

GUIDE TOURISTIQUE  
À LA DÉCOUVERTE  
DE LA GUINÉE-BISSAU

DEUXIÈME ÉDITION RÉVISÉE ET MISE À JOUR





L'association « Afectos com Letras » est née de la volonté de faire un peu plus pour les autres. Il s'agit d'une organisation non gouvernementale pour le développement (ONGD) portugaise, fondée en 2009, et qui a pour objet social la conception, la promotion, l'exécution et le soutien à des programmes, projets et actions au Portugal et, en particulier, dans les pays en voie de développement, dans les domaines de la formation, de la santé publique et de l'éducation. Depuis 2009, l'intervention de cette ONGD se concentre en Guinée-Bissau, où elle mène divers projets dans les secteurs de l'éducation, de la santé et de l'autonomie des femmes.

[WWW.FACEBOOK.COM/AFECTOSCOMLETRAS](http://WWW.FACEBOOK.COM/AFECTOSCOMLETRAS)

AIDEZ-NOUS À AIDER



[GUIDE TOURISTIQUE]

# À LA DÉCOUVERTE DE LA GUINÉE-BISSAU

JOANA BENZINHO | MARTA ROSA

DEUXIÈME ÉDITION RÉVISÉE ET MISE À JOUR



## FICHE TECHNIQUE

Titre : Guide touristique: À la découverte de la Guinée-Bissau

Auteurs: Joana Benzinho et Marta Rosa | ONGD Afectos com Letras

E-mail : afectoscomletras@gmail.com

Design et mise en page : Hugo Charrão

Illustrations : Jorge Mateus | Nuno tavares

Revision linguistique: on a bénéficié du concours à titre personnel de l'ambassadeur de France à Bissau, S.E. M. Jean-Louis ZOËL et du Premier Secrétaire de cette ambassade, M. Maxime Talidec

Crédit circuits en vélo: Ignacio Morales, Chiara Guidetti

Photo de couverture: Chiara Guidetti

Photo de couverture arrière: Stand Up Media / Mike Marroquim

Impression : Gráfica Ediliber, Coimbra

Tirage : 750 exemplaires

ISBN: 978-989-99543-3-5

Dépôt légal:

Mars de 2018

Version révisée et mise à jour

Tous droits réservés conformément à la législation en vigueur.

© Union Européenne 2018

Les informations et points de vue figurant dans cette publication ne reflètent pas nécessairement l'opinion officielle de l'Union européenne. Aucune institution ou aucun organe de l'Union européenne, ni aucune personne agissant en son nom ne peut être tenu pour responsable de l'utilisation qui pourrait être faite des informations qu'elle contient. Reproduction autorisée si la source est citée.

# AIDEZ À PROTÉGER LES ENFANTS : VOYAGEZ RESPONSABLE !

La Guinée-Bissau a adhéré à la Convention relative aux Droits de l'Enfant ; **l'exploitation sexuelle des enfants dans les voyages et le tourisme est ainsi punie par la loi.** Les abus sexuels, y compris le tourisme sexuel infantile, ont de graves conséquences émotionnelles, psychologiques, physiques et sociales pour les victimes. À long terme elles doivent faire face à des sentiments de culpabilité, à la dépression, à des traumas et à une faible estime de soi. Elles souffrent souvent de stigmatisation et sont exclues du système éducatif. Le tourisme sexuel a un impact négatif sur la santé, le bien-être et les perspectives d'avenir des enfants.

L'exploitation sexuelle commerciale des enfants implique l'achat et la vente d'enfants âgés de moins de 18 ans à des fins sexuelles. L'exploitation sexuelle des enfants dans le tourisme, le trafic sexuel d'enfants, la prostitution des enfants et la pédopornographie constituent des formes de ce crime. L'exploitation sexuelle des enfants dans le tourisme et les voyages se produit habituellement dans des hôtels ou autres infrastructures de voyage. Il est donc important de travailler avec les opérateurs de tourisme responsable pour empêcher ces crimes.

La Plateforme Internationale contre le tourisme sexuel infantile [www.reportchildsextourism.eu](http://www.reportchildsextourism.eu) permet de déclarer l'exploitation sexuelle des enfants dans le cadre de tourisme et de voyages. Par le biais de cette application, des plaintes peuvent être réalisées dans 19 pays en seulement 3 clics. Le projet « **Don't Look Away!** » est cofinancé par l'Union européenne et implique des membres du réseau ECPAT International ([www.ecpat.org](http://www.ecpat.org)), qui promeuvent de nouvelles façons de lutter contre l'exploitation sexuelle des enfants dans le cadre de voyages et du tourisme.

## TOURISME RESPONSABLE : LORSQUE VOUS VOYAGEZ, VOYAGEZ RESPONSABLE!

- Choisissez une agence de voyage qui a adhéré au Code du Tourisme pour la Protection de l'Enfant pour obtenir plus d'informations sur ses politiques de protection des enfants, des rapports sur des cas potentiels et autres mesures de protection des enfants;
- Évitez les boîtes de nuit, les bars, etc, si des enfants sont présents ;
- Ne restez pas dans les hôtels où les mineurs locaux sont admis dans les chambres ;
- Ne donnez pas d'argent à des enfants ou des travailleurs ambulants mineurs ; mais préférez plutôt soutenir des organisations locales qui travaillent pour la protection des enfants;
- Demandez toujours la permission avant de prendre des photos d'enfants et ne les emmenez jamais dans un autre endroit sans autorisation ;
- Si vous avez des soupçons de tourisme sexuel infantile, **en tant que touriste, ne détournes pas votre regard, signalez-le !** Chaque année, environ 1,8 millions d'enfants sont victimes d'exploitation sexuelle dans le monde entier. Certains sont victimes de traite dans le but d'esclavage sexuel et des millions d'images d'abus sexuels circulent quotidiennement sur internet.

# PRÉFACE

Les relations entre l'UE et la République de Guinée-Bissau remontent à 1975, lorsque le pays a adhéré à la première Convention de Lomé. Au cours de plus de 40 ans de partenariat pour le développement entre la Guinée-Bissau et l'Union européenne, nous sommes fiers d'avoir mis en place, avec nos 28 États membres, un dialogue permanent avec les partenaires nationaux sur la base d'un projet de paix, de démocratie et de respect des droits de l'Homme, toujours engagés à fournir un soutien aux différents secteurs d'intérêt commun, de favoriser un développement socio-économique durable et inclusif.

La Guinée-Bissau est un pays au passé riche et abrite de nombreuses traditions qui nous interpellent et nous surprennent avec leurs caractéristiques qui l'enrichissent et la rendent si spéciale aux yeux des visiteurs, alors qu'elle est si peu connue dans le monde globalisé dans lequel nous évoluons. Le potentiel touristique de ce pays, qui reste encore inconnue et inexploré, cache un riche patrimoine, le résultat de sa situation géographique privilégiée et des caractéristiques uniques de la flore et la faune, ainsi que de la diversité ethnique et culturelle qui abrite.

La première édition du Guide touristique a suscité un tel accueil et un enthousiasme que cela nous a amenés immédiatement à réfléchir à la façon de l'améliorer et d'accroître sa diffusion à un public plus étendu. Avec cette deuxième édition, élaboré une nouvelle fois en collaboration avec l'ONG « Afectos com Letras », et avec le soutien des ambassades du Portugal, et de la France auprès de la République de Guinée-Bissau, ainsi que du ministère du Tourisme et de l'Artisanat, l'objectif est d'améliorer la précédente édition en la rendant plus facile à lire; Nous avons inclus des cartes et des graphiques ainsi que de nouvelles photos, toutes avec l'objectif réaffirmé de faire

connaître au visiteur potentiel de la Guinée-Bissau son excellence naturelle, sociale et culturelle, dans un circuit sans prétention, qui est associé également à un échantillon de projets financés par l'Union européenne<sup>1</sup>. Nous cherchons aussi à intégrer quelques suggestions des opérateurs touristiques locaux et internationaux et nous avons bénéficié du travail d'un designer qui a amélioré la présentation d'ensemble du Guide. Nous voulions aussi introduire un personnage représentatif de la Guinée-Bissau, qui a été créé par un jeune artiste.

Nous croyons que cette publication est une contribution importante pour que tout le monde puisse connaître la Guinée-Bissau et profiter de sa richesse la plus intrinsèque sans interférer avec ce qui est plus précieux qu'elle abrite: un sanctuaire de la biodiversité mondiale qu'on doit respecter et protéger.

5

Bissau, mars de 2018

*Victor Madeira dos Santos*

Ambassadeur Chef de la délégation de l'Union européenne  
auprès de la République de Guinée-Bissau

---

<sup>1</sup> Pour plus d'informations sur les activités de l'Union européenne en Guinée-Bissau, veuillez consulter: [eeas.europa.eu/delegations/guinea-bissau\\_en](http://eeas.europa.eu/delegations/guinea-bissau_en)

SENEGAL

CACHEU

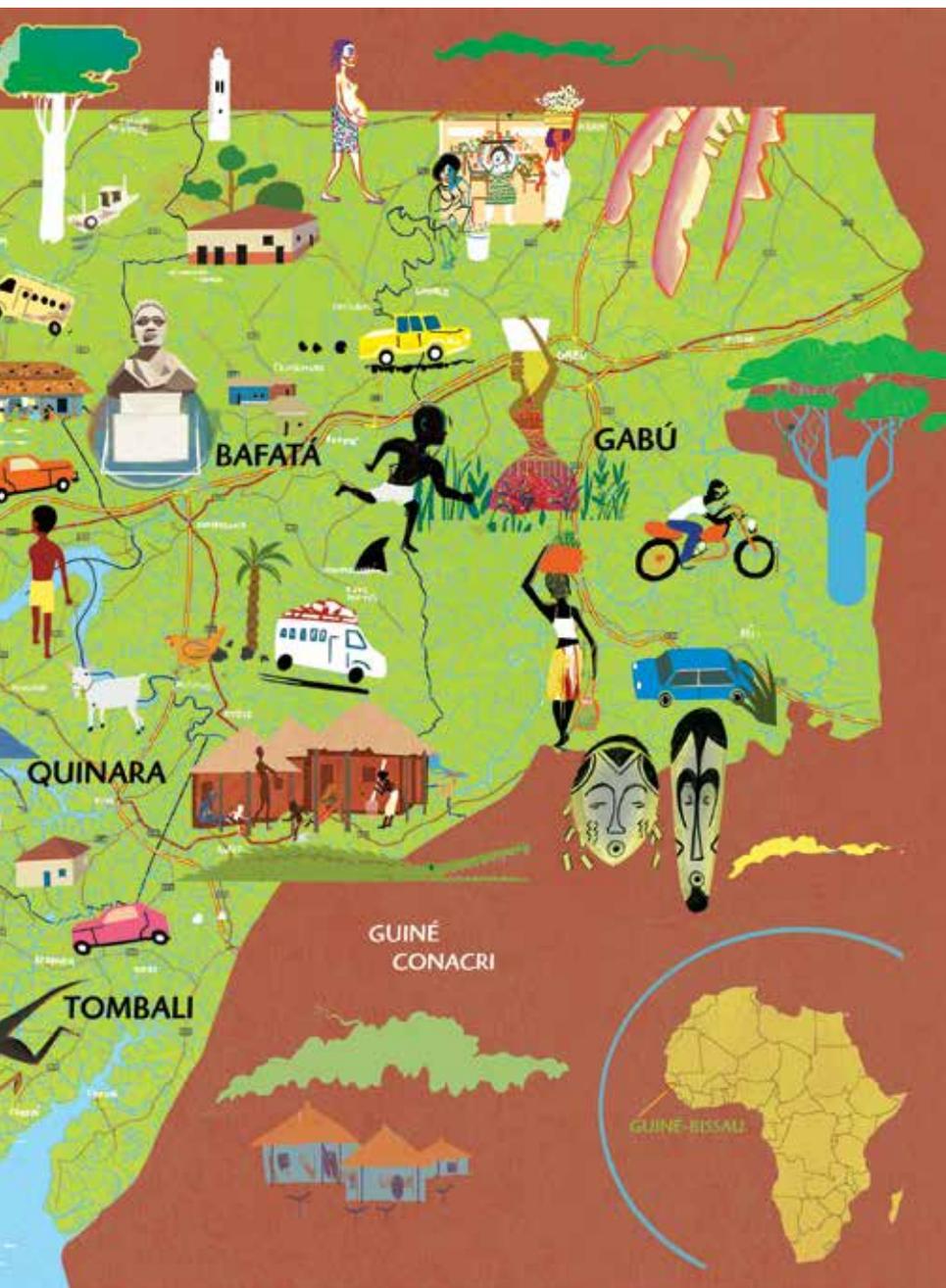
OIO

BISSAU

BIOMBO

BOLAMA  
/BIJAGÓS





# QUE VOIR EN :

## UNE JOURNÉE



PLACE DES HÉROS NATIONAUX



MAUSOLÉE D'AMÍLCAR CABRAL, BISSAU

© AFFECTOS COM LETRAS



TISSEUR DE "PANO DE PENTE"

© STAND UP MEDIA/ MIKE MARROQUIM

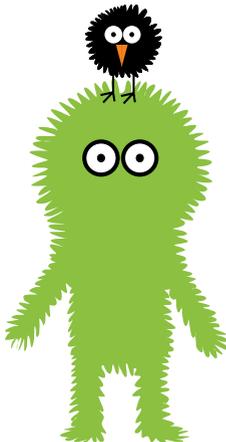


CACHEU

© INÊS MÁXIMO PESTANA

### CIRCUIT HISTORIQUE ET CULTUREL :

Ville de **Bissau**, Ilhéu do Rei (Îlot du Roi) et quartiers périphériques.



