

SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE

Ile d'Afrique centrale

dans le golfe de Guinée

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… INDEX

Cliquer sur l'icone situé en haut et à gauche pour revenir au menu

	PAGES
CARTE ET UNE PAGE DE GEOGRAPHIE ET SITUATION	3-5
UNE PAGE D'HISTOIRE & LES ROÇAS	6-9
UN LODGE PRES DE DIOGO VAZ	10-11
LA ROCÃ DIOGO VAZ	12-13
LE JARDIN BOTANIQUE BOM SUCESSO	14-15
LA CASCADE DE SÃO NICOLAU	16
LA ROÇA MONTE CAFÉ	17-21
LA CAPITAL SÃ0 TOMÉ /FORT SEBASTIÃO/ UN JOUR DE MARCHE	22-32
LA PECHE ET UN VILLAGE DE PECHEUR	33-35
La ROÇA DE CLAUDIO CORALLO	36-38
MOMENT DE CONVIVIALITE A LA RIVIERE	39
LA CASA MUSEU ALMADA NEGREIROS /RESTAURANT	40-42
CASE A TRINDADE	43
LA BOCA DO INFERNO PRES AGUA IZÉ	44
HOTEL CLUB SANTANA RESORT & BEACH	45-50
ROÇA SÃO JOÃO DOS ANGOLARES	51-55
LE PICO CÃO GRANDE	56
EXPLOITATION DE PALMIERS A HUILE	57
PORTO ALEGRE	58-60
ILOT DAS ROLAS	61-64
CONCLUSION	65
INFORMATIONS UTILES	66
CARNET D'ADRESSES	67-68

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… CARTE ET UNE PAGE DE GEOGRAPHIE



SITUATION DES ILES SÃO TOMÉ-ET-PRINCIPE

L'archipel de São Tomé-et-Principe est situé à 300 km des côtes africaines du Gabon et dans le golfe de la Guinée équatoriale. Il y a également une dizaine d'îlots.

L'île de São Tomé est éloignée de 152 km de celle de **Principe**.

São Tomé est situé au point zéro sur le GPS avec le méridien principal à seulement 6 degrés à l'ouest et l'équateur traverse l'île. *La matérialisation de l'équateur se situe sur l'île de Rolas qui est un îlot du sud de São Tomé*.

La superficie de **São Tomé** est de 1001 km^2. Elle mesure 48 km de long et 32 km de large. Son pourtour est de 209 km.

Quant à **Principe**, l'île est beaucoup plus petite. Elle mesure 16 km de long sur 6 km de large.

Ces deux îles montagneuses sont d'origine volcanique. Le sommet le plus élevé « le pico Gago Coutinho» situé sur l'île de São Tomé atteint 2024 m, c'est un volcan bouclier, c'est-à-dire qu'il *fait des éruptions effusives produisant des coulées fluides*. Les forêts intérieures sont très denses et inextricables.
Le sommet le plus haut sur **l'île de Principe** est de 950 mètres d'altitude.

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… SITUATION DE L'ILE SUR LE GPS



São-Tomé est situé au point zéro sur le GPS avec le méridien de Greenwich à seulement 6 degrés à l'ouest et l'équateur traverse l'île. ***La matérialisation de l'équateur se situe sur l'îlot das Rolas au sud de l'île de São-Tomé.***

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE…



Les ressources de ces îles proviennent de la pêche et l'énergie hydroélectrique. Mais, également, des fèves de cacao au sein des plus grandes plantations de l'archipel. Le meilleur chocolat est fabriqué sur l'île de São-Tomé.

Le tourisme, essentiel pour le développement de l'île, représente 25% du PIB.

CARTE & UNE PAGE DE GEOGRAPHIE (suite)

LE CLIMAT

Cet archipel possède un climat tropical humide et les températures varient peu, à savoir de 25° à 30°. En haute altitude, la température est de 20°. Il y a deux saisons sèches, et deux saisons humides.

Les périodes les plus humides se déroulent d'avril à début mai et d'octobre à novembre. Les averses sont alors violentes, mais de durée limitée. Le ciel est plus lumineux. Les précipitations varient du nord au sud, et selon le versant ; sur le versant sud il tombe jusqu'à 5000 mm de pluie par an, alors que dans le versant nord et la capitale São Tomé les pluies sont plus rares, et il pleut en moyenne 900 mm par an.

La saison sèche est appelée « **la gravaninha** » du 1er janvier jusqu'à début juin, période la plus chaude, et « **la gravana** » de début juin à début septembre, période également un peu plus fraîche.

Sur l'île de Principe la saison sèche est plus courte et s'étend de mi-juin à mi-septembre.

LA FAUNE ET LA FLORE

Ces îles possèdent 700 espèces de plantes, les plus menacée de l'UICN, dont 200 orquideas.
135 espèces d'oiseaux vivent sur ces îles, dont beaucoup sont endémiques et n'existent nulle part ailleurs.
De nouvelles espèces apparaissent chaque année, comme la musaraigne de Principe en 2015.

La nature est vierge, l'air sur ces îles est le plus pur au monde. Il n'y a pas de tourisme de masse, c'est une des régions les moins visitées au monde.



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... UNE PAGE D'HISTOIRE

A L'ORIGINE, CET ARCHIPEL DANS L'OCEAN ATLANTIQUE ÉTAIT INHABITE.

Vers 1473, Rui de Sequeira découvre l'île de Principe. Alors que le **21 décembre 1474**, l'île de São-Tomé est exploré le jour de la Saint-Thomas par les navigateurs portugais João de Santarém et Pecho Escobar, d'où son nom de São Tomé.

En 1484, Jean II du Portugal donne aux juifs de son royaume l'ordre, soit d'être baptisés, soit de coloniser l'île de São-Tomé et d'y épouser des femmes noires.

En 1485, les portugais remontent le fleuve sur 200 km à l'intérieur du royaume Kongo, et construisent le fort Saint-Georges-de-la-Mine.

PREMIERE COLONISATION

En 1486, c'est la tentative de colonisation de l'île sous la direction de João de Paiva. Cependant, les conditions climatiques sont extrêmement difficiles à cause du paludisme et cette 1ère colonisation échoue. Les premiers colons reçurent l'ordre de planter de la canne à sucre contre l'obtention de concessions foncières.

