



Sao Tomé-et-Principe / Séjour Sao Tomé-et-Principe

Plongée dans l' Atlantique

9 jours / 7 nuits

à partir de **2 344 €** par pers.

Niveau conseillé	1
Météo	Ensoleillé
Eau	27 °C
Air	27 °C

Inclus avec cette destination

Les vols internationaux avec la Tap, transferts, 4 nuits à l'hôtel Inhame en pension complète et 3 nuits à la Pestana Sao Tome en petit déjeuner, 10 plongées (blocs et plombs inclus), taxes aéroport et hausse carburant, assistance/rapatriement (au 26/12/2023).



Description de la destination

Sao Tomé-et-Principe, deuxième plus petit pays d'Afrique, se situe pile sur l'équateur. Et se résume à deux îles perdues dans le golfe de Guinée.

Constituées de deux archipels, Sao Tomé-et-Principe sont des îles fertiles propices à l'exploration. Les deux îles principales sont séparées de près de 140 km et étaient inhabitées jusqu'à leur découverte par les Portugais dans les années 1400. Malheureusement, le Portugal a utilisé les îles comme port de commerce d'esclaves et les a utilisées pour cultiver la canne à sucre. Ce n'est qu'en 1876 que l'esclavage a été aboli. Cependant, à cause de l'isolement des îles, le travail forcé a continué, mettant fin au massacre de centaines de travailleurs en 1953. Révolutionnaire, le pays accéda en 1975 à l'indépendance. La démocratie règne encore aujourd'hui.

Ancien comptoir portugais, indépendant depuis 1975, Sao Tomé-et-Principe est un micro-Etat de 200 000 habitants qui bénéficie d'une stabilité politique rare dans la région. De vieilles bâtisses coloniales mangées par les lianes, une forêt primaire qui regagne ses droits sur les anciennes plantations de café, et des plages sans parasols ni jet-skis : São Tomé-et-Príncipe avaient tout pour séduire ceux pour qui les vacances sont synonymes d'après-midis relaxants. Restaient les désavantages de l'isolement : peu de vols et de rares hébergements.

Mais le gouvernement, qui avait misé sur l'industrie pétrolière, parie désormais sur l'essor du tourisme dont les débuts sont prometteurs (8 000

arrivées en 2010, 18 000 en 2014). Il favorise le logement chez l'habitant, notamment dans les *roças* (exploitations agricoles). Et deux compagnies desservent désormais l'archipel depuis Lisbonne.

Must plongée

Dans la partie sud de l'île de Sao Tomé, pendant l'hiver équatorial, de juillet à septembre, la danse avec les baleines commence et il est fréquent de les voir avec leurs baleineaux.

Meilleure saison pour plongée

De décembre à mars.

Le centre de plongée

Dive Tribe Sao Tomé

À propos du centre de plongée:

Dive Tribe possède deux bases de plongée à São Tomé et Príncipe. L'un est situé au nord, dans la ville de São Tomé, à l'intérieur de l'hôtel 5* Pestana São Tomé.

Le second se trouve au sud, sur l'îlot Rolas, au croisement de la ligne de l'équateur. Les deux bases disposent de leur propre embarcadère, juste en face du centre de plongée, où les clients montent à bord du bateau, c'est extrêmement confortable pour tout le monde. C'est un centre de plongée Mares le matériel est pratiquement neuf. Il dispose également d'une station de gonflage, BAUER équipée du système Securus, qui garantit un air de qualité. Les centres disposent de leurs propres bateaux pour transporter les plongeurs en tout confort et sécurité.

Luis Castelo-Branco est le propriétaire et Instructeur SSI et PADI. Sa principale passion est la photographie.

Ana Ribeiro Ferreira, propriétaire également et Guide de plongée.

Elle plonge dans le monde entier avec Luis depuis 2002. C'est la principale "commerciale" pour les relations publiques de l'entreprise. Elle est également une excellente plongée-guide quand elle a le temps d'aller sous l'eau.

Pedro Marques Alves, gérant de ce centre et Instructeur PADI et SSI. Pedro a travaillé dans plusieurs endroits dans le monde, et dernièrement, il plongeait dans l'île de Pico dans les Açores.

Apolo Pires, Dive Master / Nelson Cardoso, Guide de plongée / Joel Costa, Capitaine.

Possibilité de louer de l'équipement, nous en faire la demande.

Dive-Tribe est également une école certifiée PADI et SSI, offrant une variété de cours de plongée, pour tous les niveaux de plongée – débutants ou expérimentés.

L'hébergement

Pestana Sao Tomé

Le Pestana São Tomé est un hôtel 5 étoiles sur l'île de Sao Tomé, localisé en bord de mer, il possède une vue panoramique sur l'océan. Il est situé dans la baie de Ana Chaves, à seulement 1 km du centre de Sao Tomé et à 1 minute de la plage. L'hôtel est bâti sur deux étages afin que chacun puisse profiter d'une vue directe et ouverte sur la mer.

Durant votre séjour, vous pourrez profiter d'une piscine panoramique à débordement surplombant la mer, de la plage privée, de pêche sportive, du Health Club/SPA et de la salle de sport.

CHAMBRES :

L'hôtel est composé de 115 chambres, incluant 30 juniors suites et 85 chambres avec vue jardin ou mer, d'une superficie minimum de 30m². Toutes les chambres et les suites sont équipées de salle de bain avec baignoire, télévision satellite et DVD, minibar, coffre-fort, climatisation et ventilateur, téléphone, connexion Internet et un balcon.

