

Au nord de Sao Tomé, dans les terres, les cascades abondent. Ici, les chutes d'eau spectaculaires de Praia Grande.

São Tomé, l'archipel au goût de paradis

Au large du Gabon, le plus petit Etat africain ouvre grand ses portes. Immenses plages, rivages escarpés, végétation luxuriante, perroquets, cacaoyers, maisons coloniales... Partez à la découverte de cet éden miniature. **PAR ELISA MORÈRE**

Le touriste est encore un oiseau rare à São Tomé-et-Príncipe, petit archipel perdu dans le golfe de Guinée. C'est le moment d'y programmer des vacances hors du commun... les pieds dans l'eau. En effet, ces îles volcaniques cumulent les atouts. Ce minuscule Etat combine paysages dignes des Caraïbes et savane africaine, plages de sable fin et zones montagneuses. La population (160000 habitants) est chrétienne, métisse, avec sa langue et sa culture propre.

Sur l'équateur exactement

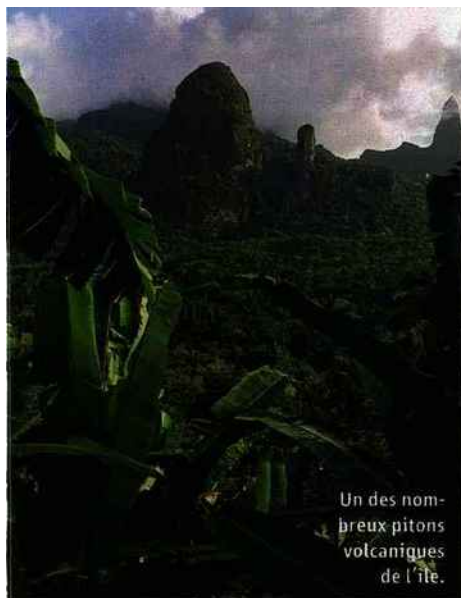
L'île « chocolat » – doux nom gagné en 1913 en tant que premier producteur de cacao – se place pile sur l'équateur. Découvert par les Portugais

en 1470, le jour de la saint Thomas, São Tomé-et-Príncipe (65 km sur 35, et 15 km sur 8 pour Príncipe) est indépendant depuis 1975. L'Etat a hérité des « roças », ces aristocratiques fermes coloniales roses ou bleues qui récoltent toujours le cacao (2000 tonnes par an), ou se transforment en maisons d'hôtes. D'autres, abandonnées, ont été englouties par la jungle.

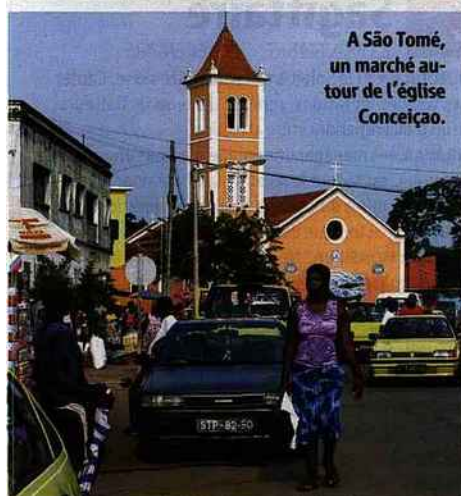
La jungle au bord de la mer

L'archipel, veiné de rivières, abrite aussi d'exubérantes forêts primaires où règnent une flore et une faune uniques. Sur ces terres fertiles, il suffit de tendre le bras pour cueillir un « sapsap » (un corossol) de deux ou trois kilos, ou

une mangue! Emerveillés, on lézarde sur des plages dorées, désertes, où l'on observe, en janvier, l'éclosion des bébés tortues qui se précipitent aussitôt vers le large. De même qu'on assiste chaque jour à la sortie des pêcheurs, debout sur leur barque en bois de fromager poussée par une voile rouge ou blanche. Bien que les Saotoméens croient en leur avenir – le pétrole récemment découvert leur donnera sans doute raison –, le pays reste pauvre. Cela se manifeste à São Tomé, capitale charmante posée sur la baie San Catarina, dont les maisons de bois et les balustres de l'avenue Marginal, le long de la mer, sont décolorées. Ce qui n'empêche pas le charme d'opérer dans ce pays chaleureux qui est l'un des derniers édens du monde... ■



Un des nombreux pitons volcaniques de l'île.



A São Tomé, un marché autour de l'église Conceição.



A Príncipe, lovée dans une petite crique : Banana Beach.

