des contraintes imposées par nos prestataires pour votre voyage, et conformément à nos conditions de vente, en cas d'annulation de votre part avant le commencement du voyage, nous vous appliquerons des frais d'annulation basés sur nos frais réels justifiés à la date de votre annulation.

## DÉTAILS DU VOYAGE

### **On dort où ?**

Hébergement en résidence, pension base chambre double.

### **A table !**

Au Cap-Vert, l'industrie alimentaire étant très peu développée, il est difficile de trouver des produits «transformés» auxquels nous sommes habitués comme la charcuterie, les barres chocolatées ou encore, les laitages. Nous conseillons aux personnes qui le désirent d'apporter dans leurs bagages leurs «petits en-cas» habituels qu'elles ne trouveront pas sur place. Autrement, soyez assurés que les repas seront copieux et variés, à la mode cap-verdienne.

Tous les repas dans les restaurants indiqués sont préparés avec des produits des îles. Le mati, des petit déjeuners variés et copieux avec des confitures de papaye ou de goyave, du fromage ou des plats chauds vous seront servis.

## La toilette (et les toilettes)

Dans toutes les résidences : salle de bain privée et eau chaude.

A Fogo, salle de bain commune avec eau froide.

Attention à l'eau : sur les îles, en général, c'est de l'eau désalinisée contenue dans des tanks sur les terrasses. A Santo Antão, il s'agit de l'eau de source gardée de la même manière et, à Fogo, des réservoirs d'eau de pluie.

Vous avez deux choix : acheter de l'eau en bouteille ou des petites pilules. Attention aux temps d'action de ces dernières.

En ce qui concerne l'hygiène buccale ne pas utiliser l'eau du robinet !

## Suivez le guide !

Au cour de vos circuits, nous avons organisé une ou plusieurs journée avec un guide francophone, notamment lorsque l'itinéraire peut présenter un souci d'orientation ou lorsque de nombreux chemins peuvent porter à confusion.

Ce guide pourra vous apporter toutes les informations qui semblent utiles et vous fera découvrir la vie des locaux plus en détails et, vous offrir, parfois même, une rencontre dans une famille que seul vous ne pourriez pas avoir !

## On se déplace comment sur place ?

Tous vos transferts aéroport/ hôtel/aéroport sont compris dans votre forfait. Les transports autres que les transferts aéroport/hôtel/aéroport sont à votre charge.

Nous avons choisi cette formule, pour vous laisser le choix de faire un petit crochet au grès de vos envies. Les chauffeurs sélectionnés connaîtront votre parcours et seront présents à votre résidence, le matin, pour vous emmener sur les lieux des promenades. Il suffira de fixer avec eux l'heure du départ du lendemain !

La majorité des routes sont pavées : il est préférable de monter devant, dans les transports, afin de ne pas être trop secoués. Les transports n'excèdent pas une heure.

## Vos bagages voyagent aussi...

Chacun porte un petit sac à dos pouvant contenir les vivres de la journée (pique-nique), une gourde, un vêtement de pluie, une veste chaude et votre appareil photo. Les bagages sont acheminés d'étape en étape.

## Volez en bonne compagnie !

Les vols sont assurés par la TAP Air Portugal, compagnie nationale portugaise.

## Esprit du voyage

La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles ! Dans ces moments adoptez la Nomade Attitude : patience et tolérance.

# BUDGET

## Budget sur place

La monnaie locale est l'Escudo capverdien. 1 euros = 110.63 Escudos capverdiens.  
(Taux de change au 27/06/2018)

Les dépenses sont variables et dépendent des pourboires, boissons, repas non compris et de vos dépenses personnelles. Nous estimons qu'environ 130/150 € par participant devrait être suffisant.

Les cartes bancaires sont très rarement utilisables, mais il vous sera possible de retirer dans les distributeurs de l'île. Nous vous recommandons d'emporter des euros en espèce et de prévoir l'appoint (30 euros) pour le paiement de la taxe aéroport (Sal, Praia, São Vicente).

