

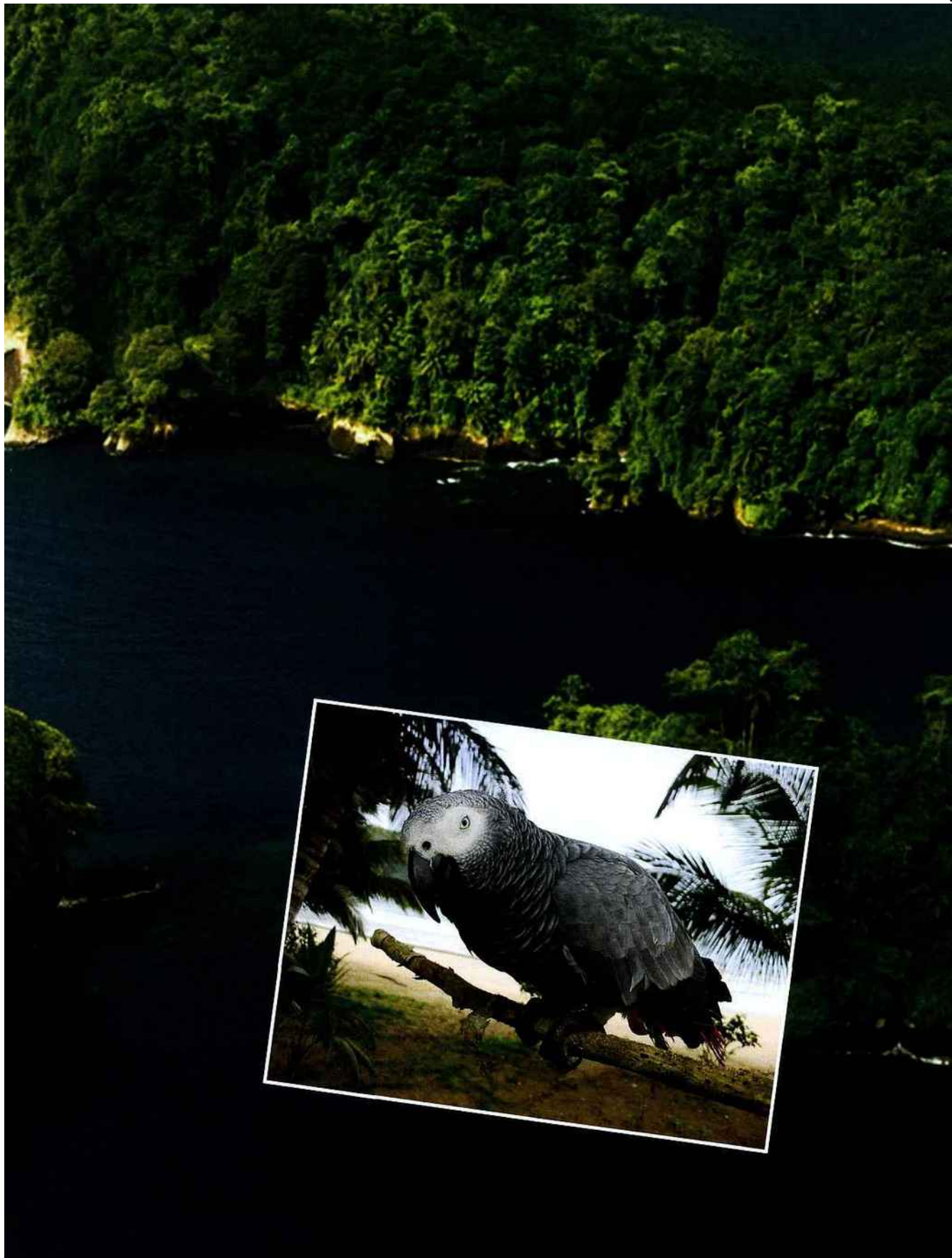


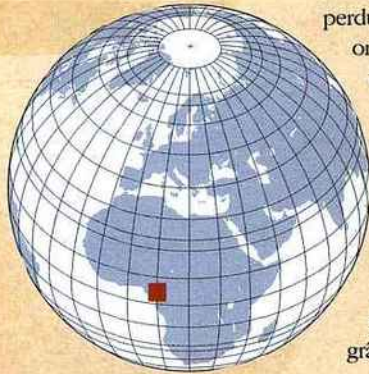
**Randoplanète** | Golfe de Guinée

# L'île de Sao Tomé, authentiquement nature !

CET ARCHIPEL DU MILIEU DU MONDE OFFRE UN SUBTIL COCKTAIL : PAYSAGES VOLCANIQUES, FORÊTS ÉQUATORIALES, MÉTISSAGE PLURIEL, FAUNE ET FLORE TRÈS RICHES, TRADITION DU CACAoyer, GENTILLESSE REMARQUABLE DES SANTOMÉENS... CALME, PAISIBLE, BELLE, SAO TOMÉ A CONNU UNE HISTOIRE ÉTONNANTE DEPUIS SA DÉCOUVERTE AU XVÈME SIÈCLE PAR LES PORTUGAIS PUIS RAPIDEMENT UN SYSTÈME D'EXPLOITATION, LES ROÇAS (PLANTATIONS), QUI N'ÉTAIT VIABLE QUE PAR L'ESCLAVAGE. BERCEAU DU CACAO AFRICAÏN, ELLE OFFRE PLUSIEURS TRÈS BELLES BALADES SANS GRANDES DIFFICULTÉS À TRAVERS LES MONTAGNES ET DANS UNE NATURE AUTHENTIQUEMENT VIERGE ET PROTÉGÉE. LE TOUT DANS UN ENVIRONNEMENT