

SÔDADE DO CABO VERDE : TRAVERSÉE DE SANTO ANTÃO



- Durée :** 15 jours / 14 nuits – dont 11 journées de marche
- Dates :** Du samedi 22 novembre au samedi 06 décembre 2025
- Hébergements :** Gîtes, hôtels, toits-terrasses chez l'habitant
- Groupe :** 5 personnes minimum et 10 personnes maximum
- Encadrement :** 1 accompagnatrice en montagne française
- Difficulté :** Randonnée en itinérance de **niveau soutenu**
Pour bons randonneurs en bonne forme physique

Bienvenue pour un voyage magique au pays de la morabeza, cette douceur qui fait l'art de vivre à la capverdienne et imprègne les lieux de l'océan aux hauts plateaux...

L'île de Santo Antão (Sentonton en créole), la plus occidentale de l'archipel, est sans conteste un paradis pour les randonneurs, avec ses petits ports de pêche, ses vallées vertes et luxuriantes, ses escarpements volcaniques vertigineux où cheminent d'improbables chemins pavés, fruits d'un labeur séculaire.

La diversité de paysages est étonnante, de l'Est fertile et verdoyant aux étendues arides de l'Ouest.

Mais, bien plus que tout cela, vous allez surtout faire la rencontre d'un peuple dont l'hospitalité, la simplicité, l'humour et le sourire contagieux vont droit au cœur.

Si vous aimez bousculer vos repères, alors, si Deus kizer, ce voyage est pour vous !

PROGRAMME

Ce programme est donné à titre indicatif. Nous devons nous adapter aux conditions météo, aux aléas des transports et des hébergements, aux impératifs de sécurité et au niveau des participants. Seule l'accompagnatrice reste juge du programme.

JOUR 1 – 22/11 : Vol Paris Orly > Lisbonne

Vol l'après-midi (ou fin de journée) – Nuit à l'hôtel proche de l'aéroport.

JOUR 2 – 23/11 : Vol Lisbonne > Mindelo – Accueil à Mindelo

Vol Lisbonne > pour Mindelo en matinée.

Accueil à 14h devant l'aéroport São Pedro-Cesaria Evora à Mindelo, sur l'île de São Vicente (code aérien VXE).

Installation à l'hôtel et balade en ville. Dîner à l'hôtel et soirée dans la ville de Cesaria Evora.

JOUR 3 – 24/11 : São Vicente - Santo Antão - Vila das Pombas

Traversée en bateau le matin (1h) jusqu'à l'île de Santo Antão, puis transfert en minibus (45 mn) jusqu'au Pico da Cruz (1540 m). Randonnée surplombant l'océan à travers terrasses et cultures exotiques.

Descente sur Vila das Pombas, petit bourg au bord de l'eau, dîner et nuit en gîte.

+200 m, -1500 m, 5 h. Vous retrouvez votre bagage.

JOUR 4 – 25/11 : Vallée de Paul

Après un court transfert en taxi, nous remontons la magnifique vallée de Paul, véritable oasis de l'île, à travers bananiers, cannes à sucre et ignames irrigués par un incroyable réseau de canaux. La vallée est réputée pour son « grogue », un rhum délicieux fabriqué dans les « trapiche », distilleries locales. Remontée jusqu'au hameau de Chã de Manuel dos Santos, nuit en gîte chez Sandro et dîner au restaurant voisin.

+700 m, -200m, 5 h. Vous retrouvez votre bagage.

JOUR 5 – 26/11 : Cova de Paul - Xoxo

Ascension sur un sentier pavé de toute beauté jusqu'au cratère de Cova, devenu une mosaïque de cultures. Traversée d'une belle forêt d'eucalyptus et de pins pour amorcer la raide descente sur le village de Xoxo (prononcer « chocho ») et sa vue imprenable sur la vallée aux pitons de basalte ciselés.

Une belle journée qui se termine avec l'accueil de Fatima et sa cuisine familiale !!

Nuit en gîte sur le toit-terrasse.

+1000m, -900m, 6 h. Pas de transfert de bagages, porter affaires du soir + duvet.

JOUR 6 – 27/11 : Xoxo - Chã de Mato - Caibros - Ponta do Sol

Du hameau, nous remontons vers le village de Chã de Mato en traversant des cultures en terrasses dignes d'un petit jardin d'Éden... Après un parcours panoramique sur le plateau d'altitude, descente dans la magnifique vallée de João Alfonso. Transfert (30 mn) vers Ponta do Sol.