Pour un bon poisson frais dans un restaurant en bord de mer, prévoir huit euros.

Pour une bière ou un punch, prévoir un euro.

## **Pourboires**

L'usage du pourboire est une coutume et cette gratification est très appréciée des équipes locales dans des pays où le niveau de vie est souvent très bas. Toutefois, il est important de considérer que le pourboire, demeurant facultatif (n'étant pas une partie du salaire), doit être accordé en fonction de votre niveau de satisfaction du travail et des petites attentions de l'équipe locale.

Les pourboires ne sont jamais compris dans la note. Il est convenable de laisser entre 5 et 10% dans les bars et restaurants et environ 0.50 cts à 1€ pour les petits services (porteurs, laveurs de voiture dans les hôtels, etc).

## **EQUIPEMENT**

### **Petit équipement personnel**

- . Lunettes de soleil
- . Gourde isotherme (1 litre minimum)
- . Lampe de poche et/ou lampe frontale
- . Crème solaire haute protection
- . Briquet pour brûler vos détritrus (à mettre dans le bagage en soute)
- . Couteau pliant (à mettre dans le bagage en soute)
- . Nécessaire de toilettes (produits biodégradables de préférence)
- . Papier de toilette (biodégradable si possible)
- . Serviette de toilette à séchage rapide
- . Protections auditives anti-bruit
- . Chapeau ou casquette couvrante sur le cou
- . Adaptateur de prise électrique

### **Pharmacie personnelle**

Le choix de médicaments disponibles sur place étant très limité, prévoir un stock des médicaments :

- Vos médicaments habituels
- Antidouleur (Doliprane, Aspégic, etc)
- Anti-inflammatoire (crème et comprimés)
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Antiseptique intestinal
- Anti-vomitif
- Pansements et antiseptiques (bandages, sparadraps et elastoplaste, etc)
- Double peau pour les ampoules
- Répulsif anti-moustique
- Crème solaire et Biafine
- Vitamine C, traitement antibiotique, traitement pour le rhume, maux de gorges
- Collyre et traitement antibiotique pour les yeux

### **On prend quels bagages ?**

Un sac souple qui contiendra toutes vos affaires pour vos huit jours de voyage. Pensez à voyager léger. Les bagages sont acheminés d'étape en étape. Attention : vos affaires de rechange doivent être regroupées dans un seul sac ne dépassant pas 15 kilos, quel que soit le poids autorisé par la compagnie aérienne. Nous ne pouvons, en aucun cas; garantir la prise en charge par les transporteurs d'un bagage supplémentaire ou d'un excédant de poids.

Votre sac à dos qui contiendra vos vivres de la journée (pique-nique, gourde, vêtement de pluie, veste chaude et appareil photo).

### **On met quoi dans la valise ?**

- Un chapeau
- Un foulard
- Un pull chaud



- Tee-shirts
- Un short
- Un pantalon de toile léger
- Un vêtement de pluie
- Un coupe vent ou veste en toile
- Une chemise manche longue
- Chaussettes
- Une tenue de rechange confortable pour l'étape
- Une paire de chaussures de randonnée légère tenant bien la cheville type Vibram ou similaire
- Une paire de guêtres (pour l'ascension)
- Une paire de tennis, sandales ou chaussure de détente, pour le soir
- Une maillot de bain + une serviette de bain

L'amplitude thermique entre le jour et la nuit, au Cap-Vert, peut être forte, pensez à prendre une laine pour le soir !

## FORMALITÉS ET SANTÉ

### Formalités spécifiques

Le visa préalable d'entrée pour les ressortissants français est supprimé depuis du 1er janvier 2019. Celui-ci est remplacé par une formalité préalable de pré-enregistrement d'entrée sur le territoire cap-verdien, dont les modalités sont retracées sur la plateforme dédiée : [www.ease.gov.cv](http://www.ease.gov.cv)

Par ailleurs, les frais de visa sont également supprimés à partir du 1er janvier 2019. Ces frais sont remplacés par une taxe de sécurité aéroportuaire dont le règlement sera effectué, au choix, sur la plateforme capverdienne dédiée [www.ease.gov.cv](http://www.ease.gov.cv), par l'intermédiaire d'une agence de voyage ou à l'arrivée dans l'un des aéroports internationaux de l'archipel.