### CIRCUIT DES TRADITIONS ET DES ARTS GUINÉENS :

**Quinhamel**, avec une visite d'Artissal et de la distillerie, avec un déjeuner à base d'huîtres et une promenade sur les bras de rivières et les mangroves.

### CIRCUIT HISTORIQUE ET CULTUREL :

Ville de **Cacheu** – Route des esclaves –, visite de la ville et découverte de l'artisanat local. Comment s'y rendre : trajet en voiture de Bissau jusqu'à Cacheu (100 km), avec un arrêt au retour à Canchungo, qui se trouve à 79 km de Bissau.



QUINHAMEL

© AFECTOS COM LETRAS



MARCHÉ DE BAFATÁ

© AFECTOS COM LETRAS



SALTINHO

© AFECTOS COM LETRAS



MANGROVES DE CACHEU

© AFECTOS COM LETRAS

### CIRCUIT HISTORIQUE ET CULTUREL :

Ville de **Bafatá** (ville natale d'Amílcar Cabral), avec un passage au village de Tabatô, connu pour la fabrication du Balafon par ses habitants, qui jouent également de cet instrument traditionnel de la culture mandinga. Comment s'y rendre: trajet en voiture de Bissau à Bafatá (150 km), puis 10 km jusqu'à Tabatô.

### CIRCUIT DE LA NATURE :

Rapides de **Saltinho** et de **Cussilinta**. Possibilité de se baigner et de profiter d'un jacuzzi naturel dans le fleuve Corubal. Comment s'y rendre: trajet en voiture de Bissau à Saltinho (175 km), avec un arrêt à Cussilinta au retour, à 15 km de Saltinho.

### CIRCUIT DE LA NATURE :

Visite du **Parc naturel des mangroves de Cacheu**, avec une promenade en bateau jusqu'à São Domingos ou l'une des tabancas plus distantes. Comment s'y rendre : trajet en voiture de Bissau à Cacheu (100 km), puis en bateau à moteur à réserver préalablement. Horaires des promenades en fonction des marées.



# DEUX JOURS :



LACS DE CUFADA

© CHIARA GUIDETTI



PLAGE DE VARELA

© AFECTOS.COM/LETRAS



CANTANHEZ

© AFECTOS.COM/LETRAS

## CIRCUIT DE LA NATURE :

**Parc naturel des lacs de Cufada:** promenade en kayak, marches, promenade en bateau sur le Rio Grande de Buba. Comment s'y rendre : trajet en voiture de Bissau à Buba (223 km), puis 20 km de piste en terre battue jusqu'aux lacs.

## CIRCUIT DES PLAGES:

Une visite de **Varela** permet de découvrir la plus jolie plage continentale du pays et la culture de l'ethnie Felupe. Comment s'y rendre : trajet en voiture (175 km depuis Bissau, dont 53 km de piste en terre battue).

## CIRCUIT HISTORIQUE ET NATUREL :

Visite de la **forêt de Can-tanhez**, où l'on peut voir des chimpanzés dans leur environnement quotidien, et visite du musée de l'indépendance de la Guinée-Bissau, à Guiledje. Comment s'y rendre : trajet en voiture (258 km à partir de Bissau), les 60 derniers kilomètres se faisant sur une piste en terre en très mauvais état.

10



# TROIS JOURS



KERÉ

© CHIARA GUIDETTI

## CIRCUIT DE LA NATURE

**Îles de Keré, Carache et Caravela.** Comment s'y rendre: en bateau depuis Ponta Biombo. Horaires et jours adaptables, à voir à l'hôtel Keré, propriétaire du bateau.



BOLAMA

© CHIARA GUIDETTI

### CIRCUIT HISTORIQUE

Visite de l'île de **Bolama** et de sa capitale du même nom. Possibilité de se rendre à l'île de Galinhas en pirogue motorisée. Comment s'y rendre : via le bateau de transport qui part de Bissau. Horaires dépendants des marées, à consulter au port la veille du voyage.



RUBANE

© AFECTOS COM LETRAS

### CIRCUIT NATURE ET TRADITION BIJAGÓS

Visite de l'île de **Bubaque**, avec une possibilité de poursuivre jusqu'à Rubane, Soga et Canhabaque en pirogue motorisée ou en canot privé, à réserver sur place. Comment s'y rendre : via le bateau qui part de Bissau. Horaires dépendants des marées, à consulter au port la veille du voyage.



ÎLE DE ORANGO

© VALENTINA CIRELLI

### CIRCUIT HISTORIQUE ET NATUREL

**Île d'Orango**, connue pour sa communauté d'hippopotames amphibiens, et visite du mausolée de la reine Okinka Pampa, qui a régné sur les Bijagós jusqu'à sa mort, en 1923. Elle est vénérée dans tout l'archipel. Comment s'y rendre: en bateau jusqu'à Orango, à organiser à l'IBAP, avec l'Orango Parque Hôtel ou une agence de voyages.



## UNE SEMAINE OU PLUS



BUBAQUE

© AFECTOS COM LETRAS

Remarque : l'état des pistes en terre battue dépend de la saison. Il s'aggrave pendant la saison des pluies, époque où la vitesse moyenne ne dépasse pas 30 à 40 km/h.

### ITINÉRAIRE DES ÎLES

Avec la possibilité d'effectuer une croisière de 8 à 10 jours vers les îles les plus sauvages et difficilement accessibles. Comment s'y rendre: croisière África Princess.

# CIRCUITS EN VELO

## UNE AUTRE FAÇON DE CONNAÎTRE LA GUINÉE-BISSAU.

*"Branco...Branco! Branco peelé, Branco Mindjer... ! Branco patim bicicleta bo!"*

Ce sont les mots le plus souvent entendues par les cyclistes qui s'y aventurent par la Guinée-Bissau.

Le vélo est un moyen convivial pour la nature et les communautés et permet un contact direct avec l'environnement sans perturber la faune et la flore; parfois les vélos surprennent les communautés qui les utilisent pour se déplacer mais il est rare de les voir passer avec des touristes dans les tabancas. La Guinée-Bissau est un pays relativement sûr et les touristes peuvent profiter d'un moyen de transport comme le vélo pour connaître de près le pays sans crainte. Précautions: éviter Bissau, vu que dans la capitale le trafic est assez intense et dangereux. Portez toujours un casque. Habituellement, dans les itinéraires proposés il y a normalement des petits magasins sur le long de la route ou des tabancas où acheter de l'eau, mais il est conseillé d'en apporter toujours une bonne quantité, parce que la chaleur est assez forte et il y a un risque de déshydratation, surtout pour ceux qui ne sont pas habitués aux climats humides, tropicaux et chauds. Les itinéraires décrits ci-dessous ont été testés par des personnes qui vivent à Bissau, des athlètes amateurs, cyclistes non professionnels, de sorte qu'ils sont appropriés pour un niveau moyen de préparation. Le temps de parcours et la vitesse moyenne sont indicatifs.



### ILLE DE BUBAQUE: BUBAQUE - PLAGE DE BRUCE

Distance: 15 km  
Altitude voyage 32 m  
Temps: 0h40  
Vitesse moyenne: 22,7 km/h

L'île de Bubaque n'a pas beaucoup d'options pour se déplacer, de sorte que le vélo est un moyen de détente pour se rendre à la plage de Bruce, au départ de Bubaque, et qui se trouve sur le côté opposé de l'île. Les vélos peuvent généralement être loués directement dans les établissements hôteliers. Il est conseillé de faire la réservation la veille et de vérifier l'état des vélos avant de partir. Il est recommandé de partir avant 10 heures, de revenir après 16h, et de ne pas rouler quand le soleil est au zénith.

Le chemin est simple et bien signalisé; en fait il s'agit de la seule route goudronnée qui arrive à la plage de Bruce. En passant entre les tabancas et les communautés, on peut apercevoir des animaux tels que des singes, ainsi que de grands arbres sacrés.



### EN SORTANT DE BISSAU: HÔPITAL SIMÃO MENDES - CHEMIN DE NHACRA

Distance: 23 km  
Altitude voyage: 65 m  
Temps: 1h30  
Vitesse moyenne: 14 km/h

Route idéale pour une promenade l'après-midi, comme dans la musique du chanteur bissau-guinéen Binhan «sortir et se détendre après une dure journée de travail» (*“Um dia de tarde cabeça quente n’sai pa dai um passeio...”*). En quittant l'Hôpital National Simão Mendes vers Bissau Velho, tourner à gauche immédiatement après l'hôpital, passer par la société Mavegro, ensuite devant le consulat honoraire de Turquie, puis à droite, dans la rue de Afripesca, entrer dans la nouvelle route vers le port pendant 5.5 km jusqu'au rond-point de Antula. A ce petit rond-point, prendre à la première sortie à droite une route de terre qui se termine à un bras de la rivière Geba qui empêche le passage. Les fluctuations des marées sont incroyables, et cela vaut la peine de s'y rendre à différents moments afin de constater les changements du paysage. A partir du rond-point d'Antula, on trouve tout d'abord le quartier Antula-Bono, puis l'on passe immédiatement à côté des plantations de noix de cajou, avant d'arriver à une rizière. Vous pouvez faire cette route tout au long de l'année, même si une partie de la rizière peut présenter des zones marécageuses.

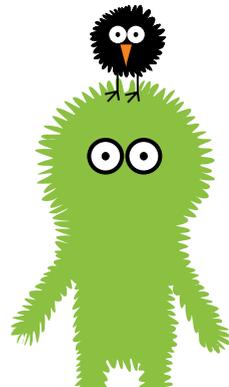


### BISSAU: TOUR DE BISSAU

Distance: 25 km  
Altitude voyage : 142 m  
Temps: 1h40  
Vitesse moyenne : 15,5 km/h

Se déplacer à Bissau, à travers les quartiers intérieurs et le nouveau boulevard périphérique de la ville. En quittant le port par les rizières où l'autoroute qui va lier Bissau à Safim est en cours de construction, on passe Antula et Sao Paulo, où vous pouvez apprécier les grandes rizières et une nouvelle route goudronnée facilement accessible à pied. Après une distance de 11,5 km, vous arrivez à la jonction avec la principale avenue de l'aéroport et vous entrez dans les quartiers du centre-ville avec des rues non goudronnées ; la dernière partie traverse le quartier Cuntum Madina, les rizières, en atteignant l'Alto Bandim et le stade du « 24 de Setembro », qui est également une route facilement praticable pendant la saison sèche.

13





**PARC NATIONAL  
DE CANTANHEZ:**  
GUILLEDJE - IEMBERÉM

Distance: 34 km  
Altitude voyage: 232 m  
Temps: 2h  
Vitesse moyenne 16,8 km/h

En quittant Guiledje, on trouve l'ancienne caserne portugaise, de l'époque coloniale, aujourd'hui un musée. En continuant la route tout droit à travers quelques tabancas jusqu'à Faro-Silacunda, vous allez voir un panneau indiquant « Cantanhez 18 km », et vous tournez à gauche. Le chemin n'est pas clair entre les maisons, mais les habitants pourront vous aider! De là, vous entrez dans les plantations de noix de cajou entrecoupées de jungle, et pendant dans la saison sèche, vous trouverez aussi quelques terrains sablonneux. Passez par la Mission São Francisco de Mato pour atteindre ensuite la route principale qu'on a laissée à Faro-Silacunda. Au carrefour, on tourne à gauche et, sans quitter la route principale, nous arrivons à Iemberem.