Nuit en gîte chez Sissi et repas dans un restaurant près de la mer.

+600m, -1100 m, 6h. Vous retrouvez votre bagage.

JOUR 7 – 28/11 : Ponta do Sol - Chã de Igreja

Montée vers le joli village coloré de Fontainhas, et randonnée côtière de toute beauté le long d'un spectaculaire sentier taillé dans les falaises. Dîner et nuit en gîte au paisible village de Chã de Igreja.

+/- 500m, 5 à 6h. Vous retrouvez votre bagage.

Coralie GOUSSOT : 06 74 50 26 62

LES MATINS DU MONDE 24 rue Lalande 69006 LYON - Email: contact@lesmatinsdumonde.com
SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084
Garantie financière: APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP: HISCOX HA RCP0086435
Tel 00 (33) 04 37 24 90 30

JOUR 8 – 29/11 : Chã de Igreja - Meio d’Espanha

Après avoir traversé une plage de galets, nous remontons un chemin magnifiquement pavé qui passe de « ribeira » (vallée) en ribeira pour rejoindre le hameau perdu de Meio d’Espanha, au fond du vallon de Figueiras. Dîner au village et nuit sur la terrasse de l’école.

+1100m, -850m, 6 à 7h. Pas de transfert de bagages, porter affaires du soir+ duvet.

JOUR 9 – 30/11 : Meio d’Espanha - Alto Mira

Nous descendons le sentier en balcon vers l’océan puis remontons la ribeira d’Alto Mira avec ses cultures en terrasses et ses petits hameaux, où nous pourrions faire une halte avant notre arrivée dans le superbe cirque qui entoure le village... belle récompense ! Dîner et nuit à l’hôtel chaleureux d’Amadeu.

+950 m, -700 m, 6 à 7h. Vous retrouvez votre bagage.

JOUR 10 – 01/12 : Alto Mira - Curral das Vacas

Journée plus courte avec l’ascension matinale du col de Forquinha et ses impressionnantes lames de basalte (dykes), pour basculer dans un nouveau paysage : le beau cirque de Ribeira das Patas.

Dîner et nuit en gîte chez Chiquinha.

+/- 400m, 4h Vous retrouvez votre bagage (pour la dernière fois avant le J14).

JOUR 11 – 02/12 : Curral das Vacas - Norte

Aujourd’hui au menu, l’un des plus admirables sentiers de l’archipel : la montée au cratère de Bordeira de Norte. En haut, un paysage lunaire : nous sommes passés des cultures verdoyantes aux horizons désertiques, dominés par le volcan du Tope de Coroa, sommet de l’île. Dîner et nuit en gîte chez Fidel.

+800m, -600m, 5 à 6h. Pas de transfert de bagages, porter affaires du soir (+ éventuellement duvet).

JOUR 12 – 03/12 : Norte - Monte Trigo

Après un lever aux aurores, nous entamons une longue et magnifique descente sur l’océan, jusqu’au petit village de pêcheurs de Monte Trigo et sa plage de sable noir. Sieste obligatoire après un repas de poisson bien mérité ! Dîner et nuit à l’hôtel.

+300m, -1300m, 6 à 7h. Pas de transfert de bagages, porter affaires du soir.

JOUR 13 – 04/12 : Monte Trigo – Tarrafal

Nous finissons notre périple par un sentier côtier en balcon sur l’océan jusqu’au village de Tarrafal.

Après-midi libre pour profiter de ce si joli bout du monde. Nuit à l’hôtel et dîner au bord de la plage.

+/-200m, 3h30. Pas de transfert de bagages, porter affaires du soir.

JOUR 14 – 05/12 : Tarrafal - retour Mindelo

Transfert très matinal de Tarrafal jusqu’à Porto Novo, où nous récupérons les bagages suiveurs et prenons-le bateau retour (1h) pour Mindelo.

Balade en ville, emplettes, dernière soirée en musique. Nuit à l’hôtel.

JOUR 15 – 06/12 : Retour – Vol Mindelo > Lisbonne > Paris

Dernier jour sur place. Transfert pour l’aéroport. Vol pour Paris via Lisbonne, arrivée à Paris dans la soirée

DATES

Du samedi 22 novembre au samedi 06 décembre 2025

PRIX

Prix sur la base de 5 à participants minimum : 2980 EUR

Prix sur la base de 6 participants minimum et plus : 2770 EUR

Les prix indiqués ne sont valables que pour certaines classes de réservation sur les compagnies aériennes qui desservent cette destination. Ils sont donc susceptibles d'être modifiés en cas d'indisponibilité de places dans ces classes au moment de la réservation.

Hors vol, au départ de Mindelo : réduction de 900 EUR par passager

TRANSPORT

Les vols pour Mindelo pourront être opérés par l'une des compagnies suivantes : TAP Air Portugal. Si une autre compagnie que celle précitée est choisie, vous en serez préalablement informé.

Option Hors vol :

Les vols prévus pour la réalisation de ce programme tiennent compte des contraintes liées à l'acheminement des bagages. Beaucoup de billets proposés par les compagnies aériennes comportent trop d'escalas avec des temps de connexion beaucoup trop courts. Les risques de bagages non livrés à l'arrivée peuvent compromettre la réussite du séjour. Nous éliminons toutes les options qui nous paraissent trop risquées, et c'est pour cela que passer la nuit à Lisbonne nous paraît l'option la plus sûre.

Nous comprenons que vous souhaitiez des itinéraires de vol autres que ceux que nous sommes en mesure de vous proposer, et vous pouvez choisir de prendre vos vols vous-même, et que notre prise en charge ne démarre qu'à l'arrivée à destination (Prix hors vol).

Dans ce cas, indiquez-le en commentaire dans le formulaire d'inscription en ligne, ou par email.

Attention :

- **N'achetez pas votre billet d'avion tant que nous ne vous avons pas confirmé que le départ est garanti, c'est-à-dire que le nombre minimum de participants sont bien inscrits pour ce séjour.**
- **Soyez conscient que si le séjour doit être modifié ou annulé, vous ne pourrez prétendre à aucun remboursement de notre part concernant votre billet d'avion, nous vous conseillons vivement de choisir des tarifs remboursables.**
- **Et surtout : nous vous déconseillons très fortement de réserver un itinéraire avec des temps de connexion très (trop) courts, même si c'est pour éviter de passer la nuit à Lisbonne à l'aller. Il y a un risque important de manquer le vol suivant et de devoir passer la nuit à l'aéroport. De plus, les bagages enregistrés pourraient ne pas suivre.**

Sachez qu'il n'y aura pas possibilité de vous attendre, ni de gérer la situation pour vous, si vous vous retrouvez dans cette situation.



LE PRIX COMPREND

- Les vols aller-retour Paris Orly – Mindelo en classe économique (*pour une autre ville de départ, nous consulter*).
- Les deux nuits d'hôtels à Lisbonne lors des escales (nuit + petit-déjeuner – le dîner n'est pas inclus),
- Les taxes d'aéroport
- Les transports terrestres et maritimes sur place,
- Tous les repas sont inclus (sauf dîners J1 et J15 à Lisbonne),
- Tous les hébergements,
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne,
- Un service d'assistance médicale 24h/24 via téléphone satellite
- Les frais d'organisation.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les excédents de bagages sur les vols
- L'éventuel supplément en cas de départ autre que Paris,
- Le trajet de chez vous à l'aéroport de Paris Orly,
- L'enregistrement,
- La taxe de sécurité aéroportuaire, à payer en ligne ((environ 31€) voir plus loin)
- Les repas, taxis et autres frais à Lisbonne J1&J15,
- Les boissons,
- D'éventuels compléments de vivres de course,
- Les frais à caractère personnel (souvenirs etc.) et votre équipement personnel,
- Les frais supplémentaires entraînés par une éventuelle modification ou prolongement du séjour, indépendant de notre volonté (en dehors du programme prévu),
- Les assurances annulation, rapatriement et frais de premiers secours,
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans « le prix comprend ».



INFORMATIONS TECHNIQUES DU VOYAGE

DURÉE

15 jours et 14 nuits.

HÉBERGEMENT ET NOURRITURE

- Hôtels et gîtes : petits « résidentiels » simples mais soignés. Chambres de 2 à 4 personnes. Douche plus ou moins chaude.
- Toit-terrasse (J5 et 8) : lorsque cela est précisé, prendre sac de couchage et éventuellement tapis de sol. Douche et sanitaires collectifs.
- Les hébergements sont toujours très propres mais il peut y avoir des coupures d'électricité comme des coupures d'eau. L'eau est rare, voire très rare, attention à ne pas la gaspiller.
- Dîner en demi-pension ou dans de petits restaurants simples. Pique-nique le midi : apporter un Tupperware et des couverts. Au menu, le plat national, la caxupa (catchoup'), à base de maïs et de haricots, du poisson ou du porc avec manioc, carottes, patates douces...

ENCADREMENT

Par Coralie Goussot, accompagnatrice en montagne, qui est déjà allée plusieurs fois au Cap Vert.

En cas d'indisponibilité de Coralie Goussot (pour un cas de force majeure), elle pourra être remplacée par un(e) autre accompagnateur/trice en montagne.

GROUPE

5 participants minimum et 10 participants maximum.

DIFFICULTE

- Randonnée en itinérance de niveau soutenu
- 15 jours - 14 nuits - 11 journées de marche
- 5 à 7 h de marche par jour, dénivelés positifs moyens de 500 à 1100m.
- Bons sentiers souvent pavés, parfois raides ; tenir compte de la chaleur.

Ce voyage n'est pas adapté aux personnes à mobilité réduite.

PORTAGE ET LOGISTIQUE

Selon les jours, soit vous ne portez qu'un sac à dos pour la journée (pique-nique, eau, chapeau, veste) soit environ 7kg, soit vous portez vos affaires pour le soir, avec parfois le duvet en plus (et éventuellement le tapis de sol), soit environ 10kg.

Vous retrouvez votre sac suiveur les soirs 3,4,6,7,9,10,14. Vous portez vos affaires du soir les J5-6 (+duvet), J8-9 (+duvet), et J11-12-13. Vous portez un sac journée les J3,4,7,10. Cela est précisé dans l'itinéraire jour par jour.

TRANSPORTS TERRESTRES

Sur place nous prendrons ponctuellement des transports privés avec chauffeur.

TRANSPORTS MARITIMES

Les liaisons entre les îles se déroulent sur des bateaux récents et sécurisés.

SAVOIR-VIVRE

Inutile de le dire, les Cap-Verdiens sont d'une hospitalité et d'un respect sans faille, alors montrons-nous à la hauteur : pas de photos sans permission et autres inconduites touristiques...

CLIMAT

Logiquement beau et chaud, avec du vent. Il peut y avoir quelques gouttes (bruine) en altitude ou du brouillard. L'eau de mer est à environ 22°C. Novembre-Décembre sont des mois excellents pour y randonner. Toutefois si les journées sont chaudes à Santo Antão, dès 18h il peut faire froid (pull, veste nécessaires).

FORMALITES ET VACCINATIONS

- **Passeport en cours de validité et impérativement valide au moins 6 mois après la date de retour** pour les français. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.
- Les ressortissants français voyageant au Cap-Vert pour un motif touristique sont exemptés de visa **si la durée de leur séjour n'excède pas 30 jours.**
- Quels que soient la durée et le motif de son séjour, tout voyageur (hors titulaire de passeport diplomatique ou de service) n'étant pas de nationalité capverdienne ou détenteur d'une carte de résidence au Cap-Vert doit se soumettre, au moins cinq jours avant son arrivée sur le territoire capverdien, à **une formalité préalable de pré enregistrement** sur la plate-forme gouvernementale dédiée www.ease.gov.cv.

Lors de l'accomplissement de cette démarche, le voyageur saisit les données de son passeport, ses dates prévisibles d'entrée et de sortie du territoire capverdien, son N° de vol et son lieu de villégiature, et s'acquitte d'une taxe de sécurité aéroportuaire de 3 400 escudos (30,83 €). Il est conseillé de conserver un justificatif du paiement de cette taxe afin de pouvoir le présenter, sur demande, à l'arrivée sur le territoire capverdien.

- **Aucun vaccin n'est obligatoire.** Cependant, tout voyageur passant par le Sénégal ou le Brésil doit être vacciné contre la fièvre jaune et disposer d'un carnet de vaccinations internationales à jour.

S'assurer d'être à jour dans ses vaccinations habituelles ainsi que celles liées à toutes les zones géographiques visitées. Vaccins recommandés : diphtérie-tétanos-poliomyélite (DTP) ; rubéole-oreillons-rougeole (ROR) chez l'enfant ; antituberculeuse ; fièvre typhoïde et les hépatites virales A et B. Il est préférable d'être vacciné contre la méningite bactérienne A + C + Y + W135. Consultez votre médecin avant le départ.

PRECAUTIONS SANITAIRES

Voyager au Cap-Vert est des plus simples : il n'y a pas de paludisme, ni serpent, ni scorpion. Il existe cependant une scolopendre (dont la piqûre douloureuse n'est pas mortelle) appelé *sanpé*. - Le danger principal vient surtout de la chaleur et du rayonnement solaire (vous êtes sous les tropiques, ça cogne !).

Protégez-vous : vêtements + chapeau + lunettes en évitant les débardeurs ; gardez les pour vos soirées et préférez des chemises à col pour marcher. Et attendez-vous à des levers matinaux !

- Il est recommandé de ne pas boire l'eau du robinet, mais de la filtrer avec un filtre à eau adapté ou de la désinfecter avec des pastilles type Micropur, ou d'acheter de l'eau minérale, que l'on trouve facilement en bouteille ou, mieux, en bidon de 5 litres à partager avec les autres participants.
- Le virus Zika, transmis par un moustique est présent, mais essentiellement dans les milieux défavorisés et malpropres des villes de Praia et São Filipe, situées sur des îles où vous n'allez pas ; il n'y a pas de cas enregistrés à Mindelo et Santo Antão. Prenez tout de même un répulsif moustique.
- Au quotidien, lavez-vous fréquemment les mains (prenez un gel hydroalcoolique) et protégez-vous du rayonnement solaire bien plus marqué qu'en France.
- Inutile de vous surcharger car j'ai une pharmacie, mais prenez de quoi soigner les ampoules (compresses + désinfectant + double peau + Elastoplast + pansements), et vos médicaments personnels (paracétamol, anti-inflammatoire, anti-diarrhéique, antibiotique à large spectre, ordonnance obligatoire).
- Il est de la responsabilité de chacun d'entre vous de nous avertir de tout problème médical.

Coralie GOUSSOT : 06 74 50 26 62

**LES MATINS DU MONDE 24 rue Lalande 69006 LYON - Email: contact@lesmatinsdumonde.com
SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon - Immatriculation IM069100084
Garantie financière: APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP: HISCOX HA RCP0086435
Tel 00 (33) 04 37 24 90 30**

- N'oubliez pas de nous signaler à l'avance une allergie alimentaire ou régime spécial.

FORMALITES LIEES A LA PANDEMIE COVID 19

Les mesures en vigueur sont évolutives. Il est conseillé de suivre les recommandations du site internet de l'ambassade de France au Cap-Vert (<https://cv.ambafrance.org/>) et de consulter régulièrement le site du ministère des affaires étrangères Conseils aux voyageurs

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/cap-vert>

ASSURANCES

Vous pouvez vous assurer par vous-même ou choisir une des options proposées dans le bulletin d'inscription à renvoyer à l'agence de voyage Les Matins du Monde.

Si vous ne souhaitez pas souscrire au contrat Multirisque, assurez-vous :

- Que votre contrat prévoit bien la prise en charge des frais de secours et sauvetage

Les frais de recherche et de secours est la garantie la plus difficile à obtenir. Très peu de contrats proposent cette garantie, et ceux qui la proposent en limitent parfois l'application à des cas très particuliers (par ex : uniquement en cas d'accident pendant la pratique d'une activité sportive.... Excluant toute maladie, ou accident hors terrain sportif...).

- Que le montant de la prise en charge des frais de secours et de sauvetage (notamment pour les voyages dans des zones isolées) est adapté.

Nous vous conseillons d'être couvert pour un montant minimum de 15 000 euros par personne.

- Que le montant de la prise en charge des frais médicaux soit bien suffisant en fonction de votre destination.

Ceux-ci peuvent parfois s'avérer élevés.

Si le montant de vos garanties est insuffisant, les frais seront à votre charge.

***Attention :** l'assurance rapatriement proposée par les cartes de paiements (Visa, Premier, Gold, Mast erCard) ne suffit pas dans le cadre d'un voyage dans une région isolée. Par contre, ces cartes peuvent couvrir l'annulation dans le cas où le voyage a été payé dans son intégralité par carte, et uniquement pour le titulaire de la carte et pour ses ayants droits (dans les limites de votre contrat bancaire).*



INSCRIPTION

Ce voyage est conçu par Coralie Goussot et organisé par :

Les Matins du Monde - 24 rue Lalande 69006 Lyon
contact@lesmatinsdumonde.com – Tel: 00 (33) 4 37 24 90 30

Pour confirmer votre participation à ce voyage, il faudra vous inscrire via le lien envoyé par email.
Si vous ne l'avez pas reçu, vous pouvez nous envoyer un mail et demander le lien d'inscription au voyage.

Le règlement peut se faire, selon votre choix :

- Par chèque à l'ordre *Les Matins du Monde*,
- Par carte de crédit : A réception de votre dossier d'inscription, nous vous enverrons un lien qui vous permettra de procéder au règlement par carte de crédit,
- Par virement bancaire :

IBAN (International Bank Account Number) FR76 1027 8073 2000 0585 4554 088
BIC (Bank Identifier Code) CMCIFR2A

ECHEANCIER DE REGLEMENT

- **35% du montant global + le montant total de l'assurance** si vous la souscrivez à l'inscription, avec le bulletin d'inscription soigneusement rempli et signé.

- Le solde doit nous être parvenu impérativement **60 jours avant le départ.**



LISTE DE MATERIEL INDIVIDUEL

SACS

Vous aurez deux sacs :

- Un sac de voyage souple et de taille raisonnable qui vous sera amené à chaque fois qu'il y a transfert de bagages
- Votre sac à dos avec vos affaires pour la rando et éventuellement pour le soir.

Attention : si vous enregistrez un bagage en soute, prévoyez dans votre bagage à main quelques affaires pour débiter le séjour (T-shirts et sous-vêtements de rechange, brosse à dents, serviette, chaussures de rando) en cas de problème de suivi des bagages.

POUR LA JOURNEE

- Un sac à dos de 40 à 45 litres, avec un sursac protecteur imperméable
- Chaussures de rando : bon maintien de la cheville, bonne semelle, ni usées, ni neuves !
- 2 shorts ou mieux pantacourts (pour se protéger du soleil)
- 2 T-shirts (pas d'interdit vestimentaire)
- 2 hauts amples et légers à manches longues pour se protéger du soleil : obligatoire
- Casquette ou chapeau et/ou foulard, lunettes de soleil protection 3, crème solaire : obligatoires
- 1 veste type Gore-tex légère
- Gourde(s) ou camel-back : minimum 2 l d'eau
- Bâtons conseillés (attention à bien les mettre en soute)
- Sacs plastiques pour emballer la nourriture et servir de poubelle
- Tupperware avec couvercle hermétique 0,75l pour le pique-nique + couverts + couteau
- Si vous voulez, prenez quelques en-cas en complément ; je fournirai des biscuits achetés sur place
- Couverture de survie si vous en avez une

POUR LE SOIR

- Sandales
- 1 pantalon léger
- 1 polaire et/ou une veste duvet légère, les soirées peuvent être fraîches
- Lampe frontale et boules Quiès
- Sac à viande si vous voulez
- Serviette et affaires de toilette

POUR LES SOIREES SANS ACCES BAGAGES

- Sac de couchage température confort 5 - 10°C
- Tapis de sol : il ne servira pas forcément beaucoup mais c'est bien que certains parmi nous en aient un (léger et peu volumineux) pour dormir sur les toits-terrasses
- Affaires de toilette réduite à leur plus simple expression : mini-brosse à dents, mini-dentifrice, mini-savon-shampooing écologique, et contenant léger type sac congélation
- Mini-serviette légère et qui sèche vite
- Chaussettes, T-shirts et sous-vêtements de rechange réduits au strict minimum : possibilité de faire sa lessive et séchage rapide

DIVERS

- Possibilité de charger des appareils et couverture réseaux variables
- Prises électriques identiques à la France, pas besoin d'adaptateur
- Argent : A Mindelo, les banques sont fermées le dimanche, jour de votre arrivée. Il y a des distributeurs automatiques à Mindelo mais aussi un à Porto Novo, Ribeira Grande, Ponta do Sol. Attention ils ne fonctionnent pas toujours (il existe aussi des bureaux de change privés à Mindelo)
- Eventuellement, prévoyez pour argent et papiers une petite banane à porter sous les vêtements dans les rues de Mindelo (comme dans toute ville touristique, il faut être un peu vigilant)