Toute information complémentaire sur la mise en œuvre de ces mesures devra être recherchée auprès de l'ambassade du Cap-Vert à Paris et de l'agence consulaire du Cap-Vert à Marseille.

A partir du 15 janvier 2017, une autorisation de sortie de territoire, pour tout mineur français voyageant à l'étranger sans ses parents, sera obligatoire. En conséquence, l'enfant mineur qui voyage sans ses parents devra présenter les trois documents ci-après :

- . Pièce d'identité du mineur : carte d'identité ou passeport selon les exigences du pays de destination.
- . Formulaire d'autorisation de sortie du territoire, signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (information disponible sur le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr))
- . Photocopie du titre d'identité du parent signataire.

Nous attirons votre attention sur le fait que l'autorisation de sortie du territoire concerne tous les mineurs voyageant sans leurs parents, qu'ils aient un passeport ou pas.

D'autre part, si vous voyagez seul(e) avec votre enfant (sans son autre parent) et que vous êtes séparé(e) ou divorcé(e) de l'autre parent, nous vous invitons en fonction de votre situation personnelle (jugement de divorce, jugement fixant la garde des enfants ou autres) à vérifier auprès des autorités administratives compétentes, que vous n'êtes pas empêchés de quitter de le territoire français, sans l'accord de l'autre parent. En outre, si le mineur voyage sans ses parents avec une personne majeure, les parents du mineur devront communiquer à NOMADE leurs coordonnées accessibles (tél., e-mail...) durant le voyage pour permettre au mineur ou au responsable NOMADE, d'établir un contact direct avec sa famille.

### Passeport

Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de retour, pour les ressortissants français, belges ou suisses. Pour les autres nationalités, nous sommes à votre disposition pour vous accompagner dans vos démarches.

Afin de parer à toute éventualité, on veillera à disposer d'un passeport comportant le nombre de pages vierges requis ou suffisant (généralement 3, dont 2 en vis-à-vis).

Passeport d'urgence. Ce document n'étant pas accepté partout, il faudra s'assurer, avant d'en faire la demande

éventuelle, qu'il est reconnu par le pays concerné par le voyage ; on vérifiera également s'il implique une demande de visa (ce qui peut être le cas même pour des pays où on en est dispensé avec un passeport ordinaire).

Si vous voyagez avec vos enfants, sachez que, dorénavant, les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir un passeport individuel. La législation française stipule que les mineurs voyageant avec leurs deux parents, ou un seul des deux, n'ont pas besoin d'être en possession d'une autorisation de sortie du territoire. En revanche, ce document est obligatoire (depuis le 15 janvier 2017) si cette condition d'accompagnement n'est pas remplie. Dans ce dernier cas, l'enfant devra présenter : passeport (ou carte d'identité, 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 est accessible sur le site [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)) ; une photocopie du titre d'identité du parent signataire.

Lorsqu'un mineur voyage avec l'un de ses parents dont il ne porte pas le nom, il est fortement conseillé soit de pouvoir prouver la filiation (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15392>), soit de présenter une autorisation de sortie du territoire (formulaire Cerfa n° 15646\*01) dûment remplie et signée par l'autre parent avec copie de sa pièce d'identité. Cette autorisation ne dispense pas de l'accomplissement de toute autre formalité spécifique à la destination concernant les mineurs.

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. Ils doivent cependant soit (option à privilégier) s'enregistrer avant le départ sur le site [www.ease.gov.cv](http://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.

Attention ! Taxe de séjour applicable à tout voyageur de plus de 16 ans : 2 euros par jour et par personne, à régler aux hôteliers si elle n'est pas intégrée au tarif de votre voyageur.