Contrairement à d'autres routes décrites dans ce guide, cela présente des difficultés supplémentaires en raison du mauvais état de la route et ses hauts et bas qui exigent un peu plus du cycliste du point de vue physique. Pendant la saison des pluies, la route est marécageuse par endroits : il est donc préférable de l'éviter.



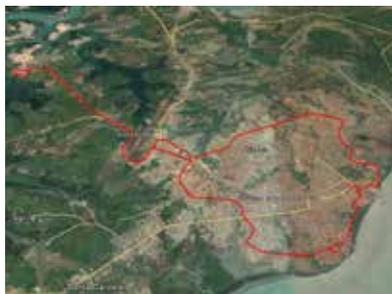
**BIOMBO:**  
QUINHAMEL - PONTA BIOMBO -  
QUINHAMEL

Distance: 45 km  
Altitude voyage: 173 m  
Temps: 2h50  
Vitesse moyenne: 16 km/h

À la fin de la route goudronnée après Quinhamel, le cycliste peut explorer le Royaume Papel, appelé "Tchon di Pepe-l" et le Royaume de Tôr.

Un chemin très varié est couvert par des dizaines de « poilões », des arbres sacrés de plusieurs royaumes. Dans la dernière tabanca un petit magasin vend de l'eau et d'autres boissons; vous pouvez trouver des magasins avec des fruits et cacahuètes ou noix de cajou, selon la saison. Après une partie plus ombragée, vous arriverez à la petite plage de Biombo, où se trouve un phare portugais annonçant la terre aux navires. Des dauphins sont visibles en mer.

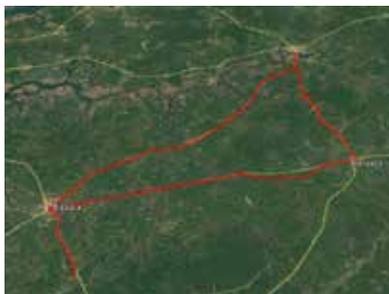
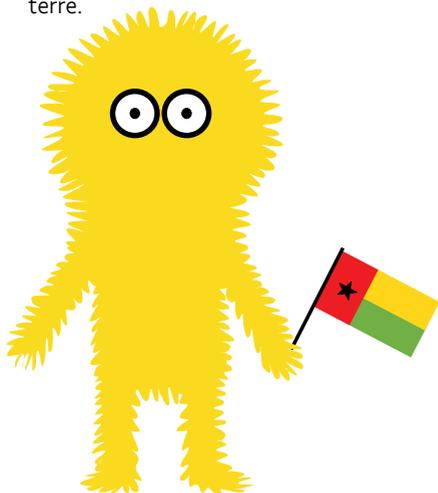
Il peut également être intéressant de parcourir la route Bissau-Quinhamel, agréable et plus facile, totalement asphaltée.



### EN SORTANT DE BISSAU: BISSAU - PONTA VICENTE

Distance: 55 km  
Altitude voyage: 256 m  
Temps: 3h30  
Vitesse moyenne 15,7 km/h

En quittant la route de Quinhamel à Bissauzinho, on prend une piste en latérite à droite, et le cycliste passe par des chemins différents autour d'une zone située entre les rizières et les bras de la rivière Mansoa. Pendant la saison sèche et avant la saison des noix de cajou, les communautés produisent du sel; on filtre la terre des champs de riz et on le fait bouillir pour laisser évaporer l'eau et produire ainsi le sel de la terre.



### DEUX JOURS VERS LE NORD: EMBUNHE - BISSORÃ - FARIM - DJALICUNDA - MANSABÁ - BISSORÃ - EMBUNHE

Distance: 115 km  
Altitude voyage: 692 m  
Temps: 7h (en deux jours)  
Vitesse moyenne : 16,8 km/h

Parcours de deux jours, avec hébergement au centre de KAFO Djalicunda, à quelques kilomètres de Farim. Les deux parcours comportent des montées et descentes assez difficiles, et des parties avec du sable; vous voyez des paysages différents, entre les petites cabanes isolées et tabancas; Vous pouvez observer de grands champs remplis d'arbres tels que le manguier, le baobab, et quelques espèces d'arbres d'origine portugaise, plantés pendant l'époque coloniale et très agréables aux cyclistes par la grande ombre qu'ils projettent; vous avez aussi des palmiers et d'autres espèces. Vous trouverez ici les rats palmistes (semblables aux écureuils), des oiseaux, des singes et vous pouvez encore voir un chameau, qui est arrivé dans le secteur de Bissorã apparemment comme cadeau de la Libye à la ville.

# PORTRAIT DE LA GUINÉE-BISSAU



## DES ORIGINES DU PAYS JUSQU'À AUJOURD'HUI

Les premiers vestiges de présence humaine en Guinée-Bissau datent de 200 000 avant J.C., mais les registres historiques plus significatifs débutent au troisième millénaire avant J.C., avec l'arrivée des peuples du désert du Sahara, ancêtres des actuels groupes ethniques du littoral et des îles de la Guinée-Bissau. Au quatrième siècle avant J.C., l'empire du Ghana a été fondé et a perduré jusqu'au onzième siècle, quand les Almoravides s'emparèrent de Kumbi-Saleh, la capitale du Ghana. C'est à cette période que les peuples Naulus et Ladurnas arrivèrent en Guinée-Bissau, une zone dominée par les peuples Mandigas appartenant au royaume de Kaabu et installés entre la région nord-est de la Guinée-Bissau et la région de Casamance. Le royaume de Kaabu était quant à lui un vassal de l'empire du Mali (1230 à 1546), un État riche et somptueux qui allait de la région du fleuve Sénégal jusqu'à celle du haut Niger. L'arrivée des Portugais en Guinée-Bissau a eu lieu entre 1445 et 1447, sous l'impulsion de Nuno Tristão, mort pendant une de ces premières expéditions à la suite d'une attaque perpétrée par les tribus locales du fleuve Geba. D'autres historiens attribuent la découverte de la Guinée-Bissau à Álvaro Fernandes, qui serait arrivé à la même époque sur la plage de Varela. La présence portugaise sur le territoire date de 1588, dans la ville de Cacheu, qui dépendait à l'époque de l'adminis-

tration du Cap-Vert. Cette localité était connue pour son port en eaux profondes idéales pour le transport maritime de l'or, de l'ivoire, des épices et d'esclaves. Au-delà des commerçants portugais et cap-verdiens, Cacheu était la terre d'accueil des Portugais « lancés » (aventuriers) et « exilés » (condamnés à l'exil). Les occupations portugaises suivantes, au cours desquelles des comptoirs commerciaux furent créés, sont postérieures à 1640 et ont toujours été mises en œuvre à partir des fleuves : Casamance, São Domingos, Farim, Bissau et plus tard, Bolama et Bafatá.

En 1753, les Portugais établirent la Capitainerie de Bissau. Les Anglais, de leur côté, réussirent à s'installer à Bolama, l'île de l'archipel des Bijagós la plus proche du territoire continental de la Guinée, en 1792. La séparation administrative d'avec le Cap-Vert a eu lieu en 1879 et une colonie portugaise vit le jour, la Guinée Portugaise, avec Bolama comme capitale principale. Après la conférence de Berlin (1884-1885) durant laquelle le Portugal présenta la Carte rose qui fut rejetée, celui-ci s'empressa de coloniser la Guinée et de concentrer le pays sur l'agriculture, malgré la résistance de la population et des combats sanguinaires. 1936 est la date de la dernière grande révolte, appelée la révolte des Bijagós de Canhabaque. Le peuple guinéen fut alors réduit au

travail forcé, les infrastructures furent peu développées et les fonctionnaires nommés étaient de préférence cap-verdiens. En 1951, sous la pression internationale, le statut de colonie de la Guinée Portugaise est remplacé par celui de Province ultramarine, mais la résistance guinéenne et la lutte pour l'autodétermination se faisaient toujours sentir, notamment lors de la fondation du PAIGC (Parti africain pour l'indépendance de la Guinée et du Cap-Vert) le 19 septembre 1956 par Amílcar Cabral, Luís Cabral, Aristides Pereira et Júlio de Almeida, symboles historiques de ce combat. Pendant trois ans, la résistance du PAIGC fut pacifique, mais le ton se durcit après le massacre de Pidjiguiti, le 3 août 1959. Ce jour-là, les travailleurs du port de Bissau, dockers et marins, se mirent en grève pour exiger des augmentations de salaire, mais les forces portugaises de la PIDE (Police internationale et de défense de l'État) interrompirent la manifestation et tuèrent près de cinquante personnes, blessant une centaine d'autres manifestants. Le 3 août devint l'une des références de la lutte pour la libération de la Guinée et est actuellement l'un des principaux jours fériés du pays. En 1963, le PAIGC commence la lutte armée d'opposition au régime colonial, qui fut marquée par l'assassinat de son leader et guide idéologique, Amílcar Cabral, le 20 janvier 1973, sans que le responsable ne soit identifié. Le 24 septembre 1973, le PAIGC déclara à Boé l'indépendance unilatérale de la Guinée-Bissau, devenant ainsi la première ex-colonie portugaise à devenir indépendante. Le Portugal ne reconnaitra officiellement l'indépendance de la République de Guinée-Bissau qu'à l'occasion de la délibération de l'As-

semblée générale des Nations-Unies, le 17 septembre 1974. La Guinée-Bissau indépendante commença alors son chemin, fait de quelques avancées et de beaucoup de reculs. Elle eut pour premier président Luís Cabral, frère du leader du PAIGC assassiné en 1973, Almícar Cabral. Les premières années de l'indépendance furent très agitées. Jusqu'en 1979, des ex-commandos africains et des citoyens liés au parti FLING furent fusillés et le président tenta de mettre en œuvre un gouvernement d'inspiration socialiste, dans un projet d'unification de la Guinée-Bissau et du Cap-Vert, qui s'acheva brutalement en 1980 sur un coup d'État perpétré par le premier ministre Nino Vieira, qui assumait alors la direction du pays.

En 1986, nouvelle tentative de coup d'État, cette fois-ci sous l'impulsion du vice-président du Conseil de la révolution, du procureur général de la République et de nombreux officiers supérieurs des forces armées. Ceux-ci furent emprisonnés et une partie d'entre eux fusillés, lors de ce que l'on appela « l'affaire du 17 octobre ». Le régime multipartite est né en 1991 et les premières élections libres en Guinée-Bissau se déroulèrent en 1994 : elles donnèrent la majorité absolue et la présidence de la République au PAIGC de Nino Vieira.

En 1997, la Guinée-Bissau intégra l'Union économique et monétaire de l'Afrique de l'Ouest (UEMOA) et adopta le franc CFA comme monnaie nationale en remplacement du Peso. Le pays est également membre de la Communauté économique des États d'Afrique Occidentale (CEDEAO) depuis 1975. En 1998, la Guinée-Bissau a connu une période très perturbée et de triste mé-



© AFFECTOS COMLETRAS

BUSTE D'AMÍLCAR CABRAL, BISSAU

moire, une guerre civile qui opposa le gouvernement démocratiquement élu à une « junte militaire » autoproclamée, une guerre fondée sur les rivalités et les luttes pour le contrôle du pouvoir au sein du PAIGC. Cette guerre dura près de onze mois et dévasta les infrastructures, l'économie, la société et les familles. Elle coûta de nombreuses vies. La destruction du tissu économique et social a eu des conséquences catastrophiques pour le pays, qui se font toujours sentir aujourd'hui.

La guerre civile s'est achevée en 1999, avec la démission de Nino Vieira et la nomination provisoire du président de l'Assemblée nationale populaire, Malam Bacai Sanhá. Entre les élections de 2000, qui consacrèrent Kumba Ialá à la Présidence de la République, et 2015, le pays a connu des périodes politiques et militaires tendues qui se traduisirent par deux coups d'État (2003 et 2012), huit présidents de la République (l'un d'eux assassiné en 2010) et dix-huit premiers ministres.

Parler de l'histoire récente de la Guinée-Bissau et de ses quarante-quatre ans d'indépendance revient en réalité à parler d'un État connaissant quelques difficultés à se consolider, à cause de ces coups d'État successifs et de ces conflits ayant provoqué une instabilité politique se traduisant par une économie affaiblie et une société fragilisée par des années de guerre et d'absence de perspectives. Il faut néanmoins souligner que ces conflits politico-militaires ne se sont pas reflétés dans la société guinéenne, pacifique et extrêmement hospitalière et qui accueille tout visiteur avec ce sourire et cet œil brillant qui nous marquent pour toujours. Ainsi, parler de l'histoire de la Guinée-Bissau, c'est aussi parler de son peuple et de sa générosité, de sa richesse ethnique, de sa diversité culturelle, de son énorme potentiel touristique et de sa beauté naturelle.