ILIEN AU CHARME UNIQUE ET UN ACCUEIL DES TOURISTES EN INVITÉS. ICI, PAS DE STRESS. LE SLOGAN QUI FAIT FLORES EST: LEVE, LEVE, « DOUCEMENT, DOUCEMENT »...

Textes et photos : **Emmanuel Gabey**



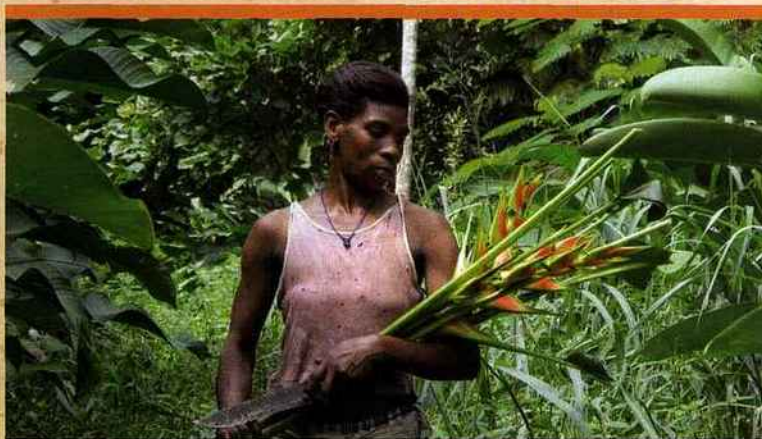


## A cheval sur la ligne imaginaire

de l'équateur, là où l'Afrique se serre la taille, perdues dans l'immensité bleue de l'Atlantique, on distingue à peine deux têtes d'épingles: voici Sao Tomé et Príncipe\*. A près de 300 km des côtes du Gabon, ces deux îles baignent dans le golfe de Guinée. Découvertes inhabitées en 1470, le jour de la Saint Thomas, par deux navigateurs portugais, colonisées pendant cinq siècles, elles font figure d'oubliées des temps modernes. Et des destinations touristiques nouvelles, insolites et dépaysantes grâce à quelques atouts originaux.