- Chambres Double Vue sur le Jardin 30m² : spacieuses et confortables
- Chambre Twin Vue sur le Jardin 30m² : spacieuses et confortables
- Chambre Twin Vue sur le Palais 30m² : avec vue sur le palais, les chambres sont spacieuses et confortables
- Chambre Twin Vue sur la Mer 30m² : avec vue sur la mer, les chambres sont spacieuses et confortables
- Chambre Single Vue sur le Jardin 30m² : avec vue sur le Jardin, les chambres simples sont spacieuses et confortables avec lits jumeaux ou lits king size.
- Chambre Junior Suite 40m² : avec vue sur l'océan, les suites Junior sont plus grandes avec des lits jumeaux ou des lits king size. Elles disposent d'un salon de luxe avec un décor moderne et canapé-lit et d'un balcon.
- Chambre Central Suite 60m² : vue imprenable sur la mer et grand espace de 60 m². Cette suite dispose d'un lit king size pour deux personnes et un salon spacieux avec balcon donnant sur la mer. Cette suite dispose d'une machine à café expresso.

RESTAURANTS :

Le Bar Porto Alegre se situe auprès de la piscine, avec terrasse couverte et terrasse en plein air avec une vue à couper le souffle. Le Restaurant Principe : toute la nourriture est préparée sur le moment et rien n'est pré-cuisiné, en dehors du buffet journalier. Ouvert tous les jours pour le petit déjeuner, déjeuner et dîner. Une magnifique terrasse avec vue sur la piscine et sur la mer. Le Uê D'Omale Bar avec tout le confort pour une réunion, un moment de détente, ou un repas.

SERVICES :

Service de blanchisserie / accès Wi-Fi dans presque tout l'hôtel / situé seulement à 10 minutes de l'aéroport / à côté de l'hôtel se trouvent le casino de Sao Tomé et la discothèque Beach Club, très animée le week-end / salle de gym / sauna / bain turc.

ACTIVITES :

A l'intérieur et à l'extérieur de l'hôtel.

Plongée : avec Dive Tribe, profitez de promenades en bateau, de cours de plongée avec bouteille, nagez avec les tortues de mer et partez observer les baleines.

Pêche / Plage et mer / Vie nocturne / Observation ornithologique / Casino / Parc national Obô / Promenades en avion au-dessus de l'île de São Tomé / Randonnée à vélo / Randonnées pédestre / Tours touristiques / Piscine / Spa / Surf / Visite de la ville / Visite des Roças (plantations).

Les formalités

COVID-19 : compte tenu du caractère imprévisible et de l'évolution rapide de la pandémie, ainsi que des mesures prises par les Etats partout dans le monde, les formalités sont différentes selon les destinations... et changent presque tous les jours. Il est également recommandé de consulter la réglementation en vigueur de chaque pays et il est indispensable de se tenir informé avant tout déplacement.

FORMALITES : passeport valide au moins 6 mois après la date de retour.

VISA : pas besoin de visa pour les ressortissants français si le séjour est inférieur à 15 jours. Au-delà, le visa est obligatoire.

Par ailleurs, les frais de visa sont également supprimés à partir du 1er janvier 2019. Ces frais sont remplacés par une taxe de sécurité aéroportuaire (3.400 escudos capverdiens) dont le règlement sera effectué soit sur la plateforme capverdienne dédiée www.ease.gov.cv, soit par l'intermédiaire d'une agence de voyage, soit à l'arrivée dans l'un des aéroports internationaux de l'archipel.

SANTE : Aucun vaccin n'est obligatoire. Mise à jour de la vaccination Diphtérie-Tétanos-Coqueluche-Poliomyélite (DTCP) et Hépatite A est recommandée. Autres vaccinations conseillées : en fonction des conditions locales de voyage, les vaccinations contre la Typhoïde, l'Hépatite B et la Rage peuvent être recommandées. La vaccination contre la fièvre jaune n'est généralement pas recommandée pour les voyageurs se rendant à Sao Tomé et Príncipe ; elle peut toutefois être envisagée en cas d'exposition aux piqûres de moustiques. Prévention pour le paludisme vivement conseillée ; transmission toute l'année dans tout le pays au-dessous de 1800 mètres. La vaccination antituberculeuse est également souhaitable.

LANGUES : le portugais.

MONNAIE : le Dobra de Sao Tomé STN - 1 € = 24,54 STN (au 27/03/2020).

ELECTRICITE : 230V – prises européennes.

DECALAGE HORAIRE : l'heure à Sao Tomé reste la même toute l'année (GMT + 0) ; par rapport à la France, il y a - 1h en hiver et - 2h en été. Quand il est 12h en France en hiver, il est 11h à Sao Tomé et à midi en France en été, il est 10h à Sao Tomé.

DUREE DE VOL : 12h.

CAISSON HYPERBARE : attention, pas de caisson hyperbare à Sao Tomé-et-Príncipe, le caisson le plus proche se trouve en Côte d'Ivoire, à la polyclinique d'Abidjan.

ADRESSES UTILES :

Ambassade de France au Gabon et à Sao Tomé-et-Príncipe : 1, rue du Pont-Pirah BP 2125 Libreville Tel : (00 241) 01 79 70 00 Courriel : amba.libreville-amba@diplomatie.gouv.fr Site Web : <https://ga.ambafrance.org/>

Bruxelles (Belgique) | Ambassade de Sao Tomé et Príncipe : Square Montgomery - 175, avenue de Tervuren 1150 Bruxelles Tel : +32 2 734 89 66 Courriel : ambassade@saotomeeprincipe.be

Consulat honoraire de Sao Tomé-et-Príncipe en France : 123 rue du Château 91200 Boulogne Billancourt Tél : (+33) 1 41 10 08 54 Fax : (+33) 1 41 10 03 19 Email : consulat.saotome@wanadoo.fr