UROK

© BEMBA DIVIDA

## GÉOGRAPHIE

La République de Guinée-Bissau se trouve en Afrique occidentale, entre le Sénégal (au nord), la Guinée-Conakry (à l'est et au sud) et l'océan Atlantique (à l'ouest). Elle est constituée d'une partie continentale et d'une partie insulaire, l'archipel des Bijagós doté d'environ quatre-vingt-dix îles, dont dix-sept seulement sont habitées. Elle occupe une superficie de 36 125 km<sup>2</sup>.

En raison de sa faible altitude et de son vaste réseau de fleuves et de vallées, près d'un tiers de son territoire est inondé lors de la période des pluies, de la mi-mai à octobre. Le pays compte huit fleuves principaux : le Mansôa,

le Cacheu, le Tombali, le Cumbijã, le Buba, le Geba, le Corubal et le Cacine.

## CLIMAT

La Guinée-Bissau jouit d'un climat à prédominance tropicale avec des caractéristiques maritimes, très chaud et humide et doté de deux saisons distinctes : la saison sèche, de novembre à avril, et la saison des pluies, de mai à octobre. La température moyenne annuelle du pays est de 26,8°C. En Guinée-Bissau, les mois les plus froids sont ceux de décembre et janvier et les plus chauds s'étalent de mars à mai. Les mois les plus pluvieux sont ceux de juillet et août.

## DIVISION ADMINISTRATIVE DU TERRITOIRE

En matière administrative, la Guinée-Bissau est divisée en huit régions : Bafatá, Biombo, Bolama-Bijagós, Cacheu, Gabú, Oio, Quinara et Tombali, et un secteur autonome, celui de Bissau. Ces régions sont divisées en trente-six secteurs, lesquels sont eux-mêmes divisés en plusieurs sections composées de tabancas (villages), marquées par l'éloignement de la capitale Bissau à cause de l'impossibilité ou de la difficulté d'accès. En raison de la géographie du pays et du nombre de fleuves et de rivières, ce qui représente une courte distance à vol d'oiseau peut prendre des heures par la route, à cause des grands détours parfois nécessaires pour arriver à destination.

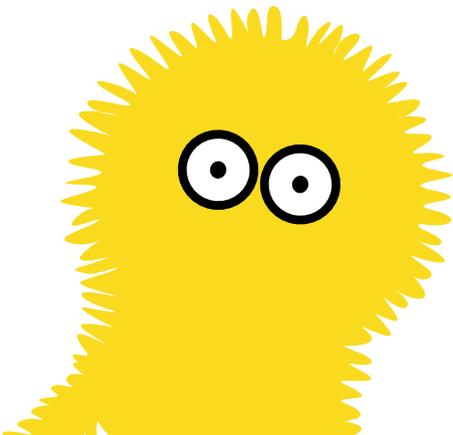
20

## DÉMOGRAPHIE

Selon le dernier recensement, la population de Guinée-Bissau est de 1 530 673 habitants et se caractérise par sa jeunesse: près de 49,6 % de la population a moins de dix-huit ans et l'espérance de vie est d'environ 52,4 ans. Le taux d'alphabétisation est d'à peu près 43,7 %, l'abandon de la scolarité étant élevé pour des raisons économiques, sociales et culturelles.

## ETHNIES

Il existe entre 27 et 40 groupes ethniques. Les ethnies les plus représentées en Guinée-Bissau, selon le recensement de 2009, sont : l'ethnie Fula (28,5%), qui vit essentiellement à l'est du pays (Gabú et Bafatá), suivi de l'ethnie Balanta (22,5 % de la population) que l'on trouve principalement dans les régions sud (Catió) et nord (Oio), l'ethnie Mandiga (14,7 %) au nord du pays, la Papel (9,1%) et la Manjanca (8,3 %). Parmi les ethnies moins représentées, on trouve également celles de Beafada (3,5 %), Mancanha (3,1 %), Bijagó (comme son nom l'indique, elle vit dans l'archipel des Bijagós et représente 2,15 % de la population totale), Felupe (1,7 %), Mansoanca (1,4 %) ou Balanta Mane (1 %). Les ethnies Nalu, Saracole et Sosso représentent moins de 1 % de la population guinéenne. 2,2% de celle-ci n'appartient à aucune ethnie. Leur répartition géographique suit une logique historique, mais elle est également intimement liée aux activités traditionnelles menées par chacune d'entre elles. Les Balantas, les Manjacos, les Macanhas et les Papeis vivent principalement dans les zones côtières et cultivent le riz dans les rizières. Les Papeis sont de grands producteurs de cajou, l'une des principales ressources de l'économie nationale. De leur côté, les Fulas se consacrent essentiellement au commerce et à l'élevage. Les Bijagós pratiquent la pêche de subsistance et des activités agricoles, tandis que les Mandigas s'illustrent particulièrement dans le commerce et l'agriculture.



## HABITUDES ET COUTUMES LOCALES

Dans la société guinéenne, malgré un pouvoir central et local aux contours classiques, le **Régulus** – une forme de pouvoir traditionnel exercé par les héritiers des royaumes précoloniaux – représente toujours et de façon très expressive le pouvoir exercé par les diverses ethnies. Le Régulus est l'entité suprême d'une communauté locale spécifique, qui fonctionne indépendamment de l'État. Il dispose de responsabilités en matière d'administration territoriale, de pouvoirs d'arbitrage pour les questions sociales ou de division foncière et exerce même des pouvoirs de justice. Il joue également un rôle crucial dans la régulation sociale. Il lui revient par exemple, dans le contexte de l'ethnie Manjaca, de déterminer le début et la fin de cueillettes pour tous les habitants de la région, subordonnés à son pouvoir, avant une série de rituels préétablis. Pour les ethnies musulmanes, le Régulus a d'une certaine façon été remplacé par les autorités religieuses. L'énorme respect pour les plus vieux est commun à toutes les ethnies et le concept de famille et de solidarité est très large. Il y a toujours de la place pour accueillir à la maison un, deux ou trois habitants supplémentaires en cas de mort du membre de la famille qui assurait leur existence. Les principaux moments de la vie sociale guinéenne, comme les naissances, les mariages, les enterrements, les cérémonies d'initiation des jeunes ou le début de la période des cueillettes, sont sujets à des cérémonies pleines de signification, qui varient d'une ethnie à une autre.

Le **Fanado**, rituel d'initiation à la vie adulte, est pratiqué par les garçons (il

s'agit entre autres de circoncision) et par les filles (dans certains cas, il implique la pratique de l'excision, interdite en Guinée-Bissau depuis 2011), et se retrouve dans diverses ethnies. L'âge des participants varie, tout comme la périodicité du rituel ou sa durée. Avec le Fanado, ces jeunes prennent conscience de leur fonction sociale et de leur identité. Dans certaines ethnies, cela passe par une période dans la forêt ou dans les bois, dans le respect de cérémonies entourées du plus grand secret, dont ils ne doivent pas parler lorsqu'ils reviennent et assument leur nouveau rôle dans la société. Le **mariage** est un moment particulièrement joyeux dont les traditions varient entre les ethnies. Dans la société guinéenne, la polygamie est pratiquée par quelques groupes ethniques et les mariages arrangés entre les familles sont également communs. Par exemple, entre Balantas, on convient du mariage, qui donne lieu au paiement d'une dot qui se traduit normalement par la remise d'une quantité déterminée de bétail. La préférence donnée aux mariages au sein de la même ethnie est toujours bien réelle, même si les mélanges sont une réalité de plus en plus présente, principalement dans la capitale Bissau où se concentre la plus grande partie de la population et où la multiplicité ethnique au sein du même espace est énorme. Pour les animistes, la **mort** représente le prolongement de la vie et les funérailles sont un moment de joie et un motif de fête quand le mort a bénéficié d'une vie longue. La vie est le résultat d'un équilibre entre les forces matérielles et spirituelles. Quand ces forces sont perturbées, cela se traduit par des maladies, des morts prématurées et même par la disgrâce des communautés lo-

cales. Si le défunt était une personne respectable pendant sa vie terrestre, il trouvera immédiatement le bonheur dans la nouvelle dimension. Dans le cas contraire, son esprit errera dans la forêt sans connaître la paix jusqu'au paiement de ses dettes. Les funérailles, même si elles varient d'éthnie à éthnie, ont en commun le « **Choro** ». Il s'agit d'une cérémonie qui regroupe la famille et les amis du défunt. Pendant une semaine, ils boivent et mangent, pour célébrer joyeusement le départ de l'esprit qui se libère de son corps, très souvent au son du bombolom (percussions traditionnelles) dans de vrais moments de transe. Le « **Toca-choro** », une cérémonie d'évocation de l'esprit du mort, est réalisé un an ou plus après le décès. À cette occasion, la famille et les amis apportent des aliments et des animaux à sacrifier durant plusieurs jours de fête et de communion. Selon l'importance de la personne décédée dans la société, la célébration est plus importante et le nombre d'animaux sacrifiés plus nombreux. C'est pour cela que la famille et les amis n'organisent parfois cette cérémonie que des années plus tard, de façon à économiser assez d'argent pour la réaliser.

## LANGUE

La langue officielle de la Guinée-Bissau est le portugais, même si elle n'est parlée que par environ 13 % de la population. Les Bissau-Guinéens utilisent essentiellement le créole pour leur communication courante (près de 60 % de la population) ou l'un des quelque vingt langues existantes en Guinée-Bissau, comme le fula, le balanta, la manjaco, le mandiga, le felupe, le papel, le bijagó, le mancanha et le nalu, entre autres.

## RELIGIONS

Près de la moitié de la population pratique la religion musulmane, essentiellement sunnite. Entre 10 et 15 % des Guinéens sont chrétiens et une grande partie de la population, pratiquant ou non l'une de ces religions, observe les rites animistes et pratique de façon active les croyances traditionnelles et ancestrales africaines. Pour les animistes, les esprits sont omniprésents (ils vivent dans les roches, dans les statues, dans les arbres, l'eau, dans les personnes vivantes ou mortes) et ce sont eux qui donnent la vie et protègent les biens. Ils peuvent combattre les maladies, les sécheresses, les inondations, les tragédies, mais ils peuvent aussi punir et provoquer le malheur. Le sacrifice d'animaux pour plaire aux esprits est commun chez les animistes. On sacrifie souvent des poules, pour obtenir une faveur, une bonne récolte ou même pour prendre une bonne décision. On a également recours à des amulettes diverses qui protègent celui qui les utilise.



## CARACTÉRISTIQUES ÉCONOMIQUES

La Guinée-Bissau se trouve à la 178<sup>e</sup> position sur un total de 188 pays, selon le Rapport sur le développement humain du Programme des Nations-Unies pour le développement de 2016. Près de 48,9 % de la population vit dans des conditions d'extrême pauvreté, avec moins de 1,25 dollar par jour, un taux d'inflation de 9,4 % et un taux d'alphabétisation d'à peine 43,7 %. Le chômage se situe autour de 10,5 %, mais beaucoup d'employés se trouvent dans une situation de sous-emploi dans les activités du secteur primaire, qui représentent 82 % de la population, les 18 % restants se consacrant aux secteurs secondaire ou tertiaire. La Guinée-Bissau dépend économiquement des exportations de noix de cajou, qui représentent plus de 90 % des exportations, plus de 60 % du PIB et environ 17 % des recettes de l'État. Les anacardiens dominent le paysage du pays et font de la Guinée-Bissau le neuvième producteur mondial de noix de cajou. Les plantations de mancarra (arachides), riz et maïs jouent un rôle très important dans l'agriculture pour la subsistance des familles. La pêche est considérée comme étant la deuxième source de recettes du pays, qui dispose de ressources marines notables avec des eaux parmi les plus riches d'Afrique occidentale. L'activité industrielle est pratiquement inexistante, à part une petite industrie de transformation de produits agricoles. Le pays n'a pas de tradition d'extraction minière. En divers lieux, seuls sont utilisés des matériaux inertes pour la construction et les ouvrages routiers; le pays possède des gisements de bauxite à Boé et de phosphates à Farim,

et il existe des perspectives favorables concernant le pétrole offshore. Ces dernières années, des sables lourds ont été exploités sur le littoral de Varela. La Guinée-Bissau possède également un potentiel touristique considérable, centré sur les îles Bijagós et sur un réseau de parcs nationaux couvrant 23,7% de son territoire.