Attention ! Dans le cadre des mesures spécifiques liées à la pandémie de Covid, nous vous recommandons de vérifier votre statut vaccinal eu égard aux exigences de votre pays de destination et des attentes des autorités françaises à votre retour. Et de vérifier en outre si un ou plusieurs tests PCR sont demandés (avant le départ, à l'arrivée, pendant le voyage ou au retour). Enfin, de remplir les formulaires spécifiques Covid qui peuvent être réclamés pour entrer dans certains pays. Nos conseillers sont à votre disposition pour vous préciser les formalités à respecter.

Besoin d'un VISA : [Cliquer ici](#)

## 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

Comme toujours et partout, il est important d'être vacciné contre :

- diphtérie, 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 peut-être :

- typhoïde ;
- rage (surtout les enfants).

Contre les méningites, en période épidémique, vaccin tétravalent A/C/Y/W (Menveo ou Nimenrix).

## **Préventions contre le 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 parasitaires, infectieux et traumatiques**

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 semaine 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.

# ASSURANCES



## Pourquoi souscrire une assurance voyage ?

En souscrivant une assurance voyage avec *Nomade Aventure*, profitez de l'aide de notre Service Client pour vos démarches et bénéficiez des garanties dans les meilleurs délais.

Surtout, **voyagez l'esprit tranquille en toute situation**, car pour vous prémunir de tout risque lié à une pandémie, notamment celle du Covid-19, nous avons étendu les garanties de nos contrats d'assurance :

Remboursement de toutes les sommes engagées dans le cas où vous devez annuler votre voyage pour les motifs suivants :

- si vous êtes désigné cas contact dans les 14 jours précédents le départ,
- si vous tombez malade du Covid-19 (ou une autre pandémie) avant de partir,
- si vous êtes testé positif (suite prise de température ou résultat d'un test PCR et/ou antigénique) le jour du départ,
- s'il est contraindiqué que vous partiez en voyage par un médecin, suite au contexte vaccinal dans le pays de destination...

La franchise retenue sera celle du MOTIF MEDICAL de votre contrat d'assurance.

## Quel contrat choisir ?

### • Assurance Tranquillité (4,20 % du prix de votre voyage)

Vous bénéficiez d'une protection complète :

- Frais d'annulation pour toutes causes justifiées.
- Frais médicaux, chirurgicaux, pharmaceutiques et d'hospitalisation dans le monde entier.
- Frais de recherche et de secours en mer ou en montagne.
- Frais de rapatriement.

Indemnisation en cas de retard d'avion, vol, perte et détérioration de vos bagages.

Voyage de compensation.

### • Assurance Tranquillité Carte Bancaire (3,20 % du prix de votre voyage)

Vous bénéficiez exactement des mêmes garanties que celles du contrat Tranquillité, à la seule différence qu'il vient compléter les garanties proposées par votre assurance carte bancaire.

Important : en cas de sinistre, vous devez contacter en premier lieu l'assureur de votre carte bancaire.

A noter : ce contrat est réservé exclusivement aux titulaires de cartes **Visa Premier, Gold MasterCard, Infinite Platinum**, délivrées par une banque française, belge ou suisse, et ayant réglé l'intégralité du séjour avec leur carte bancaire.

## Comment ça marche en cas de pépin pendant le voyage ?

### Le bon réflexe : appelez !

Dès la survenue du problème, et avant d'engager quelque frais que ce soit, appelez Mutuaide Assistance au 01 45 16 43 19 (depuis l'étranger : +33 (0)1 45 16 43 19 - Fax : +33 (0)1 45 16 63 92), ou demandez à l'équipe locale de vous assister.

Le plateau d'assistance est disponible 24h/24 et 7 jours/7.

## Informations pratiques

Les infrastructures sanitaires sont, bien sûr, satisfaisantes partout, mais le coût des soins dans certaines structures

privées réclame que l'on vérifie toutes les clauses du contrat d'assurance-assistance souscrit avant le départ.

## 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.

## LE PAYS

### Cartographie

Les cartes s'achètent dans les centres touristiques de Mindelo, Praia et Santo Antão.

Comptez 18€ par carte. Celles-ci sont assez bien détaillées.