En 1493, la gestion de peuplement de l'île de São-Tomé est accordée à un portugais Alvaro Caminha ***qui*** *est autorisé à coloniser cette* île avec *des condamnés de droit commun ou des prostituées*.

EXPULSION DE JUIFS D'ESPAGNE

La signature du décret de l'Alhambra par les rois catholiques de Grenade le **31 mars 1493** ordonne l'expulsion des juifs de Castille et d'Aragon *qui refusent de se convertir au catholicisme*.

Après le décret de l'Alhambra de 1493, ce sont 24320 juifs espagnols « sefarades » qui fuient au Portugal.

.../...



UNE PAGE D'HISTOIRE (suite)

DEUXIEME COLONISATION

Lors de la deuxième tentative de colonisation dirigé par **Alvaro de Caminha** en 1493 des criminels appelés « *degradados* » accompagnaient les 2000 enfants juifs espagnols séparés de leurs familles pour non paiements de taxes.

La mortalité y était importante à cause du paludisme. Sur les 2000 enfants juifs déportés sur ces îles, seuls 600 étaient encore en vie en 1499, et seulement 60 enfants en 1532 avaient survécu.

Alvaro de Caminha arriva à sauver 60 bambins en les envoyant avec des nurses africaines à Principe et Rio Reale.

DECRET D'EXPULSION DES JUIFS NON CONVERTIS SIGNE AU PORTUGAL

Le 5 décembre 1496, l'édit d'expulsion des juifs du Portugal à été signé par **le roi Dom Manuel 1er** sous la pression des espagnols *(il est marié à une princesse des Asturies)*.· L'édit se transforma **en 1497** en conversion de force au christianisme sous peine d'expulsion.

Certaines familles juives en protestation de ce décret refusèrent de payer des impôts. Sur ce prétexte, ces familles juives opposantes furent déportés du Portugal vers l'île de São Tomé. Chaque nouvel arrivant blanc se voyait attribué une esclave.

En 1514, **Manuel 1er** oblige les propriétaires à baptiser leurs esclaves, avec des noms chrétiens. Leur accord ne leur donnait droit qu'à une relative liberté. Ceux-ci étaient alors autorisés à travailler pour leurs propres comptes un jour par semaine. Les métis, et les affranchis (ainsi que leurs mères) sont déclarés libres pour pallier l'immigration défaillante.

En 1517, les esclaves noirs qui ont accompagné les premiers colons sont affranchis, ce sont « *les forros* » et leurs descendants « *les mestiços* ».

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... UNE PAGE D'HISTOIRE (suite)



DEVELOPPEMENT D'IMPORTANTES PLANTATIONS SUCRIERES

En 1529, les colons ont enfin pu exporter du sucre. **En 1554**, l'île comptabilisait 60 petits moulins.

En 1530, les importantes plantations sont surtout installées dans le nord de l'île. Le sucre de São-Tomé est quatre fois moins cher que celui de Madère, en cause le climat équatorial qui empêche le sucre de sécher totalement.

PASSE COLONIAL DU XVI^{ème} SIECLE AU XIX^{ème} SIECLE

Les Portugais se sont servis de l'île comme tremplin pour expédier les esclaves vers les Amériques. Cinq mille esclaves sont restés parfois des années sur l'île en attente de leurs déportations.

En 1554, l'île est peuplée de 1 200 blancs et 2 000 esclaves. Dès le XVI^{ème} siècle, les nouveaux esclaves vont, dès que possible, fuir dans les montagnes. Les révoltes deviennent de plus en plus fréquentes. **En 1595**, ils vont détruire les plantations de canne à sucre.

DEVELOPPEMENT AUX XIX^{ème} et XX^{ème} SIECLES

En 1876, l'esclavage est aboli, ce qui à comme conséquence une pénurie de main-d'œuvre dans les plantations. Des travailleurs contractuels sont amenés d'Angola, du Cap-Vert et du Mozambique. L'économie s'est diversifiée avec la production de cacao et du café. Une trentaine de roças (plantations) s'est développée. Celles-ci possédaient l'électricité, l'accès aux soins, et le chemin de fer.

En 1913, l'archipel est devenu le 1er producteur de cacao au monde. Cependant, suite au désintérêt des portugais pour ces îles, le déclin est inévitable.

En 1951, l'archipel accède au statut de province Ultramarine de l'Empire colonial portugais.

A la fin des années 1960, des manifestations nationalistes accompagnées de massacres se développent.

En 1970, le dictateur portugais **António de Oliveira Salazar** est mort. **En 1973,** des élections constituantes se sont déroulées. Le régime salazariste n'est renversé qu'en avril 1974.

Un accord est signé à Alger le 26 novembre 1974 accordant l'indépendance aux îles São Tomé-et-Principe à compter du 12 juillet 1975. Les plantations de cacao sont nationalisées et plusieurs milliers de portugais émigrent vers le Portugal.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… UNE PAGE D'HISTOIRE / LES ROÇAS (suite)

La culture du café a été introduite à São Tomé en 1787 et celle du cacao en 1822, après l'abandon de la culture de canne à sucre au profit du Brésil ; cette dernière était jusqu'alors la seule culture produite et exportée de l'île.

DEVELOPPEMENT DES PLANTATIONS / LES ROÇAS

Les roças « ou propriétés rurales » ont été implantées avec les nouvelles cultures de café au 19ème siècle, elles vont contribuer au développement du Portugal. A la fin du XIXème siècle et au début du XXème siècle, il y avait 150 plantations (ou rocãs ; *« roçar signifie défricher en arrachant les bois, les épines et prêt à semer »*).

La main-d'œuvre provenait de divers pays africains, à savoir l'Angola, la Guinée Bissau, le Mozambique, le Cap-Vert, le Benin, le Congo et la Sierra-Leone.
A partir de 1875, la main-d'œuvre fut salariée.

➢ DESCRIPTION DES ROCÃS

Il existait trois sortes de rocãs : la rocãa-terreiro, la rocã city et la rocã atypique.