## FAUNE

Les réserves naturelles disposent d'une riche variété d'espèces protégées et le pays est l'un des principaux centres d'observation des oiseaux au niveau mondial, principalement dans la région de Cacheu où 248 espèces d'oiseaux ont été identifiées en 2014 et dans la région des lacs de Cufada. L'archipel des Bijagós est également très riche en oiseaux et en espèces marines rares. Les mangroves, en tant que zone de reproduction située dans des estuaires, présentent une grande biodiversité. Il y a près de 373 espèces d'oiseaux en Guinée-Bissau. Parmi elles se détachent la sterne (*Sterna máxima et Sterna cospia*), le perroquet gris (*Psittacus erithacus*), le flamant rose, le pélican, la spatule africaine (*Platalea alba*), la guifette noire (*Chlidonias niger*), l'oie (*Auritus de nettapus et Plectropterus gambens*), le cacatoès à huppe jaune (*Cacatua galerita*), la moinelette à oreillons blancs (*Eremopterix leucotis*), l'hirondelle striée (*Crecoptis abyssinica*), ou le traquet de Heuglin (*Oenanthe heuglini*). En Guinée-Bissau, il existe également quelques 230 espèces de poissons, crustacés et mollusques, 10 espèces de chauve-souris et près de 85 reptiles différents, notamment le crocodile (*Crocodylus niloticus*), le cro-

codile nain (*Osteolaemus tetraspis*), 46 genres de serpents et de nombreuses tortues marines : la tortue verte (*Chelonia mydas*), la tortue imbriquée (*Eremochelys imbricata*), la tortue olivâtre (*Lepidochelys olivacea*), la tortue caouanne (*Caretta caretta*) ou la tortue luth (*Dermochelys coriacea*). On trouve également dans le pays de nombreux rongeurs, notamment des écureuils volants (*Finisiusciurus becroftyi*) et diverses espèces carnivores comme la hyène tachetée (*Crocuta crocuta*). Parmi les mammifères marins, il faut mentionner les dauphins (*Sousa teuzil* et *Tursiops truncatus*), les loutres (*Aonyx capensis*) et les lamantins d'Afrique, menacés (*Trichechus senegalensis*). En ce qui concerne les ongulés, citons l'hippopotame (*Hippopotamus amphibius*) et de nombreuses espèces de gazelles et d'antilopes. La Guinée-Bissau dispose également de deux espèces de pangolins et de divers primates comme le chimpanzé (*Pan troglodytes*), le singe vert (*Chlorocebus sabaeus*), le colobe à longs poils (*Colobus polykomos*), le colobe noir (*Colobus polykomos polykomos*) et le hocheur (*Cercopithecus nictitans*), ces deux dernières espèces étant considérées comme rares.

## FLORE

La diversité de la flore est liée à la position géographique et au sol du pays. Les forêts constituent une véritable barrière contre les phénomènes de désertification, de dégradation des sols et d'envasement des bassins hydrographiques. Elles soutiennent l'agriculture et produisent du bois, du bois de chauffage, du charbon et des produits forestiers non ligneux, comme le miel, les fruits, les racines, les tubercules, les

plantes médicinales, le vin et l'huile de palme et de nombreux autres biens essentiels à la Guinée-Bissau. Toutefois, la pression démographique, les changements climatiques, l'intervention humaine, les incendies, l'extraction massive de bois considéré comme noble, la monoculture de mancarra (arachides), de riz et de cajou ont provoqué des altérations de la flore (et de la faune) en Guinée-Bissau.

On peut en revanche observer plusieurs types de paysage bien distincts. Le long des fleuves, on trouve des palétuviers qui peuvent atteindre 10 mètres (les palétuviers hauts ou *Rhizophora*) et d'autres qui mesurent jusqu'à 5 mètres (le palétuvier bas ou *Avicennia*). Il existe également des zones de rizières, de tannes, de forêt subhumide, de forêt de transition, de forêt secondaire ou dégradée, de forêts sèches et de savanes. Dans les zones de tannes, des zones limoneuses et sableuses qui précèdent les mangroves et les palétuviers rouges, le sol est pratiquement stérile pour cause de sécheresse et de saturation en sel. Seules quelques plantes et graminées résistantes au sodium réussissent à survivre dans ces conditions. Dans la zone sud du pays, à cause d'une humidité plus importante, les rizières inondées prédominent. Ici, principalement dans les régions de Tombali et de Quinara, comme sur certaines îles de l'archipel des Bijagós, on trouve une forêt tropicale humide, dotée d'une végétation variée : des arbres de grandes dimensions, de 30 à 40 mètres de hauteur – surtout le « Pó de miséria » (*Anisophylla lamina*), l'arbre à kapok (*Ceiba pentandra*), l'iroko (*Chlorophora regia*) –, des arbres entre 20 et 30 mètres, des arbustes et même des lianes. Les



© IBAP

forêts de transition, comme leur nom l'indique, constituent la frontière entre la forêt tropicale humide et les forêts sèches et semi-sèches, principalement dans la région de Gabú et sur le littoral, où prédominent les arbres à kapok (*Ceiba pentandra*). Les forêts sèches et semi-sèches, dans les zones centre-nord et centre-sud du pays, disposent d'arbustes, de lianes et d'arbres mesurant entre 20 et 30 mètres. Les espèces prédominantes sont ici le « Pó de conta » (*Azelia africana*), le palmier à huile (*Elaeis guineensis*), le «manconde» (*Erythropheleum guineensis*), le caïllécédrot (*Khaya senegalensis*), le vèner (*Pterocarpus erinaceus*) et le «Pó de carvão» (*Prosopis africana*). Les forêts secondaires ou dégradées sont le produit de l'action de l'homme. Elles ont souffert d'incendies, de jachères et de la plantation d'arbres fruitiers, comme dans le cas des grandes monocultures d'anacardiens, prédominantes dans les régions de Biombo, Cacheu et Oio. Le paysage de ces régions subit également l'influence de la production de riz en zone aride, le riz «m'pampam». Au nord-est, on trouve beaucoup de palmiers (*Elaeis guineensis*) et de rôniers (*Borassus aethiopicum*), une espèce de

palmier dont le tronc est très apprécié pour la construction de maisons. La zone de savane située sur le littoral est peu dense. Elle dispose d'arbustes de 2 mètres maximum et également de karités (*Butyrospermum parkii*), de « Pó de incenso » (*Daniella oliveri*) ou de palmiers à huile (*Elaeis guineensis*). Il existe également une zone de savane herbacée humide à l'intérieur du pays, qui se caractérise par une quasi-inexistence d'arbres à l'exception de quelques palmiers et rôniers (*Borassus aethiopicum*). Elle est principalement utilisée pour les pâturages et on y cultive le riz dans des prairies marécageuses d'arrière-mangrove. Les plantes en Guinée-Bissau, ainsi que tous leurs éléments naturels, ont une importance extrême, non seulement en tant que matière première et moyen de subsistance, mais aussi en matière de manifestations culturelles et de médecine traditionnelle. La littérature scientifique estime à 900 le nombre de plantes en Guinée-Bissau, dont 129 sont utilisées pour des remèdes médicinaux traditionnels, 76 sont consommées par l'homme et 86 sont utilisées comme pâture et pour la production artisanale.

## GASTRONOMIE

La cuisine traditionnelle guinéenne ne nous laisse pas indifférents, grâce à sa palette de saveurs, ses ingrédients et ses couleurs. C'est une cuisine simple mais surprenante, qui résulte du croisement d'une culture gastronomique ancestrale africaine – avec des produits de la terre comme des légumes et des fruits que l'on ne trouve qu'ici – avec des nuances de cuisine traditionnelle portugaise. Les huîtres de mangrove ou de roches sont abondantes en Guinée-Bissau et invitent à passer de bons moments gastronomiques. Les crevettes de Farim sont un autre délice à découvrir absolument.

Le citron vert, la malaguette, l'huile de palme ou le bouillon de mancarra (arachides) sont omniprésents dans la cuisine guinéenne, qui se caractérise par des saveurs intenses et épicées. Pour accompagner le « mafé » - composé de sauces et bouillons de viande, fruits de mer ou poisson – on trouve invariablement du riz. Les poissons comme le « bica » sont très appréciés et se consomment normalement grillés avec une sauce à base d'oignon, citron et malaguette. Et bien sûr, avec du riz !

Les **plats** les plus caractéristiques sont le bouillon de chabéu (fait avec de l'huile de palme, des gombos, de la viande ou du poisson), le bouillon de mancarra (bouillon de cacahuète avec de la viande ou du poisson), le siga (confectionné avec des gombos, de la viande ou du poisson et des crevettes), le pitche-patche d'huîtres (riz aux huitres), la cafriela (poule ou mouton grillé avec une sauce au citron, malaguette et oignon), le ragoût de cabri ou la chèvre grillée. Il convient de souligner que certaines ethnies consomment du singe, ce qui représente une réelle menace pour quelques espèces. L'ethnie Papel mange quant à elle du chien.

Les **jus naturels** sont également très reconnus en Guinée-Bissau. Parmi eux, soulignons le jus de pain de singe (avec le fruit du baobab), le jus d'onjo (avec des feuilles de bagitche), le jus de veludo (fruit rouge connu pour ses vertus médicinales), le jus de fole (fruit d'une plante grimpante), le jus de farroba (fruit de l'arbre « pé de barroba »), le jus de mandiple (fait avec un fruit jaune provenant de l'arbuste du même nom), et les jus de papaye, de mangue ou de goyave. Ces jus sont la plupart du temps très sucrés et nous vous conseillons de les commander en précisant de ne pas trop ajouter de sucre. Parmi les fruits, soulignons la papaye, la mangue, la pomme cannelle, la banane, l'anas, le fole et la noix de cajou fraîche, également très appréciée en Guinée-Bissau.

## PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE

<b>Titre:</b>	<b>AIRES PROTÉGÉES ET RESILIENCE AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	Instituto da Biodiversidade e das Áreas Protegidas (IBAP)
<b>Contribution de l'UE :</b>	3 900 000 EUR
<b>Période:</b>	2016 - 2020
<b>Région:</b>	National, en se concentrant sur les aires protégées de Quinara, Tombali, Gabú, Bafatá, Cacheu et Bolama-Bijagós.
<b>Description :</b>	<p>La gestion des aires protégées de la Guinée-Bissau, qui représentent environ 26% du territoire, est sous la supervision de l'IBAP. L'Union européenne soutient le renforcement des capacités nationales de gestion des aires protégées et la lutte contre la déforestation et de la dégradation de la forêt. Entre autres, il est prévu de : soutenir le Secrétariat pour les changements climatiques, en contribuant pour l'amélioration de sa capacité technique; développer le contrôle communautaire des forêts ; promouvoir des activités qui réduisent la pression sur les ressources forestières, ce qui contribue à générer des bénéfices pour la population et l'environnement ; et de surveiller la déforestation dans les zones protégées.</p> <p>Plus d'informations: <a href="http://www.ibapgibissau.org">www.ibapgibissau.org</a></p>

27

<b>Titre:</b>	<b>GESTION TRANSPARENTE - RESSOURCES DURABLES: Projet de renforcement des capacités de la société civile pour le suivi de la gestion des ressources naturelles en Guinée-Bissau</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	Tiniguena – Esta Terra é Nossa!
<b>Contribution de l'UE :</b>	200 000 EUR
<b>Période:</b>	2016 - 2017
<b>Région:</b>	National, en se concentrant sur les régions de Bafatá, Cacheu, Oio, Quinara, Gabú et Archipel Bolama-Bijagós
<b>Description:</b>	<p>Le projet contribue à améliorer la transparence et la responsabilité dans la gestion des ressources naturelles du pays (forêts, mines et pêche). À cette fin, il renforce les capacités des citoyens et des organisations de la société civile pour surveiller la mise en œuvre des politiques publiques et rapporter des pratiques abusives, en promouvant l'exercice de la citoyenneté active dans la gestion de l'exploitation des ressources naturelles</p> <p>Plus d'informations : <a href="http://www.tiniguenagb.org">www.tiniguenagb.org</a></p>

## SPORT

Le **football** est le sport-roi en Guinée-Bissau. Les équipes les plus connues sont le Sport Benfica de Bissau et le Sporting Club de Bissau. Nombreux

sont les footballeurs guinéens évoluant à l'étranger. La Guinée-Bissau s'est également illustrée en **judo** et en **lutte**, à un niveau international.