## TOURISME RESPONSABLE

### Nomade Aventure s'engage dans un tourisme durable

Depuis 2019, nous nous efforçons d'appliquer les exigences des recommandations de la norme internationale NF ISO 20611 sur les bonnes pratiques en matière de durabilité dans le tourisme d'aventure. Ainsi, nous défendons et mettons en pratique, une vision du voyage durable et engagée, dans 5 domaines essentiels :

#### 1/ Réduire notre empreinte carbone

Depuis 2018, 100% des émissions de CO2 de vos voyages sont absorbées. Et depuis 2020, les deux tiers de nos voyageurs en Europe continentale sont incités à partir en train plutôt qu'en avion ! En savoir plus...

#### 2/ Améliorer la gestion des déchets

Sur nos voyages, bouteilles en plastique et couverts jetables sont bannis. Au sein de l'entreprise, tri des déchets, produits d'entretien écologiques, etc. En savoir plus...

#### 3/ Protéger la faune

Depuis 2019, nous appliquons notre « Charte sur le respect de la vie animale » : ne pas perturber leur habitat, respecter une certaine distance, prendre soin des animaux de bât, etc. En savoir plus...

#### 4/ Soutenir les populations locales

Nous appliquons depuis 2019 notre « Charte de l'accueil communautaire ». Nous soutenons financièrement des projets locaux de protection de l'enfance et d'aide au développement économique. En savoir plus...

#### 5/ Favoriser l'accessibilité

Un tour opérateur d'aventure qui propose des voyages adaptés aux Personnes à Mobilité Réduite (hébergements, véhicules, étapes...) ? Mais oui, l'aventure ce n'est pas que le trek ! En savoir plus...

#### Et vous que pouvez-vous faire ?

Pour commencer, prendre connaissance et appliquer les 15 commandements du voyageur responsable avant, pendant et après le voyage.

### Les 15 commandements du voyageur responsable

Chacun de nous peut contribuer à être un voyageur responsable, attentif au monde et à ses habitants, en suivant quelques conseils avant, pendant et après le voyage.

- Avant le voyage

- 1- Choisissez des professionnels engagés dans le tourisme responsable
- 2- Vous informer, apprendre quelques mots dans la langue du pays...
- 3- N'empportez que l'essentiel et ramenez des souvenirs fabriqués localement
- 4- Gardez l'esprit critique

- Pendant le voyage

- 5- Adoptez les us et coutumes locaux
- 6- Avant de photographier une personne, prenez le temps de lui demander
- 7- Comme chez vous, trie les déchets et économisez les ressources
- 8- Préservez les sites visités
- 9- Préférez le don aux associations plutôt que la mendicité
- 10- Dénoncez l'exploitation sexuelle des enfants

- Après le voyage

- 11- Honorez vos engagements
- 12- Signalez les situations graves et intolérables remarquées
- 13- Compensez les émissions liées à votre voyage
- 14- Soutenez des initiatives locales
- 15- Partagez votre expérience

# Bon voyage !



#nomadeaventure



**PARIS**  
40, rue de la Montagne  
Sainte-Geneviève 75005 Paris  
**01 46 33 71 71**

**TOULOUSE**  
43, rue Peyrolières  
31100 Toulouse  
**05 62 30 10 77**

**LYON**  
10, quai Tilsitt  
69002 Lyon  
**04 72 44 13 50**

**NANTES**  
14, rue Racine  
44100 Nantes  
**02 85 52 28 20**

---

**NOMADE AVENTURE** [www.nomade-aventure.com](http://www.nomade-aventure.com) • SAS, capital : 37 666€, siège social : 40, rue de la Montagne-Sainte-Geneviève 75005 Paris • Tél. : 01 46 33 71 71 • RCS Paris 384 748 315 • ATOUT FRANCE n° IM075100013 • Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : MMA contrat n° 127 11 3949 - N° ORIAS 18008296 - [www.orias.fr](http://www.orias.fr) • Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit & Caution (RCS Paris 380 810 283).

---