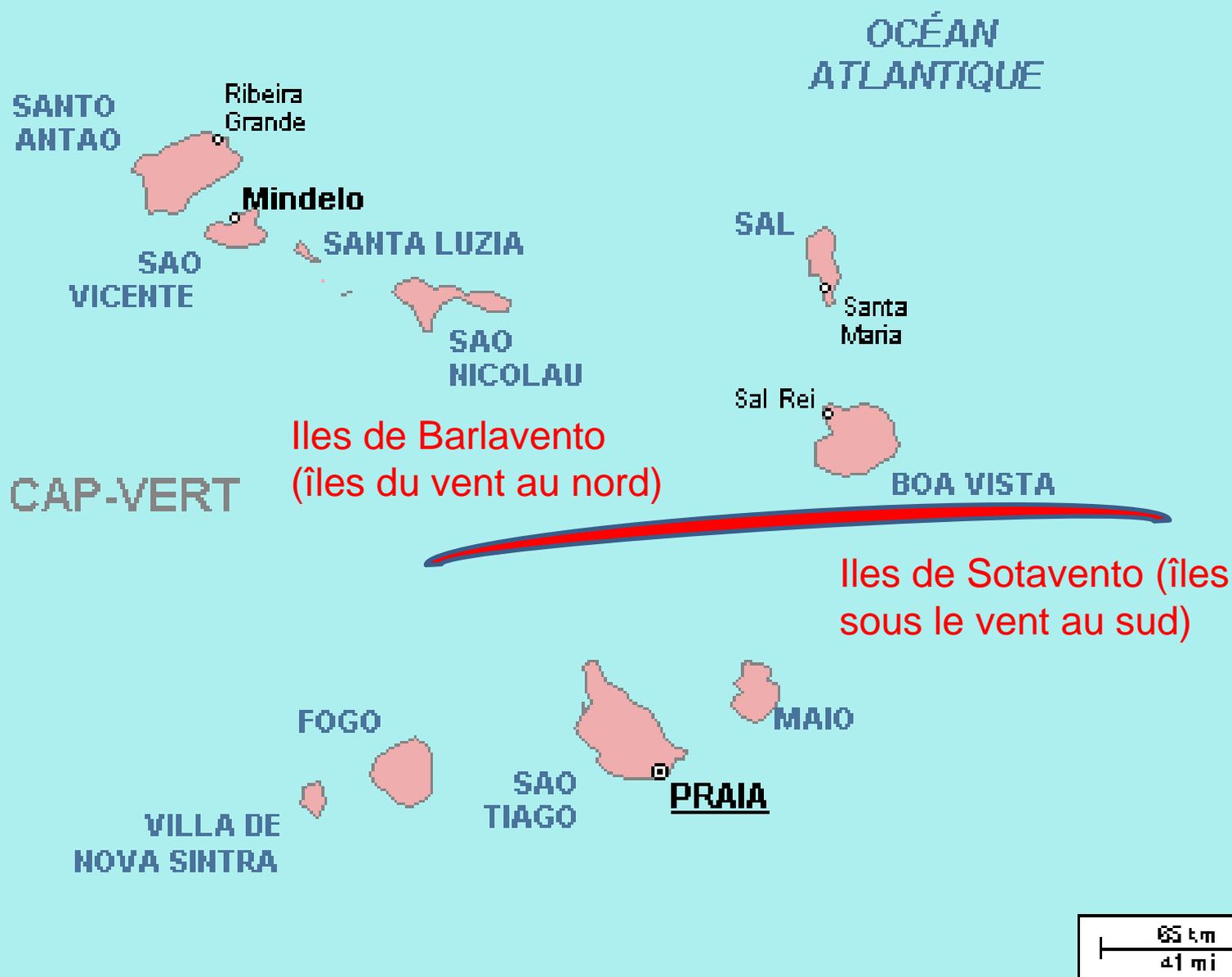


Marches et Rêves

Siège social : Mairie de Ruoms 07120



La République de Cabo Verde (4000 km² env.) est un état insulaire d'Afrique de l'ouest, composé d'un archipel de dix îles volcaniques. Situé dans l'océan Atlantique, à l'est, à 570 km au large des côtes de la Mauritanie, la Gambie et du Sénégal et à l'ouest, à hauteur du Honduras et du Guatemala. L'île de Santiago comprend à elle seule la moitié de la population du pays avec Praia pour capitale. Population totale 550 000 hab. env. -



Du 7 au 16 novembre 2015

Cap Vert

Samedi 7 nov. – Marseille / Lisbonne – Nuit au Lutécia –
Dimanche 8 nov. – Lisbonne / Mindelo sur l'île de Sao Vicente



Arrivée à l'aéroport Césaria Evora, à Mindelo, ville où vivait la chanteuse. Amidou, notre guide, nous attend.



Photo de famille sur la plage et petit tour à pied dans la ville pour se dégourdir les jambes et faire un peu de change en monnaie locale 0,90 € = 100 escudos. Aujourd'hui dimanche, la ville est calme, tout est fermé et l'après midi peu de monde dans les rues. Le soir, repas dans un resto pour touristes avec musique et nuit à la pension Che Guevara (attention à l'eau qui est rare dans le pays!!!)

Lundi 9 nov. – Mindelo – Porto Novo - Paul

Nous quittons l'île de Sao Vicente pour l'île de Anto Antao par le ferry et nous arrêtons à Porto Novo pour faire notre premier ravitaillement en eau. Voici Amidou, quinquénien d'origine.



En bus, nous traversons le versant sud, aride, sur la route pavée et montons jusqu'au Pico da Cruz (1584m). Nous nous arrêtons de temps à autres pour admirer le panorama car en prenant de l'altitude, la végétation est plus présente.



Le bus nous dépose et ... nobaï (c'est parti) pour une descente de 1400 m du versant nord avec des paysages magnifiques. Il fait chaud, mais pas trop avec parfois un peu de brume.



De profondes vallées alternent avec des pics escarpés. Le versant nord de l'île, exposé aux alizés, est très verdoyant.



De nombreuses cultures vivrières en terrasses pentues sculptent le paysage : pommes de terre, patates douces, manioc, maïs ...





Eucalyptus et pins des Canaries ont été plantés au XIX avec succès aux environs du Pico da Cruz pour reboiser l'île. Nous faisons halte pour le casse croûte (invariablement riz ou pâtes, banane, biscuit)



Beaucoup de diversité dans les arbres et les plantations sur cette 2^{ème} partie de parcours.

Aujourd'hui Chantal est amoindrie par des problèmes intestinaux et n'a pas de jambe. Elle devra puiser dans ses réserves pour terminer le parcours.

Vers 18h, juste avant la tombée de la nuit, nous retrouvons le bus dans un petit village qui nous conduira à Ponta do Sol. Bel hébergement en surplomb de la mer. Nous partons manger dans un restaurant au bord de mer. Ponta do Sol est en plein essor pour accueillir le tourisme ... à condition d'avoir de l'eau.

Mardi 10 nov. – Ponta do Sol – Cha di Igreja



Petit déj en terrasse. Puis nous partons pour un chemin en balcon au dessus de l'océan. Chantal et Paul nous accompagnent jusque sur les hauteurs de Ponta do Sol, mais Amidou a prévu un plan B pour eux car Chantal n'est pas remise de la veille.



Il fait très chaud, heureusement des parties du chemin sont à l'ombre.



Nous sommes passés par le village de Fontainhas, village pittoresque aux maisons colorées, avec des cultures en terrasses.

Nous avons pu nous arrêter sur une petite plage au sable noir et quelques uns ont lutté contre les vagues avant de terminer le chemin.

Vers 18h, nous retrouvons les Neveux au gîte chez « Mité et Banane » et après la douche et la séance d'étirements, nous avons le temps de prendre une mousse sur la placette du village. Les spécialistes ont acheté ce matin tout ce qui était nécessaire pour un apéro : rhum, mélasse et citron vert. Le repas est pris sur place. Le soir et la nuit sont bruyants entre discussion politique sous nos fenêtres, les chiens qui aboient et les coqs qui chantent.

Mercredi 11 nov. –Cha di Igreja - Figueiras : de la mer à la montagne

Nous partons pour 2 jours (sac à dos plus lourd) et pour 2 journées de marche difficile. Pour Chantal et Paul, c'est un plan B. Au départ, il faut calculer pour passer tout contre la falaise car la mer monte et la vague vient nous lécher les pieds.



Ensuite, ça monte vers Chupador et il fait très chaud. Pas un nuage.



Et ça descend.



Et ça remonte dur dur vers Ribeira Alta !!! La chaleur et les efforts ont eu raison de Pierre Darnoux. Heureusement, un groupe d'allemands nous suit de près et une femme médecin est parmi eux. Elle a pu évaluer la situation et après un moment de repos, Pierrot a pu reprendre le chemin avec un pas un peu plus lent, des pauses et beaucoup d'eau.



Et la voilà parmi nous. Après avoir vérifié que nous allions tous au même endroit pour dormir, elle a tenu à rester avec nous pour surveiller son état qui s'est régulé assez rapidement. Jean Claude a servi d'interprète.

Nous nous sommes arrêtés pour manger à l'abri d'un petit dispensaire où nous avons fait un break



Avant d'entamer une grande descente. Ensuite un long chemin pour rejoindre et monter (encore) à Figueiras où nous dormons dans la salle de classe d'une école sur un matelas. La journée a été rude ! Pas de douche mais un pot d'eau pour se rincer. Les Neveux sont restés à l'étape précédente et nous les retrouverons demain. Nous laissons une partie des fournitures scolaires que nous avons apportées.



Amidou nous fait faire une séance d'étirements et le groupe d'allemands ainsi que les enfants viennent se joindre à nous. C'est là que Nicole dit que Jean Claude ressemble à une cigogne sur une patte, et Jean Claude qui réplique que Nicole a l'air d'une mouette bretonne !!!

La population de l'île est particulièrement gentille et les enfants sont très beaux.



Nous avons dîné là hier soir, et ce matin, c'est petit déj en terrasse mais ... attention, ne roucoule pas !!! La terrasse est étroite et en surplomb sans protection. Nobaî ! Et pour digérer, rien de tel qu'une petite montée. Dernière étape sur la côte nord de l'île. Nous passerons par Os Lombos et Salto Preto pour rejoindre la vallée verdoyante d'Alto Mira.



Les cultures en terrasse sont très bien entretenues partout où nous sommes passés. Le soleil est voilé et nous ne nous en plaignons pas. Vers 13h, seul coin d'ombre dont nous profitons pour casser la croûte et nous reposer un peu.



Puis nous allons descendre pour rejoindre le village Alto Mira, le dernier tout au fond de la vallée. Ici, il y a Alto Mira 1, 2 et 3.



Nous n'en voyons plus le bout, et bien sûr, une bonne grimpe pour arriver au gîte chez l'habitant où nous retrouvons avec plaisir Chantal et Paul.

Après la douche sous un filet d'eau, et pendant les étirements, nos spécialistes préparent le rhum du soir.



Hier Amidou nous a parlé de l'histoire de son pays ; aujourd'hui, ce sont les influences musicales avec démonstration à l'appui.

Dîner sur place et ensuite, dodo. Nous laisserons nos sacs car nous revenons coucher ici demain soir.



Vendredi 13 nov. – Alto Mira - Norte

Nous quittons le village. Aujourd'hui, c'est journée plus relax. Chantal a récupéré et retrouvé le sourire.





Les élèves sont en classe et nous nous arrêtons pour donner nos dernières fournitures à l'institutrice.



Après l'arrêt de mi journée, nous poursuivons la vallée qui nous mène à la mer.



Après une pause en bord de mer, nous remontons au village de Ribeira da Cruz où nous retrouvons le bus qui nous ramène à Alto Mira



Samedi 14 nov. Norte – Ribeira das patas



Le bus emprunte la route pavée puis la piste pour traverser les paysages lunaires du Tope de Coroa.

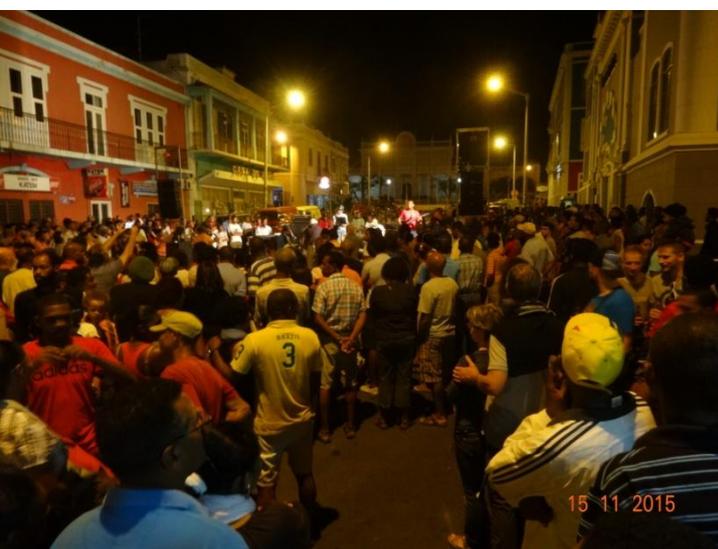


Puis nobaï ! nous regagnons la vallée de Ribeira das Patas et Caetano par un chemin pavé spectaculaire.





Nous avons rejoint le bus qui nous arrête dans un village où nous pouvons faire le plein de ... rhum. Puis nous arrivons à Porto Novo où nous reprenons le ferry pour retourner à Mindelo.



Nous allons dîner dans un petit resto (avec desserts car Amidou fête ses 25 ans). Nous lui remettons une petite enveloppe car il nous quitte ce soir. Demain matin, il part pour une autre mission. Nous le félicitons car il a bien mené son groupe et bien géré les incidents de parcours. En rentrant nous écoutons un peu la musique de rue et retournons au Che Guevara pour dormir.

Dimanche 15/11

Un peu de temps libre à Mindelo avant l'avion de retour. Repas et nuit à Lisbonne



Lundi 16 nov.

Nous avons juste le temps de faire un tour de ville avec le tramway 28 et d'aller à l'aéroport prendre l'avion pour Marseille.