## CULTURE

La Guinée-Bissau possède un héritage culturel extrêmement riche et varié, composé de nombreux rythmes, instruments de musique, danses et manifestations culturelles. Le **folklore** bissau-guinéen est très riche et varie beaucoup selon les ethnies, non seulement en termes d'expression corporelle, de costumes, de sonorités ou des instruments qui accompagnent cette manifestation culturelle richissime très présente dans le quotidien guinéen, pour les jours de fête, les funérailles ou lors des cérémonies d'initiation comme le Fanado. Grâce à ses représentations, le groupe « Os Netos do Bandim » nous offre la possibilité d'effectuer un voyage au sein de la grande diversité folklorique des ethnies du pays. Le festival culturel de Cacheu qui se déroule chaque année en novembre rassemble dans un même événement des spectacles de folklore traditionnel et des expressions artistiques plus modernes.

L'**art** en Guinée-Bissau a une grande importance grâce au rôle qu'il joue dans la religion et dans les rites animistes. Il entretient des relations très proches avec le surnaturel, car il permet la communication avec les Irãs (esprits) et les ancêtres. L'art Bijagó est celui qui a le plus de valeur et est le plus rare, mais les ethnies Nalu, Papel et Manjaca sont également reconnues pour leurs sculptures. Celles-ci sont normalement

des masques d'animaux (requins, taureaux, vaches, hippopotames) et sont utilisées pendant les danses et les rites traditionnels. La vannerie, les étoffes traditionnelles peintes et la poterie sont également quelques-unes des manifestations culturelles typiques de la Guinée-Bissau. La **musique** fait partie du quotidien de la Guinée-Bissau. Elle est notamment très présente durant les durs moments de labour, durant les temps de loisirs, dans des cérémonies comme le mariage, l'initiation, les baptêmes ou les funérailles. Le genre musical le plus connu en Guinée-Bissau est le Gumbé, un mélange de divers styles. Tout au long de l'année, de nombreux festivals musicaux ont lieu, le plus connu étant le Festival de Bubaque, qui se tient lors du week-end de Pâques, à Bubaque, sur l'archipel des Bijagós. Les meilleurs musiciens du moment y sont réunis. Le musicien de référence en Guinée-Bissau, symbole de la résistance au colonialisme et auteur des poèmes musicaux les plus connus, est José Carlos Schwartz, aujourd'hui décédé. Sur la scène musicale contemporaine, citons les Super Mama Djombo, Tabanca Djaz, Dulce Neves, Bidinte, Issabary, Justino Delgado, Kaba Mané, Ramiro Naka, Zé Manel, Karyna Gomes, Eneida Marta, Klim Mota, Atanásio Atchuen, Binhan Quimor, Charbel Pinto, Iragrett Tavares, Manecas Costa, Miguelinho Nsimba, Demba Baldé ou Patche di Rima. Il convient de

citer également trois instruments de musique caractéristiques de la Guinée-Bissau: le **Kora**, un instrument Mandinga constitué d'une tête adaptée d'un violon alto, la partie ouverte étant doublée de cuir de chèvre, traversée de chaque côté par un bâton rond qui forme le bras principal de l'instrument. Celui-ci est relié à 21 cordes qui sont disposées verticalement. Le **Balafon**, un xylophone avec des lames en bois « pau-de-sangue » disposées parallèlement sur quatre supports en bambou ; et la **Tina**, un récipient cylindrique rempli d'eau dans laquelle flotte une calebasse creuse tournée vers le bas, également connue sous le nom de tambour d'eau. La Tina est très utilisée dans la musique guinéenne. En **littérature**, citons Amílcar Cabral, poète et auteur d'essais politiques reconnus et de discours nationalistes, Abdulai Silá (romancier, poète), Agnelo Regalla (poète), Carlos-Edmilson Vieira, Tony Tcheka (poète), Félix Sigá, Helder Proença, Vasco Cabral, António Baticã Ferreira (poète), Odete Semedo, Julião de Sousa (historien), Francisco Conduto de Pina, Carlos Lopes, Filinto de Barros ou Saliatu da Costa. Concernant les **artistes plastiques**, évoquons Augusto Trigo, Ismael Hipólito Djata, Sidney Cerqueira, Lemos Djata, João Carlos Barros, Anselmo Godinho, Malam Camara, Manuel ou Fernando Júlio. Dans le milieu du **septième art**, il convient de mentionner Flora Gomes, cinéaste guinéen récompensé internationalement à de nombreuses reprises pour son travail, ainsi que le jeune cinéaste Filipe Henriques.

## LA GUINÉE -BISSAU TOUT AU LONG DE L'ANNÉE:

### FÊTES ET FAITS MARQUANTS

---

#### JANVIER:

- 01<sup>ER</sup> – Nouvel An
  - 20 – Jour des héros nationaux
  - 23 – Jour des combattants
  - 30 – Jour de la femme bissau-guinéenne  
Jour de la mort de Titina Silá, héroïne de la  
lutte pour l'indépendance
- 

#### FÉVRIER:

**Date variable** – Carnaval

---

#### MARS:

08 – Jour de la Femme

---

#### MARS/AVRIL:

**Date variable** – Pâques

---

#### MAI:

01<sup>ER</sup> – Fête du Travail

---

#### JUILLET:

**Date variable** – Eid al-Fitr (Fin du ramadan)

---

#### AOÛT:

03 – Jour du massacre de Pidjiguiti  
Jour des martyrs du colonialisme

---

#### SEPTEMBRE:

24 – Fête nationale/Commémoration du Jour  
de l'indépendance

---

#### SEPTEMBRE/ OCTOBRE:

**Date variable** – Tabaski | Eid al-Adha

---

#### NOVEMBRE:

01<sup>ER</sup> – Fête des Morts

---

#### DÉCEMBRE:

25 – Noël

---

# LA GUINÉE-BISSAU PAR RÉGION ET SECTEURS



# BISSAU

## CAPITALE DU PAYS



Capitale du pays et du secteur autonome de Bissau, Bissau est la plus grande ville de Guinée-Bissau. Située dans l'estuaire du fleuve Geba, dans la zone ouest, Bissau est une ville entourée de rizières. Son point le plus élevé culmine à 39 m d'altitude. Le 15 mars 1692, la Capitainerie de Bissau est créée par les Portugais et subordonnée à celle de Cacheu, qui sera fermée en 1707, date à laquelle on procède à la démolition de la fortification qui était en construction. En 1765, la forteresse d'Amura est édifiée sur les lieux de l'ancien projet et Bissau prend de l'importance dans le contexte global du pays en termes économiques et commerciaux, grâce à son port fortifié. Alors sous la dépendance administrative du Cap-Vert, Bissau assume la condition de capitale en deux circonstances (1836 et 1915), devient la capitale de la colonie en 1942 et la capitale de la Guinée-Bissau indépendante en septembre 1974. Dans les années 1950, un plan d'urbanisation crée l'actuel quartier de Bissau Velho, un ensemble de rues dessinées à la règle et à l'équerre, qui avait pour axe central l'actuelle avenue Amílcar Cabral. À cette époque, les services et les commerces s'y installèrent, ainsi que les Portugais et Européens résidant en Guinée-Bissau. À Bissau, les maisons possèdent un ou deux étages et l'architecture coloniale prédomine, avec des rues droites dont certaines ont des noms et des numéros. Bissau est aujourd'hui la capitale et le centre du pouvoir politique, administratif et militaire de la Guinée-Bissau. Selon le recensement de 2009, 387 909 habitants y vivent, sur une superficie de 77.5 Km<sup>2</sup>, même si l'on estime que la population est en réalité bien plus nombreuse. Quelque vingt groupes ethniques cohabitent, répartis dans de nombreux quartiers à la population très dense dans les zones limitrophes du centre historique de la ville, comme Santa Luzia, Antula, Caracol, Bairro de Ajuda, Bairro Militar, Bairro de Quelelé ou le Bairro Belém. L'ethnie Papel est originaire de cette région.

SITES  
HISTORIQUES  
À VISITER DANS  
LA RÉGION

© STAND UP MEDIA / MIKE MARROUJIM



PLACE DES HÉROS NATIONAUX

32

RÉGION DE BISSAU

© APECTOS.COM.LETRAS



MINISTÈRE DE LA JUSTICE



FORTERESSE D'AMURA

© AFFECTOS COM LETRAS

## FORTERESSE D'AMURA (P1) Page 46

Le Fort de São José d'Amura, plus connu sous le nom de forteresse d'Amura, se trouve près du port, dans la partie ancienne de Bissau. Le début de sa construction date de novembre 1753, selon les plans du frère Manuel de Vinhais et les modifications postérieures apportées par le Colonel Manuel Germano da Mota en 1765. La forteresse a bénéficié de travaux de restauration au cours du temps, les derniers ayant été réalisés au début des années 70, sous la responsabilité de l'architecte Luís Benavente. À partir de l'indépendance du pays en 1974, la forteresse a été occupée par les Forces armées guinéennes et a notamment accueilli l'État-major des Forces Armées de la Guinée-Bissau. Il s'agit d'un fort quadrangulaire, bastionné, doté de formes régulières, construit en pierre de taille, avec 38 canons. Il est entouré d'une profonde fosse. La forteresse se trouve dans un état de dégradation avancé, avec quelques bâtiments en ruines, mais elle vaut le déplacement.

On peut notamment y visiter le mausolée du père de la Nation, Amílcar Cabral, qui accueille sa dépouille mortelle depuis 1975. À côté se trouve un mémorial consacré aux héros de la patrie. Il abrite les tombes d'anciens combattants de la lutte pour l'indépendance, tels que Titina Silá, Francisco Mendes, Osvaldo Vieira et Pansau na Isna. Plus récemment, les ex-présidents de la République Malam Bacai Sanhá et Kumba Ialá y ont été enterrés. On peut également trouver dans la forteresse d'Amura la voiture qui transportait Amílcar Cabral lors de son assassinat et le conteneur à partir duquel la Rádio Liberdade (Radio Libération) émettait à l'intention de la Guinée-Bissau, à partir de la Guinée-Conakry. La visite de la forteresse doit être précédée d'une demande formelle par écrit au Chef de l'État Major, permettant d'entrer dans les installations. Il s'agit en effet d'une zone militaire dont l'accès est restreint.



BISSAU VELHO

© AFECTOS.COM/LETRAS

34

RÉGION DE BISSAU

## QUARTIER DE BISSAU VELHO (P2) Page 46

Situé à proximité du port, ce quartier est actuellement dans un état de dégradation avancé, mais ses façades et son architecture à prédominance coloniale justifient de s'y promener à pied. Ce quartier aux rues rectilignes héberge la Maison des Droits (Casa dos Direitos), ancien premier poste de police et ancienne prison transformés en siège de la Ligue des Droits de l'Homme de la Guinée-Bissau et d'autres ONG de toutes sortes – sociales, civiques et environnementales.

La Maison des Droits est un espace pour se rencontrer et travailler, avec une bibliothèque, un centre de ressources et une salle d'expositions et débats, ouvert à d'autres initiatives. Ici, vous pouvez visiter une exposition permanente de photographie sur la transformation de la prison dans un centre

de lutte pour la protection des droits de l'Homme. Dans le même quartier se trouvent la Cour suprême, quelques banques, services et commerces. Les maisons sont en majorité construites sur deux étages, avec un rez-de-chaussée où se trouvaient généralement une boutique ou un entrepôt, et un premier étage destiné au logement. L'avenue 3 de Agosto offre une agréable vue de l'estuaire du fleuve Geba et du port, tout comme de l'Ilhéu do Rei (Îlot du Roi), juste en face de Bissau. Elle est toutefois en mauvais état et fréquemment encombrée de véhicules de transport poids lourds qui y stationnent pour attendre l'autorisation d'entrée dans le port pour charger ou décharger. Les eaux de Geba sont très polluées par les ordures et l'odeur est parfois désagréable, mais la vue compense ce désagrément.

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE

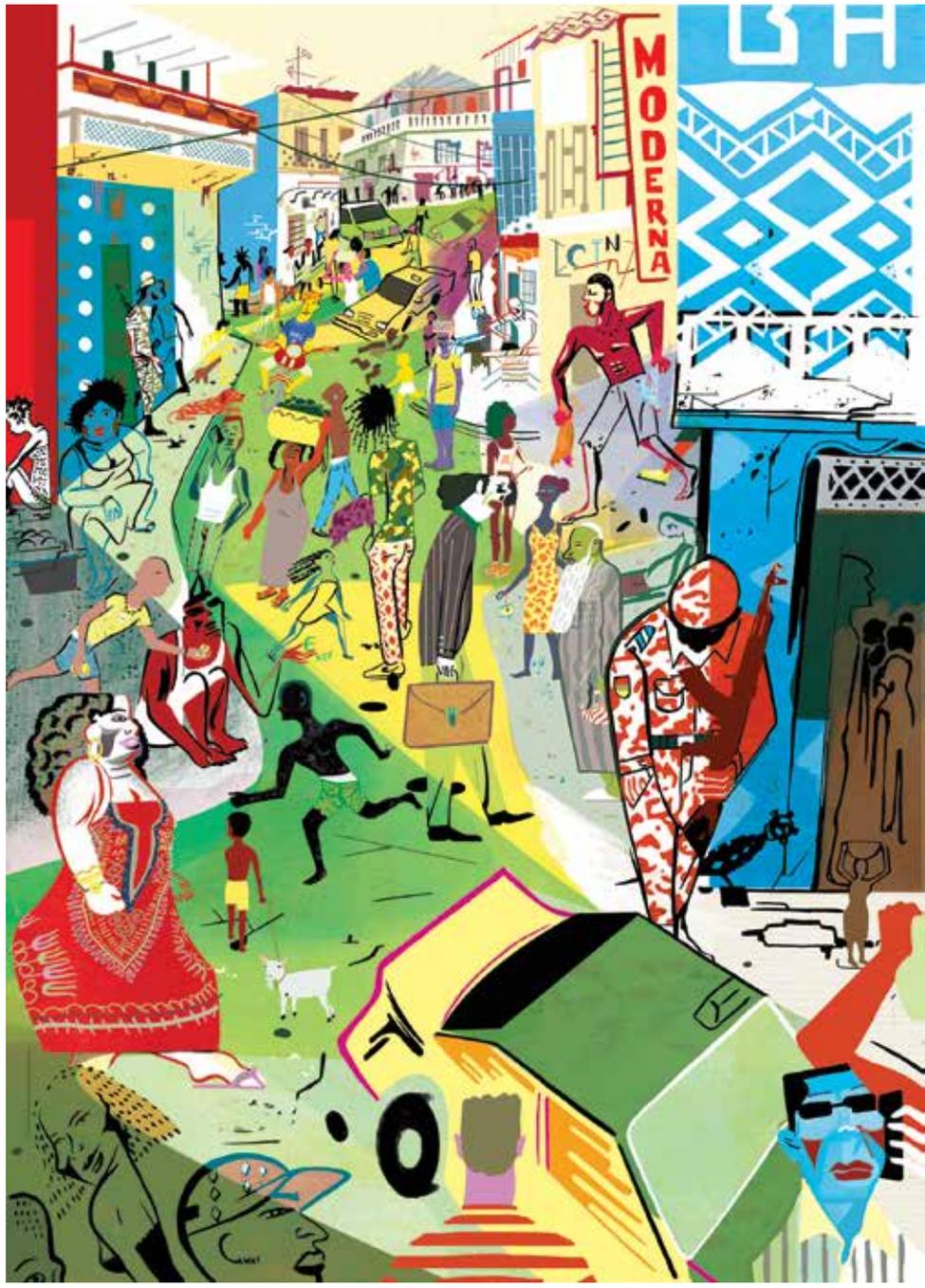


© MARTA GAZZURELLI

Titre:	<b>OBSERVATOIRE DES DROITS - LA MAISON DES DROITS</b>
Partenaire d'exécution:	Liga Guineense dos Direitos Humanos (LGDH), en partenariat avec Associação para a Cooperação entre os Povos (ACEP) et le Centro de Estudos sobre África e do Desenvolvimento (CESA)
Contribution de l'UE :	300 000 EUR
Période:	2013 - 2017
Région:	National
Description:	<p>Ce projet a permis de développer une culture des droits de l'Homme en Guinée-Bissau, en favorisant l'action civique et le respect effectif des droits. Pour améliorer le niveau de connaissance et le suivi des droits de l'Homme en Guinée-Bissau, l'Observatoire des droits a été créé, et fonctionne à Bissau dans la Maison des Droits. En plus de la réalisation des campagnes de sensibilisation et de plaidoyer sur les droits de l'Homme, un diagnostic des compétences spécifiques des organisations de la société civile travaillant dans ce domaine a été produit et aussi trois rapports annuels des indicateurs relatifs aux droits de l'Homme : « Regarder les droits en Guinée-Bissau - Éducation, Santé, Logement, Eau, Énergie, Justice », qui contiennent des informations recueillies sur les différents secteurs dans toutes les régions du pays.</p>
Plus d'informations :	<p><a href="http://www.observatoriodireitos-guinebissau.blogspot.com">www.observatoriodireitos-guinebissau.blogspot.com</a> <a href="http://www.casadosdireitos-guinebissau.blogspot.com">www.casadosdireitos-guinebissau.blogspot.com</a></p>

35

RÉGION DE BISSAU





© AFECTOS.COM LETRAS

VUE DE BISSAU A PARTIR DU PORT DE PIDJIGUITI

## PORT DE PIDJIGUITI (P3) Page 46

Le port de Pidjiguiti mérite une visite pour son animation matinale et son explosion de sons, d'odeurs et de couleurs. Les pirogues débarquent tous les jours, remplies du poisson qui est vendu sur le petit marché situé sur le ponton, entre fruits, légumes et ces femmes proposant du poisson et des fruits de mer. Le port mène également une activité de commerce et de transport international, d'où partent et arrivent des porte-conteneurs. À l'entrée du port se dressent deux monuments consacrés aux martyres du massacre du 3 août 1959. Au cours d'une grève des dockers et des marins du port de Bissau, la répression exercée par les autorités coloniales a débouché sur une tragédie ayant coûté la vie à 50 person-

nes (le nombre exact n'a jamais été déterminé) et fait plus de 100 blessés. Cet événement, connu comme le Massacre de Pidjiguiti, est toujours commémoré aujourd'hui comme un des moments forts de la lutte pour la libération de la Guinée-Bissau. Le 3 août est d'ailleurs un jour férié national. On trouve d'abord ici une grande sculpture d'un poing fermé noir, la «Main de Timba»<sup>(P4)</sup>, sur une place rénovée sur laquelle a été installée une aire de jeux pour enfants et où sont exposées quelques images évoquant le massacre sur l'un des murs existants. À l'entrée même du port de Pidjiguiti, on trouve le buste d'Amílcar Cabral ainsi qu'un autre mémorial consacré au massacre <sup>(P5)</sup>.



ANCIENNE USINE DE L'ÎLOT DU ROI

© AFFECTOS COM LETRAS

## ÎLOT DU ROI (P6) Page 46

Cet îlot se trouve juste en face du port de Bissau. Pour y parvenir, vous devrez embarquer sur une pirogue dans le petit port situé derrière la douane et faire un voyage de dix minutes jusqu'à votre destination. Le prix du voyage doit être négocié avant le départ, mais un voyage aller-retour en pirogue ne doit pas dépasser 7 500 francs CFA. Sur l'Îlot du Roi, une construction très endommagée est l'exemple même d'une unité industrielle d'excellence de la seconde moitié du 20e siècle. On y traitait la mancarra (arachide) et on y produisait de l'huile d'arachide et de l'huile de palme. C'est également là qu'on enlevait l'écorce du riz et c'est avec les écorces et les déchets que l'on produisait l'énergie qui alimentait

l'île. Les produits transformés étaient ensuite acheminés par voie maritime vers d'autres points de la Guinée-Bissau et à l'étranger. Aujourd'hui, seules des ruines demeurent. Un responsable de l'usine guide les rares visiteurs sur des sentiers envahis par de hautes herbes et présente la tabanca de ceux qui restèrent sur place après la fermeture de l'usine. Il s'agit d'une tabanca très pauvre qui vit essentiellement en séchant le bagre (un poisson), que les femmes vont vendre tous les jours à Bissau. Elle est constituée par une très grande diversité ethnique. Ceci est dû au fait qu'il s'agit d'une communauté créée sur la base d'une classe ouvrière recrutée pour travailler dans l'unité de fabrication.



CATHÉDRALE DE BISSAU (AV. AMILCAR CABRAL)

© AFECTOS.COM LETRAS

## AVENUE AMILCAR CABRAL (P7) Page 46

C'est l'une des principales artères de la ville. Elle débute au port de Pidjiguiti et se termine au Palais Présidentiel et mérite une promenade à pied pour mieux apprécier l'architecture dominante. En sortant du port, on trouve du côté droit le ministère de la Justice, un édifice dont l'architecture est d'inspiration gréco-romaine, puis l'ancienne pension de Dona Berta. Cette dernière est composée d'une large véranda dotée d'éléments en fer, une œuvre inspirée par Gustave Eiffel. Toujours du côté droit se dresse la cathédrale Sé de Bissau, un ouvrage de 1945 réalisé par l'architecte João Simões, et les anciens magasins Nunes e Irmão, aujourd'hui Hôtel Coimbra & SPA. Face à la cathédrale, on trouve l'édifice de la Poste de Guinée-Bissau et toujours sur le côté droit, l'ancien siège de l'Union sportive internationale de Bissau (UDIB) ainsi que le cinéma de la ville.

## PLACE DES HÉROS NATIONAUX (P8) Page 46

Sur cette place, point névralgique de la ville, se trouve un monument daté de 1941, en plein rond-point, ainsi qu'un kiosque à musique. Le Palais Présidentiel, un ouvrage conçu en 1945 pour la Guinée portugaise, a été récemment reconstruit après avoir été bombardé et fortement endommagé lors de guerre initiée le 7 juin 1998. Le Palais est la résidence officielle du Président de la République. L'édifice situé sur le côté droit du Palais, sur la même place, est celui de l'ancienne Association commerciale, industrielle et agricole de Bissau, une construction majestueuse conçue par Jorge Chaves à la fin des années 1940. Il s'agit aujourd'hui du siège du PAIGC, l'actuel premier parti politique de Guinée-Bissau. L'édifice situé sur le côté droit du Palais est le Musée national ethnographique de Bissau. La place se remplit chaque week-end. Les familles s'y promènent tandis que les enfants jouent ; de jeunes couples batifolent sur les bancs du jardin et des activités ludiques y sont organisées. Cette place est également le point de rencontre d'une jeunesse enthousiasmée par le WiFi gratuit récemment mis à disposition.





PALAIS COLINAS DE BOÉ

© AFFECTOS COMLETRAS

## EN SORTANT DU CENTRE

### AUTRES QUARTIERS voir la carte de la page 46

En sortant un peu du centre de la ville ancienne, on trouve le **rond-point Che Guevara** <sup>(P9)</sup> où se trouve le Centre culturel français, ainsi que le **Marché municipal** <sup>(P10)</sup>, rue Vitorino Costa, qui opère dans des installations provisoires depuis l'incendie de 2006 qui a détruit le marché de la ville ; le **Stade Lino Correia**, de 1946, sur l'avenue Francisco Mendes <sup>(P11)</sup>, le **Centre culturel portugais** <sup>(P12)</sup>, sur l'avenue Cidade de Lisboa ou encore l'**Édifice de la Météorologie**, un ouvrage conçu par Lucínio Cruz en 1952, situé rue du Brasil (P13). Le **Palais Colinas de Boé** <sup>(P14)</sup>,

construit en 2005, accueille le siège de l'Assemblée Nationale Populaire. Il est localisé à côté du **Centre culturel brésilien** <sup>(P15)</sup> et est immédiatement suivi de la **Mãe de Água** <sup>(P16)</sup>, un rond-point où se trouve le château d'eau (daté de 1947) qui alimentait la ville de Bissau. Il s'agit aujourd'hui d'un centre névralgique de « toca-toca » et de diffusion de messages électoraux et informatifs au sujet de tout ce qui se passe à Bissau.

41

RÉGION DE BISSAU

### MARCHÉ DE BANDIM <sup>(P17)</sup> Page 46

C'est à Mãe de Água que commence le plus grand marché de Guinée-Bissau, le marché de Bandim. Ce marché, qui remonte à 1960, occupe les magasins et entrepôts des deux côtés de l'avenue et chaque centimètre au sol est utilisé par des vendeurs de tout ce que l'on peut

imaginer : fruits, légumes, électroménager, médicaments, vêtements, broderie traditionnelle, chaussures, cosmétiques, outils, maroquinerie, viande, poisson, céréales, etc. En résumé, ce que vous cherchez, vous le trouverez à coup sûr au marché de Bandim.



PRIMATURA

© AFECTOS COM LETRAS

## AVENIDA DOS COMBATENTES DA LIBERDADE DA PÁTRIA (P18) Page 46

Sur l'avenue qui mène à l'aéroport, distant de 7,5 km, on commence à pénétrer dans les quartiers périphériques extrêmement peuplés de Bissau, comme le Bairro da Ajuda, le Bairro Militar ou le Bairro de Quelelé. En restant sur cette avenue disposant de deux voies de chaque côté (et souvent trois!), et après avoir passé le rond-point de Chapa de Bissau, on découvre du côté droit la Grande Mosquée de Bissau. Un peu plus loin, côté gauche, la délégation de l'Union européenne et le siège de la BCEAO (Banque centrale des États d'Afrique occidentale), le Palais de justice et le récent complexe qui accueille le bureau du Premier ministre et quelques ministères – la *Primatura*.

En arrivant à l'aéroport international Osvaldo Vieira, on peut admirer une statue d'Amílcar Cabral sur un large rond-point, un espace très fréquenté le week-end par les jeunes de la capitale, qui viennent y pratiquer des activités sportives. La Volta de São Paulo, une route qui a été partiellement rénovée et qui joue le rôle de périphérie externe pour arriver jusqu'à la ville, permet de jouir d'une belle vue sur les rizières des alentours de Bissau, de passer par le quartier très peuplé du Bairro de Antula et d'arriver enfin à la douane et dans la partie ancienne de la capitale.

## PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE

<b>Titre:</b>	<b>PARC EUROPA – LAGOA N'BATONHA – projet “Kau di cat-chu ku kau di pecadur”</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	Monte-ACE en partenariat avec la Mairie de Bissau
<b>Contribution de l'UE:</b>	386 008 EUR
<b>Période:</b>	2015 - 2017
<b>Région:</b>	Bissau
<b>Description:</b>	<p>Situé entre l'Hôtel Ancar et la Marine, le parc réhabilite une zone humide urbaine qui était fortement dégradée au cœur de la ville de Bissau. Le parc dispose de deux zones distinctes: une zone naturelle, dédiée à la conservation de la biodiversité, à l'éducation environnementale et à la sensibilisation ; et une autre de loisir, comprenant des observatoires de la faune et de la flore locale, des circuits pour la marche et l'exercice physique, une aire de jeux et une cafétéria. Le projet vise à sensibiliser le public à l'importance des ressources naturelles et de la biodiversité, en encourageant leur bonne gestion et leur conservation, et à offrir à la population de Bissau un espace de loisirs.</p> <p>Plus d'informations : <a href="http://www.cmbissau.com/parque-nbatonha">www.cmbissau.com/parque-nbatonha</a></p>

<b>Titre:</b>	<b>NO CULTURA I NO RIQUEZA – PROMOTION DE L'ÉCONOMIE CRÉATIVE</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	ADPP-GB en partenariat avec l'Universidade de Girona, Grupo Cultural Netos de Bandim et Associação Cultural Ussufoal
<b>Contribution de l'UE:</b>	692 000 EUR
<b>Période:</b>	2016 - 2020
<b>Région:</b>	Bissau
<b>Description:</b>	<p>Le projet vise à promouvoir le secteur culturel comme vecteur de la croissance économique de la Guinée-Bissau. Les artistes, formés et professionnalisés dans le cadre du projet, organiseront des activités culturelles dans différents domaines (artisanat, théâtre, danse, peinture, cuisine traditionnelle, chant) dans les centres culturels des quartiers construits ou réhabilités dans divers lieux de la ville de Bissau. Une plateforme virtuelle soutiendra la projection des artistes et du réseau de collaboration au niveau international et régional.</p> <p>Plus d'informations : <a href="http://www.gbnoculturainoriqueza.com">www.gbnoculturainoriqueza.com</a></p>

## PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE

<b>Titre:</b>	<b>CULTURA I NÔ BALUR - UNE STRATÉGIE D'ÉDUCATION POUR LA CULTURE EN GUINÉE-BISSAU</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	FEC - Fundação Fé e Cooperação en partenariat avec Faculdade de Ciências de Educação da Universidade Católica Guiné-Bissau, Instituto de Educação de Universidade de Lisboa, Associação Afectos com Letras et Associação de Escritores da Guiné-Bissau et ENGIM ONG
<b>Contribution de l'UE:</b>	700 000 EUR
<b>Période:</b>	2016 - 2020
<b>Région:</b>	National, en se concentrant à Bissau, Biombo et Bafatá et les capitales régionales de Gabú, Oio, Cacheu, Tombali et Quinara.
<b>Description:</b>	<p>Le projet vise à promouvoir le patrimoine culturel bissau-guinéen, en favorisant l'accès de la population aux biens et services culturels. Parmi les différentes activités, des actions de formation pour les artisans seront organisées afin d'améliorer les techniques d'artisanat avec l'utilisation de produits locaux (bois, tissu, canette) et trois livres d'histoires et un CD de musique pour les enfants liés à la culture guinéenne seront édités. Le projet soutiendra la création d'un Centre d'études de l'éducation et de la culture de l'enfant guinéen, à des fins éducatives et récréatives, ainsi que la réalisation de foires artisanales et des foires du livre, ainsi qu'une bibliothèque mobile.</p> <p>Tous les produits seront disponibles dans le Centre d'art de la jeunesse et à l'Université Catholique de Guinée-Bissau à Bissau.</p> <p>Plus d'informations :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gestion du projet de la FEC à Bissau - tél. : (+245) 966 965 722</li><li>- Centro Artístico Juvenil de Bissau - tél.: (+245) 955 555 336</li><li>- Page Facebook de promotion des artistes - <a href="http://www.facebook.com/Arguib">www.facebook.com/Arguib</a></li><li>- Page de l'Université Catholique de Guinée-Bissau - <a href="http://www.ucgb.gw">www.ucgb.gw</a></li></ul>



© AFECTOS.COM/LETRAS

45

RÉGION DE BISSAU

## TRADITIONS

Le carnaval est une tradition très importante en Guinée-Bissau, tout particulièrement à Bissau. La vie de la capitale est paralysée durant trois jours, afin d'assister aux défilés de groupes venant de tout le pays et issus de toutes les ethnies. C'est un phénomène ethnographique d'une grande signification, au cours duquel toutes les traditions les plus enracinées sortent dans la rue pour se montrer et défiler avec orgueil dans les avenues de Bissau, en participant au concours organisé par les autorités locales.





## OÙ MANGER

À Bissau, vous trouverez de nombreux restaurants et une grande variété culinaire. Nous indiquons ici les restaurants que nous considérons comme étant de confiance.

### A PADEIRA AFRICANA R1

Rua M. N' Guabi, 30A - cuisine internationale et guinéenne. Connus pour ses plats traditionnels portugais.  
Tél.: (+245) 955 681 577

### COIMBRA R2

Avenida Amílcar Cabral - cuisine internationale et guinéenne sous forme de buffet. Plats végétariens.  
Tél.: (+245) 966 568 526

### DOM BIFANAS R3

Avenida do Brasil, à côté de la Mãe de Água - cuisine internationale et guinéenne avec une touche gourmet.  
Tél.: (+245) 966 604 312

### HUGOS R4

Rua de Angola - grillades, cuisine portugaise et guinéenne.  
Tél.: (+245) 966 558 025

### IMPÉRIO R5

Hotel Império, dernier étage. Praça dos Heróis Nacionais - cuisine portugaise et internationale.  
Tél.: (+245) 956 001 212  
| 969 004 848

### COQUEIROS R6

Avenida Unidade Africana, à côté des Pompiers. Grillades et cuisine portugaise. Musique live.  
Tél.: (+245) 966 202 175

### PAPA LOCA R7

Avenida Francisco Mendes - cuisine internationale et guinéenne. Connus pour son poulet grillé.  
Tél.: (+245) 955 507 020

### HÔTEL ANCAR R8

Rua Osvaldo Vieira, 10 - cuisine internationale  
Tél.: (+245) 955 804 547

### BISTRO R9

Rua Eng.º José Guedes Quinhones - Cuisine internationale, pâtes, pizzas au four à pain et carte de bières belges.  
Tél.: (+245) 969 253 058  
| 955 621 144  
E-mail: restbistro@gmail.com

### TAMAR R10

Rua 12 de setembro - cuisine guinéenne. Musique live le week-end, esplanade. Situé à Bissau Velho.  
Tél.: (+245) 966 602 304

### O QUINTAL R11

Av. Pansau na Isna, tout près du marché artisanal Coqueiros - cuisine internationale et guinéenne. Musique live le week-end.  
Tél.: (+245) 955 963 930

### ALI BABA R12

Av. Pansau na Isna - grillades et cuisine libanaise.  
Tél.: (+245) 966 610 000

### O PORTO R13

Rua Severino Gomes de Pina - cuisine internationale et guinéenne. Connus pour ses plats de poisson.  
Tél.: (+245) 966 624 632

### DAR SALAM R14

Rua Severino Gomes de Pina - cuisine guinéenne et sénégalaise.  
Tél.: (+245) 955 525 220

### AL AMIR R15

Avenida Francisco Mendes - Pizzaria et cuisine libanaise.  
Tél.: (+245) 955 544 449

### LAROSA R16

Près de l'Hotêl Malaika - Cuisine libanaise. Pösson grillé.  
Tél.: (+245) 966 974 488

### KALLISTE R17

Avenida Domingos Ramos. cuisine internationale et guinéenne. Pizzas.  
Tél.: (+245) 955 124 953

### GUINÉ DOCE - CAFÉ RESTAURANTE R18

Rua A Mbana, Bissau Velho.  
Tél.: (+245) 966 148 352

**DONA FERNANDA R19**

Santa Luzia – cuisine guinéenne. Connue pour sa « bica » grillée, “espetadinhas” et sa poule cafrilla.

Tél.: (+245) 966 795 000

**RODAS NO AR R20**

Aeroporto Osvaldo Vieira – cuisine internationale et guinéenne. Service de buffet au déjeuner.

Tél.: (+245) 966 239 386

**ALMAGUI R21**

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria – cuisine guinéenne et portugaise.

Tél.: (+245) 966 611 094

**A COZINHA DA TERRA R22**

Avenida Caetano Semedo, Las Palmeras, Belém – cuisine traditionnelle guinéenne sur commande et produits de la terre. Service de catering.

Tél.: (+245) 966 616 799

**SENEGALESA R23**

Rua Eduardo Mondlane cuisine sénégalaise et guinéenne. Connue pour ses plats de poisson.

(près de l'intersection avec Rua Djassi)

Tél.: (+245) 966 661 919

**MACHADO R24**

Av. Combatentes da Liberdade da Pátria

Tél.: (+245) 966 613 827

**CONTENTOR A MANGUEIRA R25**

Rua de S. Tomé (derrière le Centre culturel brésilien) – bar-esplanade avec repas. Fruits de mer et huîtres le Weekend.

Tél.: (+245) 955 803 748 | 966 674 877

**OÁSIS R26**

Prés du Port et de “Mão de Timba”, dans le coin de la Marine – cuisine guinéenne et portugaise.

Tél.: (+245) 955 289 669 | 966 702 188

**NA TÁBUA R27**

Largo do porto, derrière la statue de “Mão de Timba” – grillades et furtis de mer.

Tél.: (+245) 966 306 283

**BOULANGERIES/CAFÉS****CAFÉ-PASTELARIA IMPÉRIO C1**

Praça dos Heróis Nacionais

**PONTO DE ENCONTRO C2**

Rua M. N' Guabi

**KAIS C3**

Largo do Pidjiguiti

**OÙ DORMIR**

La ville de Bissau dispose de nombreux hôtels dont les prix sont adaptés à toutes les bourses. En Guinée-Bissau, la classification hôtelière n'est pas réglementée.

**HOTEL COIMBRA & SPA H1**

Avenida Amílcar Cabral

Tél.: (+245) 966 568 526

E-mail: contacto.bxo@gmail.com

Chambres avec air conditionné et minibar, électricité et eau 24/24, spa, gymnase, librairie, bar, restaurant, internet, service de blanchisserie et boutique d'artisanat. Service de transport pour l'aéroport. Au centre de la ville, à côté de la Cathédrale.

**HOTEL AZALAI 24 DE SETEMBRO H2**

Avenida Pansau na Isna, Santa Luzia

Tél.: (+245) 955 803 000 | 955 803 004

Page: www.azalahotels.com.

E-mail: 24desetembro@azalahotels.com

Chambre avec air conditionné et minibar, électricité et eau 24/24, internet, service de blanchisserie, piscine, jardin. Service de transport pour l'aéroport. À 5 minutes du centre-ville.

### HOTEL LEDGER PLAZA H3

Avenida Combatentes Liberdade da Pátria, 107  
Tél.: (+245) 955 577 007  
E-mail : reservations.ledgerbissau@laicohotels.com

Chambres avec air conditionné, TV par satellite, sèche-cheveux, des articles de toilette gratuits, électricité et eau 24h / 24, piscine extérieure, aire de jeux, court de tennis. