



Cap-Vert

Le Cap-Vert pour tous !

Découverte de Sao Vicente et de Santo Antao : randos au cœur des cultures en terrasses et belles rencontres avec la population

Enfin un circuit accessible à tous sur les îles de Sao Vicente et Sao Antao ! Ces îles montagneuses et volcaniques font certainement partie des plus belles de l'archipel. Par des sentiers faciles, venez découvrir la magie des crêtes de Santo Antao, les cultures en terrasses de Fontainhas ou encore les miradors de la route de la Corde. Les repas partagés avec les habitants de petits villages, haut perchés dans les montagnes, achèveront de vous séduire. On ne manquera pas de s'attarder sur Sao Vicente et sa capitale, Mindelo, berceau de la culture capverdienne et de la célèbre chanteuse populaire, Cesaria Evora, surnommée "la Diva aux pieds nus". Accueil chaleureux et animation garantis !

Vous aimerez...

- Découvrir les 2 îles de Sao Vicente et Santo Antao et ses paysages éblouissants entre montagnes et mer
- Randonner sur des sentiers accessibles à tous avec de faibles dénivelés
- Partager les repas avec les habitants pour échanger sur leurs cultures
- Bénéficier de 3 litres d'eau minérale par personne et par jour pendant la randonnée
- Fêter Noël ou le Nouvel An avec une soirée capverdienne festive en partant le 24/12/2023 ou le 31/12/2023 !

Comparez... vous préférerez !


~ Chez Nomade, les voyages au Cap-Vert sont garantis dès 2 voyageurs !

Conseil du pro !

Infos clés !

Circuit accompagné
groupe de 2 à 15 personnes

8 jours

niveau **Tranquille** 

Découverte, Randonnée, trek.

●●●●

Nature

●●●●

Culture

●●●●

Rencontre

Code : CAP56

Un séjour adapté aux personnes souhaitant découvrir le Cap-Vert en tranquillité et au rythme des CapVerdiens

VOTRE VOYAGE

J1 Paris - Mindelo (São Vicente)

Vol international pour le Cap Vert. Transfert à Mindelo et installation dans les chambres à votre hôtel. En fonction de l'heure d'arrivée, découverte de la ville. Repas libres et nuit en à l'hôtel.

Nuit à l'hôtel.

J2 Mindelo - Lagoa - Cha d'Igreja

Petit déjeuner puis départ le matin en bateau pour l'île de Santo Antão. Transfert en minibus pour le centre de l'île, par la vieille route pavée « de la Corde ». Nous commençons notre randonnée dans l'unique forêt de Santo Antão, le plus haut secteur habité de l'île. Déjeuner. Champs de maïs, convois de mules, corvée d'eau, nous entrons dans le quotidien de vie du Cap Vert. Transfert en véhicule à Cha d'Igreja et installation en chambre pour 2 nuits. Dîner au restaurant et nuit en pension.

3 heures 30 d'activité, dénivelé +200 / -400 mètres. Nuit en pension.

J3 Cha de Igreja - Mocho - Cha de Igreja

Après le petit déjeuner, nous partons sur un vieux chemin pavé, c'est l'ancienne route qui reliait les villages avec Ribeira Grande. Il permettait aux personnes de Cha de Igreja et aux écoliers de rejoindre la vallée de Ribeira Grande. Il nous faut prendre de l'altitude sur les flancs de la montagne, ce qui nous emmène au village de Mocho. Quelques pieds de coton sont l'unique preuve d'une époque florissante où le Cap Vert en était le seul producteur. En descendant la vallée très cultivée, nous faisons un arrêt pour déjeuner et discuter avec les habitants. Nous continuons vers une plage de sable noir bordée par les plus belles orgues basaltique de Santo Antão. Nous revenons à Cha d'Igreja par le village de pêcheur de Cruzinha. Dîner au restaurant et nuit en pension.

3 heures 30 d'activité, dénivelé +300 / -300 mètres. Nuit en pension.