## Une capitale pittoresque

Le premier contact est, bien sûr, la capitale où vit le tiers des 150.000 habitants du pays. Il faut emprunter la Marginal, nom étrange donné à la promenade qui longe la mer, pour découvrir les façades des anciennes demeures coloniales aux couleurs acidulées bien souvent décrépités, les petites maisons typiques aux toitures de tuile, quelques azulejos, comme partout où les Portugais ont fait souche, le modeste immeuble de la



## Idées rando

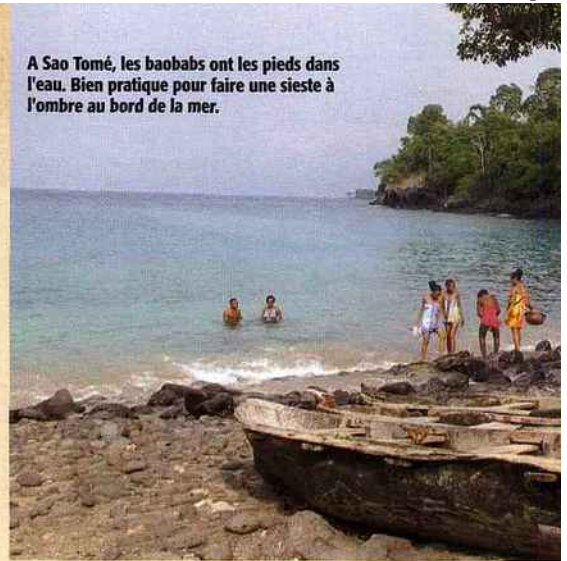
Le jardin botanique Bom Sucesso est très apprécié les santoméens. On peut y découvrir des dizaines d'espèces d'orchidées et toutes sortes de fleurs et d'arbres exotiques. Parfois des singes et toutes sortes d'oiseaux. C'est aussi, non loin de la roça Nova Moca, la porte d'entrée du parc naturel Ôbo (235 km<sup>2</sup>) qui recouvre 35 % de la surface de l'île, et au cœur duquel trône le mont Pico (2024 mètres).

Son ascension, sans être trop difficile (le grand voyageur et savant Théodore Monod, chanté par Souchon, l'aurait effectuée en 1956, mais il était très jeune à l'époque !) prend plus d'une journée. Il faut, bien entendu, et peut-être ici plus qu'ailleurs car les sentiers, anciens chemins muletiers, ne sont pas indiqués de façon évidente, prendre un guide accompagnateur - il y en a une dizaine parlant souvent français - qui aura été formé par Ecofac (programme financé par l'Union européenne) pour vous ouvrir le chemin et vous faire découvrir plantes, fleurs et oiseaux rencontrés tout au long du périple.

L'arrivée à Ponta Figo, dans la région de Névés, n'a lieu que le lendemain dans l'après-midi après avoir bivouaqué sous tente la nuit au pied du mont Pico.

Autre option : l'escalade du lagoa Amélia (1488 mètres), cratère d'un ancien volcan aujourd'hui rempli d'une épaisse couche végétale spongieuse sur laquelle on peut marcher, qui part du même endroit mais ne demande qu'environ 4 heures. Tout au long de la balade, la végétation est dense, les paysages changeants avec des arbres centenaires, des fougères géantes, des bananiers, des bouquets de bambous géants. Et même quelques vestiges d'habitations anciennes...

A Sao Tomé, les baobabs ont les pieds dans l'eau. Bien pratique pour faire une sieste à l'ombre au bord de la mer.



radio nationale, le lycée avec ses grappes de jeunes gens uniforme en bleu et blanc, la plage, les pêcheurs sur leurs pirogues en fromager et voiles en sacs de farine recyclés qui rentrent tôt le matin avec la pêche du jour, prise rapidement en charge par des palayés (des revendeuses) et envoyée rapidement vers le grand marché trépidant, au cœur de la ville. Quelques lojas, boutiques à l'étalage hétéroclite, quelques restaurant servant la Rosema, la bière nationale fabriquée sur place et le calulu, ragout de viande ou de poisson cuit avec une vingtaine d'épices et accompagné du fruit de l'arbre à pain, du piment, bien sûr, et des tomates et oignons. Au hasard des rencontres, on ne manquera pas d'être surpris par le nombre de Santoméens parlant français, deuxième langue du pays. D'ailleurs, l'archipel, bien que de tradition lusophone, fait partie de la Francophonie.

## Une nature ébouriffante parsemée de roças

Dans cette île minuscule, on est très vite dans la nature. La forêt est partout présente. Forêt tropicale atlantique de haute altitude dans les parcs nationaux, forêt secondaires là où étaient installées les plantations d'abord de canne à sucre puis de café et de cacaoyers et forêts de l'ombre qui protégeaient les cultures agricoles. Sur toute l'île, la végétation luxuriante, touffue, exubérante, colorée, authentiquement vierge, varie en fonction des microclimats ambiants. Quelque 140 espèces d'oiseaux, dont un bon tiers endémiques comme le perroquet gris ou le mythique gros bec aperçu deux fois en un siècle, ou encore le Nain Olive Ibis et dans la savane le Francolin à cou rouge, la caille Harlequin ou la tourterelle maillée, feront le bonheur des ornithologues.



Pour les amoureux de la nature, c'est aussi un grand moment avec la découverte de quelques 700 plantes dont des dizaines endémiques - parmi bien d'autres, un bégonia géant pouvant atteindre 3 mètres - que l'on retrouve, pour certaines, dans le jardin botanique de Bom Successo, à l'entrée du parc national Ôbo, autrement dit « bois sauvage impénétrable », qui offre de sympathiques treks d'une ou deux journées (voir encadré). Avec, pour les plus courageux, à travers la forêt primaire, l'ascension du seul volcan de l'île qui culmine à 2000 et quelques mètres d'où l'on peut découvrir toute la partie nord de l'île après avoir rencontré torrents et cascades et falaises abruptes...

Au nord de Sao Tomé, on trouvera une zone de savane et nombre de belles plages aux eaux limpides, la crique de Lagoa Azul et, curiosité mondiale, un troupeau de baobabs, branches levées au ciel et pieds dans l'eau. Ici ou là, au fil de la route, dans le lit des rivières, des taches colorées : ce sont les femmes du village qui font la lessive... à grandes eaux avant de faire sécher le linge à même le sol ou sur des cailloux.

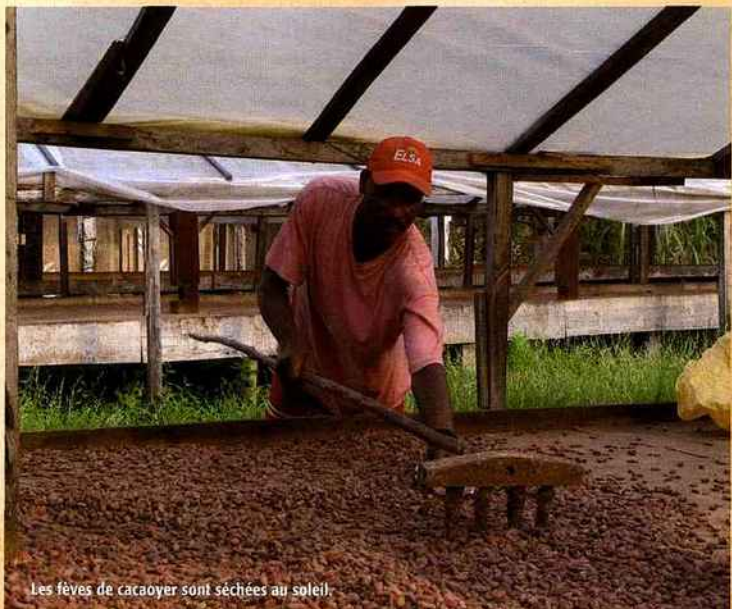
Au sud, les plages désertes, blondes à souhait comme Micondo, invitent aussi à la baignade et au farniente. Avec parfois, comme à Jalé, protégés par des grillages, des petits enclos d'incubation où sont regroupés et mis à l'abri des milliers d'œufs de tortue de mer géantes jusqu'à ce que, éclosent, elles puissent rejoindre la mer, surtout en janvier et juillet, sans rencontrer de prédateurs (hommes et animaux).

#### Cacao ou l'histoire de Sao Tomé

La bonne fortune de Sao Tomé s'écrit en cinq lettres : cacao. L'or brun. Ce sont, en effet, les cacaoyers, apportés du Brésil par les colons portugais, qui vont bénéficier d'un essor

considérable tout au long du XVII<sup>ème</sup> siècle car l'île possédait toutes les qualités requises : température, hydrométrie, humidité, forêts ombragées grâce aux érythrina qui chapeautaient les plants de cacao, et fertilité du sol volcanique. Mieux, il y a tout juste cent ans, en 1913, Sao Tomé était le premier producteur de cacao au monde avec 36.000 tonnes, gagnant ainsi le surnom d'« île chocolat ». Cette production s'appuyait sur le système des roças, gigantesques, plantations reliées à la côte par un chemin de fer intérieur qui permettait de déverser les fèves de cacao dans les bateaux en route pour l'Europe. Organisées pour fonctionner en autarcie complète, les roças ne pouvaient fonctionner que grâce à des milliers d'esclaves venus d'Angola ou du Cap vert.

L'indépendance en 1975 marque le déclin des roças. Aujourd'hui décrépités et abandonnés, elles sont souvent squattées.



Les fèves de cacaoyer sont séchées au soleil.



Le parc naturel d'Obo recouvre 35% de la surface de l'île. Il est recommandé de prendre un guide pour le parcourir.

L'abolition de l'esclavage, transformé en ser-vage, modifia peu les choses. Avec l'indépen-dance, en 1975, les colons rentrent au Portu-gal. Commence alors le déclin des roças, au-jourd'hui pour la plupart en état de décrépitude avancée, souvent squa-tées. Hangars, séchoirs solaires, maison de maitre, chapelle, hôpital - souvent gigan-tesque - petites maisons d'ouvriers, dortoirs,

fontaines immenses, tout à été arraché, inondé, dépouillé, en ruine. Ces bijoux archi-tecturaux, qui appartient aujourd'hui à

## Cacao, l'or brun de Sao Tomé.

l'Etat, sont aussi man-gés par une nature exubérante car le pays, qui vit pour plus des trois quarts

de son budget de l'aide internationale, n'a évidemment pas les moyens de les entretenir. Seule une poignée de roças, témoignage d'une magnifique architecture coloniale por-tugaise, fonctionne encore cahin caha.

Bon an mal an, elles produisent autour de 3500 tonnes de cacao (pour une production mondiale de près de 4 millions de tonnes) à Monte Forte (cacao bio), Aqua Izé ou Agos-tinho Neto (la plus grande par sa taille), et quelques autres, du café à la roça Monte Café où l'on est en train de construire un musée du café, ou de magnifiques fleurs à la roça Sao José - les « roses de porcelaine », l'éton-nante « ginger shampoo » jaune ou rouge ou encore les « bec de perroquet » qui sont ex-portées en Europe et notamment au Portugal et aux Pays-Bas.

### Du cacaoier au chocolat



Luka, notre guide, arbore un large sourire, une cabosse dans chaque main et ne rechigne pas pour prendre la pose. Nous sommes en pleine forêt et les cacaoiers sont nombreux car ils s'épanouissent dans ces régions tropicales à la fois humides et chaudes, mais protégées du soleil par des érythrines qui leur donnent l'ombre nécessaire. Les fruits, les cabosses donc, pendent sur les arbres, bien sûr. Mais, moins banal, sur le tronc aussi. Ils peuvent s'élaner jusqu'à 5 mètres de haut. Pour savoir si elles sont mûres, la couleur n'est pas un critère : il faut les tapoter, les faire sonner. Ecabossées, c'est-à-dire ouvertes d'un coup de machette précis comme un

rasoir dans le sens de la longueur « pour ne pas abimer les graines », on découvre, recouvert d'une sorte de mousse blanche (le mucilage) cinq rangées de 12 graines alignées bien sagement. Ces graines seront mises en fermentation et brassées régulièrement, première phase de la transformation, pendant environ 6 jours. Ensuite, étape très importante : le séchage, une semaine environ si possible sur un séchoir solaire plutôt qu'au four car ainsi les fèves conservent tout leurs arômes. Un cacaoier a deux récoltes par an et produit deux à cinq kg de chocolat produit fini. A Sao Tomé, les fèves sont enfournées dans des sacs en jute de 70 kg et envoyées par bateau en Europe où elles seront torréfiées puis broyées jusqu'à devenir de la poudre avant de se transformer en chocolat.

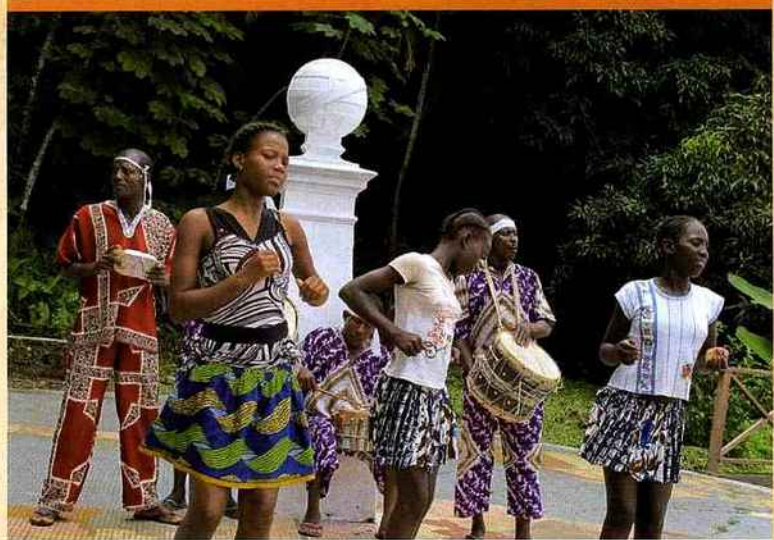
\*\* Au printemps, on pourra trouver les produits de Sao Tomé à « L'arbre à café », 10 rue du Nil, 75002 Paris, tel : 06 25 13 18 46

### La magnifique roça Sao Joao

Joao Carlos Silva, qui vit dans le sud, à Ango-lares, là où des naufragés venus d'Angola ont pris souche voici cinq siècles, c'est la star in-contestée de l'île et le Santoméen le plus connu à l'étranger, notamment grâce à ses prestations télévisuelles culinaires sur les

chaines lusophones. Coiffé d'un célèbre foulard rouge, il anime régulièrement l'émission « Dans la plantation avec les casseroles ». Dans la capitale Sao Tomé, il fait vivre un lieu artistique baptisé Cacao qui accueille différentes manifestations culturelles, des expositions, des stands artisanaux, des concerts et un bar-restaurant où l'on commence par un Xiripiti, cocktail à base de rhum, vanille, miel, cajamanga, fruit de la passion et citron vert avant de déguster quelques sympathiques plats locaux à base de poissons et de racines subtilement cuisinées...

A sa roça Sao Joao, dans l'extrême sud du pays, il propose des chambres d'hôtes décorées avec un goût très sur. Dans les parties communes, des fauteuils profonds, des meubles arts déco, des tableaux et sculptures à la vente, des livres partout et une salle de dégustation qui occupe tout l'espace de la véranda ouverte à tous vents avec vue sur les montagnes et l'océan. Il est souvent aux fourneaux et mitonne devant les voyageurs de goûteux petits plats avec les produits locaux. Ici, une simple carotte, qui a poussé sans pesticide ni engrais, offre une saveur étonnante, des goûts oubliés depuis longtemps. Au menu de ce jour : céviche de marlin, thon avec de l'avocat sauvage ou encore petites et délicieuses portions de manioc cuites avec du curcuma, de la coriandre sauvage et présentées avec un morceau de fromage de chèvre. Bref, un lieu unique au « milieu du monde » où Joao Carlos accueille aussi en résidence des artistes du monde entier. Son rêve : développer le pays par le tourisme en créant un circuit des roças rénovées...



### Un pied sur chaque hémisphère

Pour finir en beauté ce périple d'exception, il faut sans aucun doute faire une petite escapade plein sud, à la minuscule île des Tourterelles, à vingt minutes de barque à moteur. C'est là, « au milieu du monde », qu'un petit monument matérialise la ligne imaginaire de l'équateur. Vous pourrez ainsi avoir, le temps d'une photo, un pied sur chaque hémisphère.

Le Premier ministre Gabriel Arcanjo Ferrera Da Costa, nommé en décembre dernier, est sur la même longueur d'onde. Pour Sao Tomé, nous confiait-il, « il faut rapidement préparer un projet de réhabilitation de toutes les roças qui, aujourd'hui, se dégradent de plus en plus et en faire des lieux vivants pour les touristes en leur montrant la vie à l'époque coloniale ». Vaste programme mais prometteur. Dès maintenant, n'hésitez pas à aller à la découverte de ce paradis écologique authentique et heureusement protégé, encore oublié des grandes migrations vacancières. ✨

## Sao Tomé - Pratique



A Sao Tomé les tortues marines font partie du patrimoine environnemental et culturel

Le T.O. **Héliades** vient d'ouvrir cette nouvelle destination authentique, hors des sentiers battus. Il propose trois circuits (9 jours) : un autotour en liberté

qui permet de découvrir à son rythme toutes les richesses de l'île ; un circuit découverte en petits groupes ; et un circuit nature et rando à travers les

roças accompagné par un guide professionnel francophone. A partir de 1599 euros TTC en petit dej. Rens. au 0892231 523 et dans les agences de voyage. [www.heliades.fr](http://www.heliades.fr)

**Décalage** : moins une heure en hiver, moins deux heures en été.

**Monnaie** : les euros et les dollars sont acceptés partout.

**Langue** : le portugais et le créole. Le français est assez couramment parlé.

**Santé** : un traitement antipaludéen est conseillé.

**Climat** : la température oscille entre 22° et 32° et celle de la mer entre 27° et 29°

tout au long de l'année. Pendant la saison des pluies, de mars à avril et d'octobre à mi-décembre, de gros orages aussi spectaculaires que passagers alternent avec un ciel bleu et un soleil très ardent (nous sommes sus l'équateur et les rayons frappent à la perpendiculaire !  
**Visa** (20 euros) à demander au consulat de Marseille (111 rue du Cdt Rolland 13008, tel : 0491375802) ou de Paris (144 bd Haussmann 75008, tel : 0142562573)  
**Taxe de sortie du territoire** à payer en espèce à Sao Tomé : 18 euros

Rens. [www.sao-tome.st](http://www.sao-tome.st)

A Sao Tomé, ne pas manquer d'aller faire un tour au Cacao, largo das Alpendegas.

[www.cacaocultural.com](http://www.cacaocultural.com)

**Hébergement à Sao Tomé** : club Santana, 31 bungalows particulièrement agréables avec vue sur la mer. [www.clubsantana.com](http://www.clubsantana.com) ou hôtel Pestana, [www.pestana.com](http://www.pestana.com). Possibilité de passer une ou quelques nuits dans des écolodges.

**Guides**

Sao Tomé, éditions Karthala  
Petit Futé : Gabon et Sao Tomé