Toutes les rocãs étaient construites selon le même modèle, avec une maison principale et son balcon porche qui avait vue sur le domaine, celle-ci était habitée par un administrateur, le propriétaire habitait la plupart du temps au Portugal. Son emplacement stratégique permettait le contrôle de l'exploitation. Puis, la cour était l'espace commun aux domestiques, la zanzala (en bantoue signifie lieu où l'on habite) quant à elle était d'abord destinée aux esclaves avant de désigner le quartier des domestiques. L'ensemble était complété avec des ateliers, les séchoirs. Certaines importantes plantations possédaient leur hôpital, leur crèche et leur jardin botanique.
L'ensemble de la propriété était entouré de voies ferrés (aujourd'hui à l'abandon) qui facilitaient le transport des produits jusqu'à un port pour les plantations en bordure de mer.

En 1970, 28 roças privées constituaient 80 % des terres cultivées, 11000 petits propriétaires se partageaient les 20 % restantes. En 1975, les plantations de plus de 200 ha ont été nationalisées, suite à la promulgation d'un régime marxiste.



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... VUE DEPUIS UN LODGE près DIOGO VAZ



Panorama près de Diogo Vaz sur **la côte ouest.**
Village traditionnel, plage de sable fin et végétation luxuriante qui borde le littoral

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… UN LODGE près DIOGO VAZ (suite)





Sur la côte ouest de l'île,
vue du restaurant du lodge







Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… LA ROÇA DIOGO VAZ



La richesse de la terre volcanique et le climat de São Tomé produisent un cacao d'exception unique au monde. En 1910, São Tomé est le premier producteur mondial de cacao avec une récolte de 35 000 tonnes. L'île est alors dénommée « l'île chocolat ».

LA PLANTATION DE CACAO DIOGO VAZ se situe sur la côte ouest de l'île à Diogo Vaz. Sa plantation s'étend sur 240 hectares et perdure depuis 140 ans. Le début de cette plantation remonte à 1880.

Il sélectionne les variétés et travaille les assemblages, il adapte les techniques en fonction du cacao utilisé.

Il développe également l'éducation des enfants, en faisant de la formation professionnelle.

En 2022, il fut 2ème au concours international des chocolats élaborés à l'origine (AVPA 2022, et en 2023, il fut 3ème à ce même concours.



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA ROÇA DIOGO VAZ (suite)



➢ Les différentes étapes de la fabrication du chocolat - de la culture du cacaoyer au chocolat

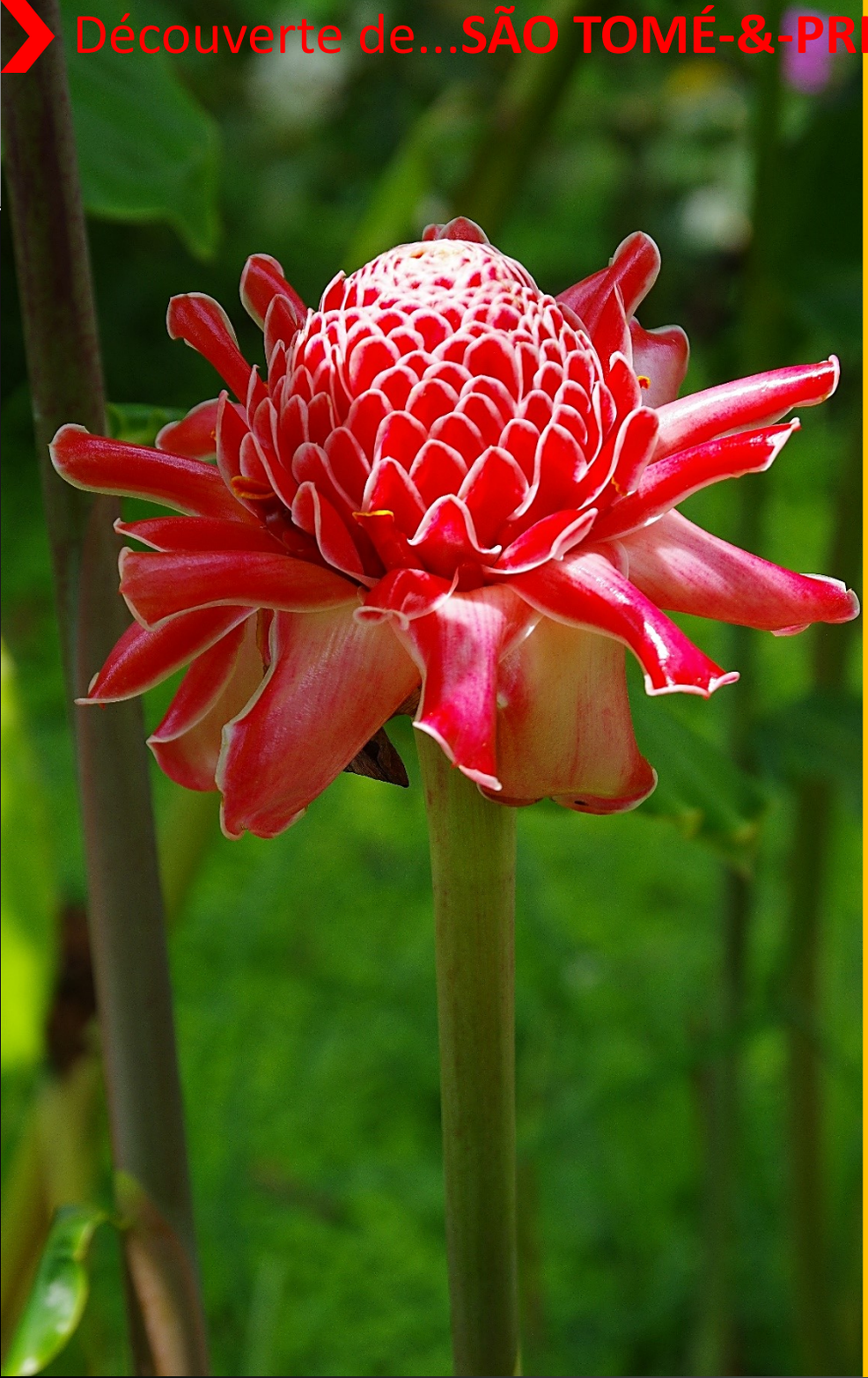
Le cacaoyer est un arbre tropical très exigent, qui ne pousse que dans les zones chaudes et humides, où il peut atteindre 15 mètres de haut. Après 6 mois de maturation, les cabosses qui poussent sur le tronc de l'arbre « en botanique, phénomène de cauliflorie » sont récoltées et brisées (écabossage) pour extraire les fèves de cacao et la pulpe blanchâtre qui l'entoure. Elles sont ensuite entreposées dans des paniers pendant 1 semaine pour arrêter la germination. Puis fermentation, et séchage pendant 14 jours sur des grandes plateformes. La torréfaction suit pendant 30 mn entre 100° et 140°, ainsi que le concassage, le broyage, le malaxage pendant environ 20 heures et un deuxième broyage...

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LE JARDIN BOTANIQUE BOM SUCESSO



Ce jardin botanique de Bom Successo dans le centre nord de l'île possède de nombreuses plantes endémiques et importées par les portugais

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… LE JARDIN BOTANIQUE BOM SUCESSO (suite)



Le jardin botanique BOM SUCESSO est en évolution constante depuis 1997.

Il est situé à 1153 mètres d'altitude, **au centre-nord de l'île de São Tomé, près de la cascade São Nicolau, du lac de cratère Amélia et de la roça Monte Café.**

C'est également une étape pour l'ascension du point culminant de l'île.

Il a été créé avec des financements de l'Union Européenne dès 1994, afin de mettre en valeur la richesse de la flore de l'île et du parc national de l'Obo.

En 2007, le nombre de plantes cultivées s'élevait à 574 espèces d'arbres, de plantes, et de fleurs, dont de nombreuses espèces rares. L'herbier en réunissait 238. Vous y trouverez de nombreuses espèces endémiques. Certaines espèces ayant disparu sont réintroduites.

Dans l'herbier, de nombreuses espèces d'orchidées sont cultivées.

Il se visite depuis 2006. Les entrées sont gratuites cependant vous pouvez faire un don pour participer à l'entretien de ce jardin botanique.



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… LA CASCADE DE SÃO NICOLAU

La cascade de São Nicolau est située dans **le centre nord de l'île**, près de la roça Monte Café, et du jardin botanique Bom Sucesso, au milieu d'une zone luxuriante.

Avec ses 30 mètres de haut, c'est la plus haute de São Tomé.

Elle se situe au bout d'une piste praticable avec ponts au-dessus et au pied de la cascade. Environ 20 mètres de marche sont nécessaire pour l'atteindre.





Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… LA ROÇA MONTE CAFÉ



C’est Manuel Pedreira qui avait développé en 1858 la culture de café et du cacao au XIX^{ème} siècle sur le site de Monte Café. **Cette ancienne plantation** se situe **dans le centre-nord** de l’île São Tomé, **près du jardin botanique et de la cascade São Nicolau.**

C’est l’une des plus grandes et anciennes plantations de l’île.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA ROÇA MONTE CAFÉ (suite)







Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… LA ROÇA MONTE CAFÉ (suite)



La plantation de Monte Café, située à 670 mètres d'altitude, s'est bien développée, notamment grâce à la terre volcanique et au climat propice au développement des caféiers, et cacaoyers, à savoir pluie en hiver, plus rare en été. On y trouvait les structures traditionnelles de ces exploitations, à savoir la maison principale et son balcon porche, la cour (espace commun aux esclaves, puis aux domestiques), la sanzala (lieu d'habitation des ouvriers), les ateliers, séchoirs à café, le four, des wagonnets pour le cacao, mais également un hôpital, une crèche, une école, etc...

Cette exploitation abrite de nos jours un musée dédié à la caféiculture, dans l'ancienne maison principale, dans les entrepôts, et dans les ateliers. Il vous y sera expliqué la fabrication du café depuis la sélection du café jusqu'à la torréfaction. **Il ne faut cependant pas transformer toutes ces exploitations en musée, mais en lieu de vie. Il a fallu beaucoup d'investissement pour restaurer cette ancienne propriété, qui était à l'abandon.**

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA ROÇA MONTE CAFÉ (suite)



De nos jours, la production se fait à petite échelle, en coopérative et emploie environ 60 personnes, alors que la roça faisait vivre 600 employés avant 1975.

La CECAFEB (*coopérative de exportaçãs de **café** biológico*) a été créée en 2010 regroupe 227 petits producteurs sur une superficie de 220 ha en partenariat avec **l'entreprise française Malongo**.

La CECAB (*coopérative de exportaçao do **cacau** bilógico)*, quant à elle regroupe 36 associations et plus de 2 000 membres sur le site de **Monte Forte** en partenariat avec un chocolatier « kaoka ».

Elle est indépendante financièrement.

LA ROÇA MONTE CAFÉ (suite)









Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA CAPITALE SÃO TOMÉ



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… LA CAPITALE SÃO TOMÉ (suite)

La ville de São Tomé est devenue la capitale en 1975, suite à la signature d'indépendance de l'île. Elle se situe sur la côte nord-est de l'île, autour de la baie Ana Chavez, qui fut découverte par les Portugais en 1485.

Elle s'est développée autour de sa cathédrale Notre-Dame-de-Grâce, qui fut bâtie au XVI^{ème} siècle.

Le fort São Sebastião, quant à lui, fut construit dès 1575 comme siège de la défense maritime coloniale. C'est actuellement un musée national.

L'île comprend environ 223 107 habitants, dont environ 71 800 habitent dans la capitale.

La capitale est aussi une ville portuaire, mais les fonds marins sont peu profonds. Des barges permettent de récupérer les conteneurs.

La ville se situe non loin de l'aéroport international de São Tomé.









Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA CAPITALE SÃO TOMÉ (suite)



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LE BORD DE MER DE LA CAPITALE (suite)



Au moment de l'indépendance en 1975 un drapeau fut choisi :
- le rouge symbolise la guerre et d'indépendance
- les 2 étoiles représentent les 2 îles . São-Tomé & Principe

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LE FORT SÃO SEBASTIÃO



Le fort São Sabastião fut érigé en 1575 dans le port de la capitale São Tomé.
Il abritait à l'origine le commandement de Défense maritime coloniale et fut transformé en musée le 22 mai 1975, au moment de l'indépendance.

Le musée a pour objet de mettre en valeur l'histoire locale, les origines tant africaines que portugaises de ces îles.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LE FORT SÃO SEBASTIÃO (suite)

Le fort São Sabastião fut érigé au XVI^{ème} siècle, pour protéger la ville de São Tomé des attaques de pirates.

Le phare, quant à lui, ne fut construit qu'en 1929 et mesure 6 mètres de haut. Il fut édifié pour faciliter la navigation et la protection des côtes rocheuses des îles de l'archipel.
C'est l'un des plus anciens de l'île. Il se visite en même temps que le musée.



Forte de São Sebastião,
Avenida Marginal 12 Julho,
São Tomé,
Sao Tomé-et-Principe

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LE MUSEE DU FORT SÃO SEBASTIÃO (suite)











Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LE FORT SÃO SEBASTIÃO (suite)



Vue du bord de mer depuis le fort São Sebastião
qui domine la baie Ana Chaves et le port

UN JOUR DE MARCHE A SÃO TOMÉ



La musique et la danse font partie intégrante de la culture des santoméens ; La musique, quant à elle, est la synthèse des rythmes des pays lusophones et africains.

LA MUSIQUE

La matacumbi ou **socopé** *(so com o pé – seulement avec les pieds)*, chantée en lungye est une musique lente ou rythmée née de l'apport de musiques extérieures et enrichie d'autres musiques venant de l'Angola (semba), du Brésil (samba), du Congo (rumba), et capverdiennes.

LES DANSES

Le Tchiloli, tradition originale de théâtre transmise par des colons, rythme toutes les grandes fêtes catholiques (religion principale des santoméens). La Danse Congo ou Danse du Capitaine est la plus populaire. **La Puita** est une danse en hommage aux défunts. Le Djambi est un rituel aux pouvoirs curatifs...



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... UN JOUR DE MARCHE A SÃO TOMÉ (suite)







Les santoméens sont très aimables et souriants.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... UN COUTURIER A SÃO TOMÉ (suite)

Ce santoméen installé près de la cathédrale de la capitale São Tomé crée et fabrique des vêtements colorés, devant son échoppe.



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA PÊCHE / UNE ACTIVITE ARTISANALE



La pêche est une activité fructueuse grâce aux eaux poissonneuses.
Les pêcheurs partent à l'aube et au retour vendent leur pêche aux habitants santoméens qui les attendent sur les plages du littoral et dans les petits ports qui sont approvisionnés chaque jour.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA PECHE /UNE ACTIVITE ARTISANALE (suite)





LA PECHE EST ARTISANALE

La pêche est la principale activité et source de revenus des populations côtières.

Environ 15 % de la population exerce cette activité artisanale qui représente 25 % du PIB de ces îles. 3000 pêcheurs naviguent jusqu'à 4 km des côtes.

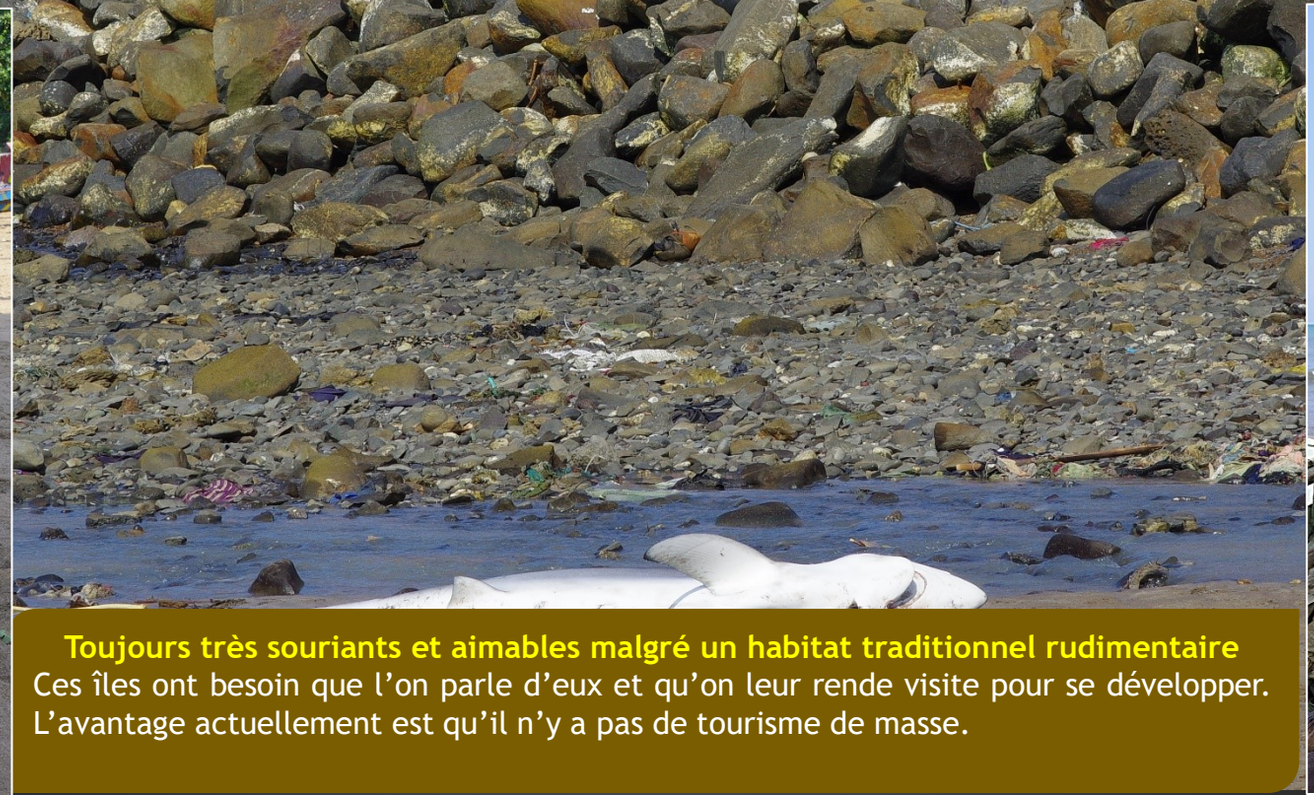
Une dizaine de petits armateurs assurent une pêche semi-industrielle et 3500 mareyeuses commercialisent le poisson frais.

Ce secteur d'activité a besoin d'un développement. Leurs embarcations et le matériel de sécurité a besoin d'être modernisé.