J4 Cha de Igreja - Caibros - Cha de Pedra

Petit déjeuner suivi d'un transfert qui nous emmène à Caibros. Nous remontons entre les champs de cannes à sucre, un chemin empierré. Nous y découvrons des styles de vie différents, rythmée par les travaux des champs qui diffèrent d'une vallée à l'autre. Les différences d'altitude, les conditions climatiques, les possibilités d'irrigation ou non, font que ces vallées adjacentes sont complètement différentes. Déjeuner en cours de route. Une fois la vallée de Caibros passée, nous arrivons à un petit col qui nous amène à Ribeirão, nous arrivons dans la vallée de Cha de Pedra, un des plus grands secteurs de production de canne à sucre. Installation dans les chambres, sanitaires à partager. Dîner et nuit en chambre d'hôtes.

4 heures 30 d'activité, dénivelé +450 / -450 mètres. Nuit en chambre d'hôtes.

J5 Cha de Pedra - Coculi - Ponta do Sol

Après le petit déjeuner, nous partons pour une randonnée en suivant un canal d'irrigation « levada ». Nous rejoignons un chemin pavé, traversons des petits villages aux maisons traditionnelles couvertes de feuilles de canne à sucre. Un petit col nous emmène au village de João Alfonço appuyé sur les contreforts de la montagne. Nous déambulons dans une vallée cultivée aux pentes escarpées, entre les terrasses de canne à sucre et les cultures maraîchères. Déjeuner en cours de route. Nous passons le village de João Alfonço puis rejoignons les villages de Figueiral et de Coculi. Transfert en véhicule jusqu'au village de Ponta do Sol en passant par Ribeira Grande. Installation en chambre. Dîner au restaurant et nuit en pension.

3 heures d'activité, dénivelé +250 / -250 mètres. Nuit en pension.

J6 Ponta do Sol - Mindelo

Petit déjeuner puis départ pour la vallée du Paul, une des plus vertes du Cap Vert. Entre caféiers, manguiers, orangers, bananiers et terrasses de légumes tropicaux, nous randonnons sur les chemins empierrés pour nous imprégner de la douceur de vivre des Cap Verdiens. Nous dégustons un plat traditionnel chez l'habitant. Visite d'un trapiche traditionnel en bois de 300 ans (en activité de janvier à mai). Transfert en véhicule pour Porto Novo puis en bateau pour Mindelo. Installation en chambre. Dîner libre et nuit à l'hôtel.

3 heures d'activité, dénivelé +200 / -300 mètres. Nuit à l'hôtel.

J7 Randonnée Phare de Dona Amélia et plage de Sao Pedro

Après le petit déjeuner, nous visitons la ville de Mindelo aux maisons coloniales, son marché aux poissons multicolores et ses étals de légumes. Possibilité de faire du shopping. Nous partons ensuite en direction de l'Ouest de l'île pour la plage de Sao Pedro. De là, nous partons pour une petite marche en direction du Farol (phare) de Dona Amélia, point le plus à l'ouest de cette île. Mis en service en 1894, à l'apogée de la circulation maritime vers

le port de Mindelo, il guide désormais les navires qui font escale ou quittent Porto Grande Bay, et la navigation intérieure de l'archipel. A notre retour, nous pouvons profiter de la belle plage qui s'offre à nous pour un petit bain bien mérité. Retour à Mindelo pour une dernière soirée dans la ville coloniale.
Nuit à Mindelo. Dîner libre.

2 heures 30 d'activité, dénivelé +150 / -150 mètres. Nuit en pension.

J8 Mindelo - Paris

Petit déjeuner et temps libre jusqu'au moment du transfert pour l'aéroport. Vol pour Paris. Repas libres.

IMPORTANT : Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et sont non contractuels. Les temps de randonnée peuvent évoluer en fonction de la condition physique du groupe ou encore des conditions météo. Il en est de même pour les temps de transfert en véhicule.

N.B. :

Selon les rotations aériennes, à certaines dates le circuit sera proposé en 9 jours. Merci de vous rapprocher de notre équipe de conseillers pour plus d'informations.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et sont non contractuels. Les temps de randonnée peuvent évoluer en fonction de la condition physique du groupe ou encore des conditions météo. Il en est de même pour les temps de transfert en véhicule.

Lors d'un voyage au Cap-Vert, il faut parfois s'attendre à de petits problèmes logistiques qui demanderont de la patience, de la bonne humeur et une réelle ouverture d'esprit. Dans ces moments de réalités cap-verdiennes, l'équipe fera le maximum pour atténuer les effets de ces événements indépendants de notre volonté et vous proposera une solution de remplacement. Ainsi l'itinéraire est donné à titre indicatif et pourra être adapté en fonction des impératifs climatiques, de sécurité, de cas de force majeure, ou retards des liaisons aériennes et maritimes.

CARTE



DATES ET PRIX

Le prix comprend :

- ~ Le vol Paris - Mindelo A/R, en classe économique.
- ~ Les taxes aériennes
- ~ Le véhicule et transferts inclus au programme~
- ~ L'hébergement tel que décrit dans le programme, base chambre double~
- ~ La pension complète pendant le circuit sauf les repas du J1 et du J8 et les dîners des J6 et J7.
- ~ L'eau minérale à raison de 3 litres par personne et par jour pendant la randonnée
- ~ La logistique sur place.
- ~ L'encadrement par un guide-accompagnateur local francophone
- ~ Les activités et excursions citées au programme, sauf celles en option

Et en bonus chez nomade aventure pas de frais de dossier !

- ~ L'absorption à 100 % des émissions de CO2 générées par votre voyage (vols éventuels, transport et hébergement sur place)

Le prix ne comprend pas :

- ~ Les repas indiqués comme libres dans le programme (repas des J1 et du J8 et les dîners des J6 et J7).
- ~ La taxe aéroportuaire de 30€
- ~ Le supplément hébergement individuel (sur demande)
- ~ Le supplément départ de province (sur demande)
- ~ Les visites et activités indiquées comme optionnelles ou effectuées lors des temps libres
- ~ Les boissons, les dépenses personnelles et éventuels pourboires
- ~ L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement (voir rubrique « Assurances »)

Prix sans aérien

Prix du voyage sans transfert aérien : à partir de 754€

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

Niveau physique et préparation

Niveau 1 tranquille avec des randonnées comprises entre 3h et 4h30. Ce circuit est accessible à tous. Les sentiers sont des chemins de muletiers en pavé ou en terre. Les randonnées ne présentent pas de difficultés techniques, peu de points vertigineux mais la chaleur peut rajouter un brin de difficulté. N'hésitez pas à contacter votre conseiller voyage pour plus d'information.

On sera combien ?

De 2 à 15 personnes (exceptionnellement 16 si les derniers s'inscrivent à 2 – dans ce cas présent, nous mettrons en place un deuxième guide francophone pour le voyage).

On dort où ?

- ~ 3 nuits à Mindelo sur l'île de Sao Vicente.
- ~ 2 nuits à Cha d'Igreja sur l'île de Santo Antao.
- ~ 1 nuit à Cha de Pedra sur l'île de Santo Antao.

~ 1 nuit à Ribeira Grande sur l'île de Santo Antao.

Chambre individuelle

Vous pouvez souscrire lors de votre réservation un supplément pour bénéficier d'une chambre individuelle (dans les hébergements où cela est possible), à partir de 238€ selon les dates et disponibilités.

A table !

Au Cap-Vert, les repas sont mis à l'honneur avec des plats typiques servis tout le long de votre voyage.

Au petit déjeuner :

Nous pouvons profiter d'un thé ou d'un café servi généralement avec un jus de fruit frais. Du pain nous sera généralement proposé avec du beurre et de la confiture. Par moment, nos hôtes habitués à manger un plat consistant dès le matin avant d'aller au champs, nous proposerons une omelette.

Au déjeuner :

Le déjeuner sera soit prit chez l'habitant au cours de la randonnée soit sous forme d'un pique nique préparé par nos hôtes et le guide la veille. Nous essayons de privilégier au maximum et dans la mesure du possible (selon disponibilité des habitants) le repas avec les Cap-Verdiens afin d'accentuer les échanges avec ces derniers et de pouvoir goûter les spécialités du pays (Poissons, Poulet et la fameuse Cachupa).

Au dîner :

Le dîner est pris chez nos hôtes sous forme d'un repas chaud qui nous permettra de découvrir les spécialités cap-verdiennes. Moment de convivialité assuré !

Le cachupa est le mets national cap-verdien. C'est une sorte de ragoût dont les ingrédients de base sont le maïs et les haricots secs. Il peut ensuite se décliner en plusieurs variantes mais il est généralement servi avec un peu de légumes, des féculents et de la viande : Un vrai délice !

cachupa simple, avec peu ou pas de légumes, des féculents et de la viande

Au Cap-Vert, l'industrie alimentaire étant très peu développée, il est difficile de trouver des produits «transformés» auxquels nous sommes habitués ; ainsi : la charcuterie, les barres chocolatées, 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.

La toilette (et les toilettes)

L'eau est précieuse au Cap-Vert et peut parfois manquer dans les salles de bain des hébergements, bien que ce cas soit de plus en rare. En revanche, il arrive encore que l'eau chaude ne soit pas systématiquement disponible. Dans certains hébergements, les sanitaires peuvent être communs.

L'eau du robinet du réseau public est en principe potable car le traitement est fiable. Néanmoins, compte tenu de l'état des canalisations, il peut y avoir de la pollution. Aussi est-il recommandé, de boire de l'eau minérale en bouteille, facilement disponible.

Suivez le guide !

Durant votre voyage, vous serez accompagné par un guide francophone.

On se déplace comment sur place ?

~ A pied lors des visites et des randonnées.

~ Les transferts se font en Aluguer privatif pour le groupe (taxi-collectif typique du Cap-Vert).

~ En bateau collectif lors de la liaison entre les îles de Sao Vicente et de Santo Antao (envion 1h de traversée).

Vos bagages voyagent aussi...

Vos bagages seront acheminés par véhicule tout au long de votre séjour.

Volez en bonne compagnie !

TRANSPORT :

Vous voyagerez sur des vols Transavia depuis Paris (ou Tap portugais ou TACV si Transavia est complet). Départ de province possible avec la Tap Portugal.

A certaines dates, le vol aller peut être direct entre Paris et Mindelo et le retour via Sal (ou Praia) et à d'autres dates les vols peuvent comporter une escale aller et retour (via Praia et/ou Sal).

Attention, le temps de connexion peut être plus ou moins long si le voyage comporte des vols inter-île, et les vols peuvent être retardés et/ou avancés, nous contraignant ainsi à adapter au mieux les programmes.

HORAIRES D'AVION,

Ces horaires sont fournis à titre indicatif uniquement, nous déclinons toute responsabilité en ce qui concerne les modifications de ces horaires, donc il ne faut pas se baser sur ceux-ci afin d'effectuer vos réservations définitives de trains ou autres transports.

PRE ET POST ACHEMINEMENT

Attention ! Pour vos pré et post acheminement, nous vous recommandons de prévoir une connexion avec un minimum de sécurité, de réserver des titres de transport modifiables, voir même remboursables, afin d'éviter le risque éventuel de leur perte financière.

Rappel : pour tout achat du voyage sans transport aérien, les transferts aéroport - hôtel (et vice-versa) sont à votre charge si vos horaires sont différents du reste du groupe.

On se donne RDV où ?

Pour les voyageurs prenant leurs vols internationaux avec Nomade, l'accueil par votre guide accompagnateur ou le transfériste se fera à l'aéroport après le passage des douanes. Il disposera soit d'un panneau avec vos Noms, soit une pancarte Nomade aventure.

A votre arrivée ou lors de votre réalisation du visa en ligne, on vous demandera, votre lieu d'hébergement ou votre adresse locale, à cette question précisez les coordonnées suivantes (que vous passiez ou non votre première nuit dans cet hébergement à Mindelo, ce n'est qu'une formalité):

Residencial Beleza
Rua João Batista,
Mindelo, Cap-Vert

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 euro = 110.63 Escudos capverdiens.
(Taux de change au 27/06/2018)

Les dépenses sont variables et dépendent des pourboires, boissons, repas non compris et 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, Sao Vicente).

A votre arrivée, le guide vous donnera toutes les infos sur les banques où les taux de change et frais sont les plus compétitifs. Notre astuce : nous regroupons tous les euros du groupe et effectuons le change global afin de ne payer qu'une fois les frais de transaction.

Pourboires

Nous vous recommandons un montant entre 25 € et 35 € (par participant).

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 0.5 à 1€ pour les petits services (porteurs, laveurs de voiture dans les hôtels, etc.).

PS. Une petite idée... il vous est possible (facultatif) en cours de circuit de faire une caisse commune avec les autres participants qui servira à distribuer les pourboires (évitant les éternels problèmes de monnaie) et/ou acheter les boissons non incluses.

EQUIPEMENT

Petit équipement personnel

- ~ 1 oreiller gonflable (si vous souhaitez davantage de confort)
- ~ 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- ~ 1 chapeau et 1 foulard
- ~ 1 gourde (2 litres indispensables)
- ~ 1 paire de bâton de marche (facultatif)
- ~ 1 lampe frontale ou lampe de poche (avec piles et ampoules de rechange)
- ~ 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- ~ Des lingettes humides du type Calinette, Bebisol... au cas où...
- ~ 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement : marque Packtowl (existent en 4 tailles)
- ~ Maillot de bain
- ~ Boules Quiès (facultatif)
- ~ Papier toilette - crème solaire et stick à lèvres
- ~ Crème solaire
- ~ Des petits sacs pour les détritres et sacs plastique pour protéger vos vêtements de la pluie à l'intérieur de votre sac
- ~ Du fil pour étendre le linge (pratique)
- ~ Un coupe vent car au Cap-Vert ça peut souffler ! (traversée en bateau notamment)

Photos/vidéos :

Si vous apportez une caméra, nous vous recommandons d'emporter avec vous suffisamment de batteries et un système de recharge que vous pourrez généralement utiliser dans les hébergements.

Appareil numérique : Nous recommandons d'acheter des batteries très longue durée. Idem pour les cartes de mémoires, prendre une (ou plusieurs) carte de grande capacité (4 Go) et pas seulement 5 photos comme sont souvent équipés les appareils photos numériques à la vente.

NB. Il vaut mieux prendre 2 cartes mémoires de 4 Go plutôt qu'une carte de 8 Go. Comme le proverbe le dit si bien : il ne faut pas mettre tous ses œufs dans le même panier.

Pharmacie personnelle

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

- ~ Vos médicaments habituels
- ~ Anti-douleur (doliprane, aspégic...)
- ~ Anti-inflammatoire (crème et comprimés)
- ~ Antispasmodique
- ~ Anti-diarrhéique
- ~ Antiseptique intestinal
- ~ Anti-vomitif

- ~ Pansements et antiseptiques (bandages, sparadraps et elastoplaste...)
- ~ 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 ?

L'ensemble de vos affaires pour votre séjour doit être réparti comme suit : 1 bagage de 20kg et 1 bagage de 5kg

Votre bagage de 20 kg est votre bagage principal qui voyagera en soute. Afin de faciliter les transports, il est préférable d'utiliser un sac à dos ou une valise soute. Ce sac doit contenir les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée. Vous les retrouverez le soir après votre journée d'excursion.

Nous vous conseillons d'enregistrer votre bagage dès le départ jusqu'à la destination finale. Il est risqué de récupérer votre bagage lors du transit, car vous prenez le risque de manquer la correspondance.

Votre bagage de 5kg est celui que vous gardez en cabine mais également durant les excursions. Un petit sac à dos de randonnée est donc préférable. Ce sac doit contenir les affaires indispensables pour la journée : gourde, appareil photo, etc. Il ne doit pas être volumineux et doit contenir ce qui est lourd et fragile et ce qui peut être utile entre le moment où vous enregistrez votre bagage à l'aéroport de départ et le moment où vous le récupérez à l'aéroport de destination.

En raison des retards fréquents de certains bagages aux aéroports du Cap-Vert, nous vous conseillons fortement d'emporter avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion. Prenez également les médicaments indispensables pour votre santé accompagnés de l'ordonnance, le reste de votre pharmacie personnelle pouvant être mis en soute. Nous vous rappelons que vous avez droit à un bagage à main, dont le poids ne doit pas excéder 5 kg.

En cas de retard ou perte des bagages, il est impératif de le signaler immédiatement auprès du service bagages du transporteur aérien ou de l'aéroport d'arrivée afin de remplir un formulaire officiel de déclaration de perte de bagage qui permettra d'entreprendre les recherches et servira à la réclamation. Il vous sera demandé les éléments suivants :

- ~ Numéro d'étiquette et descriptif des bagages
- ~ Coordonnées de l'agence locale (précisées sur votre convocation)
- ~ Coordonnées personnelles.

Il est impératif de garder le n° de déclaration de perte des bagages. Contacter également votre assurance personnelle (type assurance tranquillité proposée par Nomade Aventure) afin d'ouvrir votre dossier ce qui permettra d'activer votre droit (le cas échéant) au budget accordé pour acheter les produits de 1ère nécessité. Dans le cas d'une souscription à notre convention tranquillité, un budget de 152 € par personne est accordé. Vous aurez la possibilité d'acheter (sur place) des produits de 1ère nécessité : vêtements, brosse à dents, lampe de poche, etc

Si vous rencontrez un problème de bagages, nous espérons que cet incident n'altère pas votre bonne humeur pour le bien être de l'ensemble du groupe et que vous pourrez appréhender votre voyage dans un bon état d'esprit. Notre correspondant local continuera à relancer le service bagage de la compagnie pendant que vous serez en voyage en espérant que tout rentrera dans l'ordre le plus rapidement possible afin de vous les acheminer le plus rapidement possible.

Dès votre retour en France, nous vous invitons à contacter directement la compagnie aérienne afin de faire valoir vos droits. Lors d'une perte de bagage, vous disposez de 21 jours à partir de la date de récupération des bagages, et vous disposez de 3 à 7 jours s'il s'agit d'un bagage endommagé.

Quelques précisions concernant le vol de bagages :

Nomade-Aventure décline toute responsabilité concernant les vols, pertes ou destruction des bagages. Pour ceux ayant contracté une assurance convention « tranquillité », vos bagages sont garantis pour autant que les bagages soient sous la surveillance directe du bénéficiaire, dans sa chambre, remisés dans une consigne fermée à clé ou sous la garde d'un hôtelier en coffre.

NB : Nous vous rappelons que même si l'Afrique reste une destination sûre, il n'en est pas moins essentiel de bien veiller sur vos affaires personnelles durant le voyage. A ce titre, il nous paraît nécessaire de préciser qu'il ne faut jamais laisser votre passeport, argent, carte bancaire, appareils photos ou autres objets de grandes valeurs sans surveillance même si le véhicule est verrouillé à clef. Nomade Aventure ne serait en effet être tenus responsables des vols éventuels

survenus lors de votre séjour du fait de votre négligence.

On met quoi dans la valise ?

- ~ 1 chapeau
- ~ 1 foulard
- ~ 1 pull chaud
- ~ T-shirts
- ~ 1 short
- ~ 1 tenue de rechange confortable pour l'étape.
- ~ 1 paire de chaussures de randonnée légère tenant bien la cheville type Vibram ou similaire.
- ~ 1 paire de tennis, sandales ou chaussure de détente pour le soir.
- ~ 1 maillot de bain + 1 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

COVID :

Depuis le 15 septembre 2022, il n'est plus obligatoire, pour entrer sur le territoire capverdien ou pour circuler entre les îles, de présenter un certificat de vaccination contre la Covid-19, un certificat de rétablissement ou un document attestant la réalisation d'un test virologique ou antigénique avec résultat négatif.

PAPIERS :

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

Pour les mineurs voyageant seul ou avec un autre adulte, un passeport individuel est obligatoire quel que soit l'âge de l'enfant. A noter qu'un mineur voyageant sans ses parents devra également se munir d'une autorisation de sortie du territoire que vous pourrez obtenir auprès des services de votre préfecture de police.

A compter du 1er janvier 2019, les voyageurs français, belges et suisses n'ont plus besoin de visa pour visiter le Cap-Vert. Taxe aéroportuaire de 30 euros à payer sur place. Pour les autres nationalités, nous sommes à votre disposition pour vous accompagner dans vos démarches.

SANTE :

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.

Si vous n'y avez pas mis les pieds depuis longtemps, une petite visite chez le dentiste avant le départ est plus que conseillée !

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)
- . 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) ; 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 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.

LE PAYS

Us et coutumes

CONSEILS PRATIQUES POUR LES PETITS CADEAUX :

Le Cap Vert est un pays pauvre dans certaines régions. Tous dons de vêtements (légers et chauds), chaussures, fournitures scolaires, etc... seront très appréciés par les populations locales. En revanche, nous n'encourageons pas leur distribution aux enfants ou autres quémandeurs.... ce sont en effet autant d'incitations à la mendicité. Les stylos et autres fournitures scolaires, sont plutôt à remettre aux instituteurs des villages. Les médicaments que vous voudrez donner, sont à remettre aux infirmeries ou aux dispensaires, qui en assureront ensuite la distribution. Les vêtements peuvent être offerts en guise de remerciement suite à une invitation. Les bonbons sont à proscrire.

Climat

Avec son climat tropical chaud et sec, le Cap-Vert connaît deux saisons :

~ La saison des pluies entre Juillet et fin Septembre / début Octobre.

~ La saison sèche, meilleure période pour se rendre au Cap-Vert est entre Octobre et Juin .

Le Cap-Vert appelé aussi "Les îles au vent" est doté d'un vent particulièrement présent entre décembre et mars.

Faune et flore

Le Cap-Vert offre une flore variée : pâturages et zones cultivées (cocotier, papate douce, sorgho, café, banane, maïs, café, vigne, manioc...), savane semi-désertique, acacias, dragonnier des Canaries (une plante d'altitude qui ressemble à un grand parasol pouvant parfois atteindre 20 m de hauteur).

On trouve également beaucoup d'animaux domestiques, introduits par les Portugais. Ils se sont développés au détriment des espèces sauvages. Il reste des singes dans les montagnes, des reptiles (lézards, tortues géantes de l'île de Maio) et plus de 70 espèces d'oiseaux, dont le balbuzard, un oiseau marin, l'albatros du Cap-Vert (pufino) ou l'alouette de Raso.

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.

Télécommunications

Le guide et/ou chauffeur est muni d'un moyen de communication pour joindre rapidement les secours en cas de besoin.

Décalage horaire

Le Cap-Vert est à GMT -1, c'est à dire :

~ en été : il a trois heures de décalage (quand il est 12h00 en France, il est 09h00 au Cap-Vert).

~ en hiver : il a deux heures de décalage (quand il est 12h00 en France, il est 10h00 au Cap-Vert)

Electricité

Elle est fournie par le Portugal. Les prises de courant sont les mêmes qu'en France (220 volts). Les coupures d'électricité sont fréquentes, y compris à Praia, la capitale.

Bibliographie

~ Les îles du Cap-Vert - M.P de Pina - Editions Khartala

~ Guide des îles du Cap-Vert - P. Sorgial - Editions Sorgial

~ Le Moulin et le Pilon - N. Cabral - Editions l'Harmattan

~ Guides Olizane « Découverte » - Cap-Vert – Editions Olizane

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'emportez 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 • 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 • Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit & Caution (RCS Paris 380 810 283).