Votre programme découverte

PÈLERINAGE AU LAGOA AZUL A Guadalupe, au nord, une savane exceptionnelle conduit à une crique enchantée où les baobabs poussent les pieds dans l'eau par 28 °C!

RANDO AU PARC OBO Pour bons marcheurs aimant la jungle, les dénivelés, l'air chaud et moite. Les guides montrent quelques-unes des 180 espèces d'oiseaux, dont 30 endémiques.

MARCHÉ DE SÃO TOMÉ Un spectacle quotidien où se vendent poissons (dont fulu-fulu, maquereau et capitaine...), piments rouges, papayes et légumes du potager.

LES PLUS BELLES PLAGES Conchas et Tamarin – constituées de coquillages concassés - et Lagoa Azul, au nord. Sete Hondas, Micondo (merveilleuse), Praia Jale, Niname et Xixi (on dit Chichi) à l'est et au sud-est.

CAO GRANDE Le « Grand Chien » est le totem du pays. Au bout d'une route toute droite qui mène aux plages du sud, ce pic jaillit de la jungle à 663 mètres d'altitude (balade avec guide).

PRÍNCIPE A 40 minutes de vol (5 rotations par semaine, avion de 15 places). Príncipe compte une bourgade environnée de forêt primaire. On peut envisager une nuit dans un bungalow à l'Omali Lodge (à partir de 93 €, www.africas-eden.com). Peut-être assisterez-vous à un « tchiloli » : théâtre joué lors des fêtes par des hommes, y compris pour les rôles féminins.

FARNIENTE À ROLAS A 25 minutes en barque de São Tomé, le ravissant îlot des Tourterelles vaut le détour. L'hôtel Pestana (4-étoiles) en occupe une bonne partie. La ligne équatoriale est artificiellement marquée ici, en haut d'un promontoire d'où la vue est magnifique.

CHOCOLAT Faites un saut chez Claudio Corallo qui produit l'un des plus fins chocolats du monde (bio aussi). Sur réservation exclusivement, visite de la plantation pour goûter à ses étonnants chocolats. www.claudiorcorallo.com.

PRATIQUE

Y aller

Héliades propose la formule « São Tomé en liberté », à partir de **1637 €/personne**. Un auto-tour, 9j/7 nuits, avec 5 nuits au Pestana (4-étoiles) ou au Club Santana (4-étoiles), + nuits en écolodge. Le prix comprend le vol AR + accueil à l'aéroport + 7 nuits d'hôtels, petit déjeuner inclus + 4x4 tout terrain type Toyota RAV ou similaire, assurance incluse + taxes aéroportuaires (175 €/personne). www.heliades.fr.

Se restaurer

A São Tomé, Cacau, cette galerie d'art présente des artistes locaux, et on y découvre aussi la gastronomie locale. Largo das Alpeadegas, www.cacaucultural.com. Celva's : bonne adresse pour déjeuner. www.restaurante_celvas.com.

A déguster

Vous adorerez les délicieuses lamelles de calamars assaisonnées au persil proposées en amuse-bouche, les poissons, parfois accommodés en « ceviche » (cru et mariné donc), le crabe accompagné de manioc grillé et de patates douces. Gare au piment rouge, redoutable, heureusement servi à part ! Le soir, dégustez des chips de bananes ou d'arbre à pain, à grignoter avec le Cheripiti, délicieux cocktail de rhum local avec un zeste de marecuja, casamanga, vanille, miel, sucre et citron vert.

L'hôtel Roça de Micondo donne directement sur la plage.

Séjourner

Roça de Micondo : maison coloniale restaurée, belles chambres ou paillotes, 40 ou 35 € petit déjeuner compris, www.micondo.fr.

Roça San Joao Angolares : exquise ferme coloniale bleue et blanche, 38 € la chambre avec petit déj, cours de cuisine, découverte de la flore et de la faune. rocasjoao.com.

Formalités

Visa obligatoire : 20 € + taxe de sortie du territoire : 18 €. Consulat de la République démocratique de São Tomé-et-Príncipe : 144, boulevard Haussmann 75008 Paris, Téléphone : +33 (0) 1 53 53 73 47, consulaotomeprincipe-paris.fr, ou 111, rue du Commandant Rolland, 13008 Marseille. Tél : +33 (0) 4 91 37 58 02. www.sao-tome.st.

Bon à savoir

Prévoir un traitement contre le paludisme, et emmener un produit antimoustiques. Apportez cahiers et crayons, stock de médicaments de base que vous pourrez confier aux ONG de São Tomé.