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… UN VILLAGE DE PECHEURS









Toujours très souriants et aimables malgré un habitat traditionnel rudimentaire

Ces îles ont besoin que l'on parle d'eux et qu'on leur rende visite pour se développer. L'avantage actuellement est qu'il n'y a pas de tourisme de masse.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE…

Claudio Corallo est un florentin né en 1951, qui s'est spécialisé en agronomie tropicale à Florence. Il est arrivé sur « **l'île chocolat** » *nom donné à l'île de São Tomé* à la fin de l'année 1990, avec femme et enfants en provenance du Zaïre où il avait créé deux plantations de caféiers. Il a acquis la nationalité Santoméenne depuis.

Sa vraie passion est le café et non le chocolat, bien qu'il excelle dans cette activité. Sa renommée dépasse l'île de São-Tomé-&-Principe, car il est considéré comme l'un des meilleurs chocolatiers au monde, par les chefs internationaux.

Il possède **une plantation de cafés comprenant 3 différentes variétés d'arabica à Nova Moca sur les hauteurs de São-Tomé** et **une plantation de cacaoyers sur l'île de Principe sur un terrain niché contre le flanc à la roça Terreiro Velho, à côté de caféiers d'exception**, qu'il a créé au départ par simple intérêt botanique.

Son chocolat est issu des meilleures fèves de cacao provenant de sa plantation de Terreiro Velho à Principe. Les fèves sont torréfiées, puis le chocolat est fondu. Il fait redécouvrir le vrai goût du cacao, **sans sucre ajouté.**



Il transforme environ 1,5 tonnes de cacao de sa fabrique de chocolat. Les fèves sont exportés en quasi-totalité à l'état brut.

Son exploitation et son entreprise compte 300 employés exclusivement santoméens.

www.claudiocorallo.com

LES PLANTATIONS DE CLAUDIO CORALLO



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LES PLANTATIONS DE CLAUDIO CORALLO (suite)



La véritable passion de Claudio Corallo est
la culture du café et non celle du chocolat

LES PLANTATIONS DE CLAUDIO CORALLO (suite)

Claudio Corallo cultive aussi du poivre, de la vanille et distille de la pulpe de cacao en faisant macérer quelques fèves.

Cependant sa véritable passion est celle du café. Il produit trois variétés d'espèces rares d'Arabica. De plus sur Principe, il cultive du libérica, une variété de café ancienne et presque totalement disparue, qu'il utilise dans sa conception de chocolats d'exception. Il ne cultive que de la qualité, c'est la raison pour laquelle son chocolat se vend cher. Il faut compter 14,50 € la tablette de chocolat de 130 g. Le prix de l'exception, de l'excellence et du dur labeur.

http://claudiocorallo.com
info@claudiocoralloshop.com
Tel. (+239) 9916815
Boutique : Avenida Marginal, 12 de Julho
978 SÃO-TOMÉ



Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… MOMENT DE CONVIVIALITE A LA RIVIERE



Pendant que les hommes sont partis à la pêche, les femmes et leurs jeunes enfants vont laver le linge à la rivière.

Les femmes aiment se retrouver ensemble à la rivière, pour effectuer cette tâche ménagère qu'elles peuvent effectuer chez elles.

LA CASA MUSEU ALMADA NEGREIROS



LA CASA MUSEU ALMADA NEGREIROS (suite)





Joaquim Victor, fils de Saudade, est le mentor de **la maison-musée Almada Negreiros** qu'il a restauré. Elle est dédiée à la famille d'artistes Almada Negreiros. Située dans une vieille case coloniale de la roça Saudade, à Trindade, au milieu d'une végétation luxuriante, en direction du centre-nord de l'île, **ce restaurant est devenu l'un des meilleurs de l'île.**

La mère Elvira Sobra de Almada Negreiros était une riche métisse de Santomean. Son mari était António Lobo de Almada Negreiros, né à aljustrel au Portugal, lieutenant dans la cavalerie, journaliste, écrivain, essayiste et franc-maçon, et administrateur de la municipalité de São Tomé.

Dans cette roça est né le 7 avril 1893 (décédé le 15 juin 1970) le fils ainé **Almada Negreiros**. Il vécu ses premières années sur île avant de partir pour Listonne.

En plus du restaurant, le 2ème meilleur de l'île, et du musée, vous y trouverez également 2 chambres d'hôtes.

Restaurant la Casa Museu Almada Negreiros
Roça Saudade – Trindade
www.facebook.com/casamuseoalmadanegreiros/
Casamuseu.almadanegreiros@gmail.com
Tel. (239) 991 6172

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LA CASA MUSEU ALMADA NEGREIROS (suite)



Salle du restaurant Casa museu Almada Negreiros

Découverte de...**SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE**... **CASE A TRINDADE**



LA BOCA DO INFERNO PRES D'AGUA IZE



Près d'Agua Izé, sur la côte est, à 30 km au sud de la capitale, la mer s'engouffre en furie entre les roches volcaniques du bord de mer.

C'est une grotte naturelle dénommée **« boca do inferno »**. Les vagues se fracassent sur les roches basaltiques et éclaboussent la roche. Le spectacle est là, lorsque la mer est houleuse.

« Une légende raconte que Boca do Inferno est une masse de roche basaltique, qui serait liée à la capitale du Portugal, et dont le voyage ne devrait prendre que quelques minutes ».



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... HOTEL CLUB SANTANA BEACH & RESORT



L'hôtel CLUB SANTANA BEACH & RESORT**** est situé sur la côte est de l'île, à 25 km de l'aéroport international (30 mn) et à 15 km au sud de la capitale São Tomé (20 mn).

Il se compose de **31 bungalows de taille standard de 32 m², et de 42 m² pour les familles.** Construit en partie dans un jardin tropical, **14 bungalows offre une belle vue mer**.

La restauration est de très bonne qualité, les repas sont servis à table sur une terrasse couverte, à l'exception du samedi où un buffet est proposé animé par un chanteur local et des danseurs.

Club Santana Beach & Resort est le meilleur hôtel de l'île, de part sa situation et la qualité de ses services.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... HOTEL CLUB SANTANA BEACH & RESORT (suite)





14 bungalows sont situés face à la mer





Salle à manger du soir

La cuisine du restaurant est réputée, car des produits frais sont proposés tous les jours. Les fruits et légumes sont cultivés sur place ou achetés sur les marchés locaux. De même, il est servi du poisson du jour.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... HOTEL CLUB SANTANA BEACH & RESORT (suite)



Salle de restaurant du midi et bar

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... HOTEL CLUB SANTANA BEACH & RESORT (suite)



La piscine face à la mer est alimentée avec de l'eau de mer

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... HOTEL CLUB SANTANA BEACH & RESORT (suite)



L'hôtel Santana est bordée d'une plage de sable blanc d'une longueur de 400 mètres. Il est protégé par une végétation paysagée luxuriante.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... ROÇA SÃO JOÃO DOS ANGOLARES



Cette magnifique propriété est un hôtel de charme en écotourisme

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… ROÇA SÃO JOÃO DOS ANGOLARES (suite)

São João dos Angolares, petite cité portuaire, doit son nom au naufrage d'un bateau négrier en provenance de l'Angola au XVI^{ème} siècle qui libéra des centaines d'esclaves qui se sont réfugiés dans cette zone de l'île.

La roça São João dos Angolares est une ancienne plantation coloniale qui exploitait à l'origine de café et du cacao. Cette propriété située sur les hauteurs d'Angolares offre un beau panorama sur la mer, et a été transformée en hôtel de charme, en écotourisme. Toutes les chambres s'ouvrent sur une véranda, et ont une décoration simple.

João Carlos Silva a hérité la propriété de son père. En tant que peintre et sculpteur, il y expose certaines de ses œuvres. C'est également un très bon chef cuisinier qui prépare des repas gastronomiques à des prix abordables.





Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... ROÇA SÃO JOÃO DOS ANGOLARES (suite)





João Carlos Silva expose certains de ses œuvres picturales et ses sculptures



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... ROÇA SÃO JOÃO DOS ANGOLARES (suite)



La salle de restaurant

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… ROÇA SÃO JOÃO DOS ANGOLARES (suite)

Tous les employés de son restaurant gastronomique sont issus des angolares les plus défavorisés de l'île. Il faut savoir que 30 % des habitants de São Tomé vivent au-dessous du seuil de pauvreté.

Les produits sont cultivés sans pesticides et proviennent de la plantation. Les poules et canards sont élevés sur ses terres.

Sa cuisine gastronomique est une fusion de la cuisine traditionnelle santoméenne et multiculturelle.

C'est le meilleur restaurant de l'île.







Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... LE PICO CÃO GRANDE



Le pico Cão Grande ou « pic du grand chien », situé au centre sud de l'île de São Tomé, sert de boussole aux habitants.

C'est un pain de sucre, cheminée magmatique dont le neck est dégagé par l'érosion. Il culmine à 663 mètres d'altitude et à environ 300 mètres au-dessus des terres environnantes.

Plusieurs équipes ont grimpé jusqu'au sommet. La première ascension aurait eu lieu en février 1991, et fut réalisée par Yosuke Takahashi, Kenichi Moriayma et Naotoshi Agata.
Le 11 août 2019, les premières femmes à escaler ce pic jusqu'au sommet sont américaines : Sasha DiGiulian, Savannah Cummins et Angela Vanwiemeersch.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE… EXPLOITATION DE PALMIERS À HUILE

Sur toute l'île, il y a des palmiers à huile. Ces palmiers sont exploités en forêt dans le sud près de Porto Alegre.

***

Dans le sud-ouest du parc national d'Obô et de sa forêt de Monte Carmo, district le plus pauvre de l'île de São Tomé, la co-entreprise entre l'État santoméen et le groupe luxembourgeois Socfin ressuscite, en 2013, la culture du palmier à l'huile au milieu des essences indigènes.

Face à l'inquiétude légitime des écologistes, qui surveillent de près le développement du projet, la superficie plantée est limitée à 5 000 ha et les pratiques raisonnées. Les rendements sont de 6 tonnes par an à l'hectare, l'environnement étant très favorable à cette culture.

L'objectif est d'alimenter le marché local et de réduire les importations.



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... PORTO ALEGRE



Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... PORTO ALEGRE (suite)



Porto Alegre un village traditionnel

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... PORTO ALEGRE (suite)

Le village de Porto Alegre « village joyeux » au sud de l'île de São Tomé n'est pas facile à atteindre. Il faut environ 2 heures ½ depuis la capitale, seulement même avec un 4X4, la dernière heure et demie de route est difficile *(chemin pierreux et chaotique)*. L'accès à ce village portuaire se mérite, c'est le terminus sud de l'île, et **le port de départ pour l'Ilheu das Rolas** qui s'effectue en barque en 15 mn de traversée. La visite de cet îlot vaut le détour.



Découverte de...**SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE**... **ILOT DAS ROLAS**



Les barques font la traversée
entre **l'îlot das Rolas (près du Pestana Equador)** et **Porto Alegre sur l'île São Tomé** en 15 mn

Découverte de...**SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE**... **L'ILOT DAS ROLAS (suite)**



L'ILOT DAS ROLAS (suite)





Le village de pêcheurs traditionnel sur l'îlot das Rolas





Un bar sur l'ilot das Rolas qui vend des souvenirs

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... L'ILOT DAS ROLAS (suite)



L'îlot das Rolas est un bel endroit qui mérite d'être découvert. Ce petit îlot a une surface de 3 km². Il est traversé par la ligne de l'Équateur. Le point zéro est matérialisé par un monument qui marque le point exact. C'est l'une des attractions de ce lieu. L'îlot ne compte qu'un village de pêcheurs et une centaine d'habitants.

Cet îlot est bordé par de belles petites plages telles que Praia Café, Praia Bateria, ou Praia Joana aux eaux turquoises et au sable blanc.

Il y avait un très bel hôtel sur l'îlot « le Pestana Equador » , qui est fermé depuis la période de confinement. Il est indiqué sur leur site que l'hôtel est en maintenance, mais sans indication de date de réouverture. Toutes les chambres offrent une vue mer. La piscine est alimentée avec de l'eau de mer. L'ensemble possédait un restaurant et deux bars.

Pour vous restaurer sur place, il y a deux restaurants et des chambres d'hôtes.

Découverte de...SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE... CONCLUSION



Les enfants sont chargés de ramasser du bois.

L'archipel de São Tomé-et-Principe, mérite d'être découvert, et ce malgré le coût élevé du voyage et du séjour.

L'air y est le plus pur au monde, la nature vierge, les plages tropicales de sable blanc et fin en font une destination de rêve. Cependant, c'est l'archipel le moins visité au monde, bien que la population soit très accueillante, contrairement à celle de Antilles, et la nature très belle.

Les dirigeants privilégient l'écotourisme qui est dans l'air du temps pour soutenir la population, la culture, l'histoire. Ils ne veulent pas développer un tourisme de masse comme aux Antilles, mais un tourisme responsable.

Le trekking et les randonnées se développent et les voyagistes proposent des circuits intitulés « chemin des roças », « route des roças », le long des sentiers de montagne. Certaines anciennes roças sont devenus des gites d'étapes.

Cependant, il y a encore beaucoup de chemin à parcourir pour que ce soit une destination touristique réputée (routes à refaire, restaurer les anciennes propriétés rurales qui sont à l'abandon, par exemple...)



Ce cobra jaune sur l'île de São Tomé ne mort pas, mais ne pas le prendre.
A ne pas confondre avec le cobra noir qui est dangereux

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE – INFORMATIONS UTILES



POUR S'Y RENDRE

- **6 vols depuis l'Europe**, en provenance de Lisbonne (Portugal)
  - 4 vols **avec le TAP** - www.flytap.com/france/fr
  - 2 vols avec STP Airways (compagnie Santoméenne - sur liste noire)
  - depuis Paris/Orly , 2 escales (un changement d'avion à Lisbonne et un arrêt stop sans changer d'avion à Accra /Ghana)
  - il n'y a pas de décalage horaire avec la France

- **Pas de visa d'entrée nécessaire, si le voyage est inférieur à 15 jours,**

- **Pour tout renseignement sur visa touristique (+ 15 jours sur place),** deux adresses du Consulat de la République Démocratique de São-Tomé
  - 123 rue du Château - 92100 BOULOGNE - Tél. 01 41 10 08 54
  - 111 rue du commandant Rolland - 13008 MARSEILLE - Tél. 04 91 37 58 02
  - www.sao-tome.st/(consulat)

FORMALITES

- **Votre passeport (obligatoire)** doit être valide 6 mois après la date de retour et disposer d'au moins 3 pages vierges dont 2 face à face.

MONNAIE

- la monnaie locale est le Dobras
- l'Euro est accepté partout, même sur les marchés
- les cartes bancaires sont acceptées dans les établissements touristiques

LANGUES

- **Le Portugais** est la langue officielle (île coloniale portugaise jusqu'à son indépendance en 1975)
- ainsi que **des langues créoles**, telles que **le forro, l'angolar ou le principense**.

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE – CARNET D'ADRESSES

SITE D'INFO SUR SÃO TOMÉ

- Attention certaines informations ne sont plus à jour (carnet de vaccination...)

www.sao-tome-principe.com

CHOCOLATIERS

- **CLAUDIO CORALLO**
  Boutique : Avenida Marginal, 12 de Julho, 978 - São Tomé
  - le meilleur chocolat (réputé)

www.claudiocorrallo.com
Tél. (239) 991 6815



- **DIOGO VAZ**
  Boutique : Avenida Marginal, 12 de Julho, 1001 – São Tomé
  - chocolat ayant reçu des prix
  - vend aussi du chocolat directement à la roça à Diogo Vaz (situé côte ouest)

www.diogovazchocolate.com
Tél. (239) 995 3556

PROTECTION DES TORTUES MARINES

A São Tomé-et-principe, lorsque c'est la période vous pourrez soit assister à la ponte des tortues marines (de 19 h à 5 h), soit à l'éclosion des nouveau-nés, et ce de novembre à février, et de la possibilité d'observer des relâcher de nouveau-nés jusqu'en avril.

- 4 espèces de tortues marines nichent sur l'île de São Tomé : la tortue verte, la tortue olivâtre, la tortue imbriquée et la tortue luth,
- pour savoir ce qui est possible de faire et ou ce qui est interdit, **aller sur le site de la société de protection des tortues marines**, car il faut alors une autorisation spéciale pour aller sur les plages de nidifications, ou d'éclosions.

www.programatato.org
turtlewatching@programatato.pt (pour les réservations et tout renseignement)

TREKKING

https://saotome-principe-trekking.com

Découverte de…SÃO TOMÉ-&-PRINCIPE – CARNET D'ADRESSES (suite)

RESTAURATION

- **LA CASA MUSEU ALMADA NEGREIROS**
  Roça saudade (centre nord de l'île São Tomé)
  Trindade
  - très bonne restauration (le deuxième meilleur restaurant de l'île)

www.facebook.com/casamuseualmadanegreiros/
Casamuseu.almadanegreiros@gmail.com
Tél. (239) 991 6172



HOTEL/RESTAURANT



- **ROÇA SÃO JOÃO DOS ANGOLARES**
  HOTEL RESTAURANT
  Angolares
  - très bonne restauration (le meilleur de l'île São Tomé)
  - belle vue depuis le domaine

reservas.rocasjoao@gmail.com
Tél. (239) 987 6937 (restaurant)
Tél. (239) 226 1140 (hôtel)

- **CLUB SANTANA BEACH & RESORT**
  Praia de Messias Alves de Cantagalo
  Santana
  - le meilleur hôtel/restaurant de l'île São Tomé
  - à 30 mn de l'aéroport international

www.club-santana.com
reserva@clubsantana.com
Tel. (239) 224 2400



- **PESTANA SÃO TOME (5*)**
  Av. Marginal 12 de Julho 851
  São Tomé
  - hôtel haut de gamme dans la capitale

www.pestana.com

- **PESTANA EQUADOR**
  Ilheu das Rolas
  - tous les bangalows ont vue mer
  - un restaurant, 2 bars
  - piscine à l'eau de mer
  - ***hotel fermé pour maintenance depuis le confinement***

www.pestana.com/fr/hotel/pestana-equador
pestana.equador@pestana.com
Tel. (239) 226 1195

www.bilbomag-voyage.com
Photos : Jean-Pierre FORGET / Conception et textes : Isabelle FORGET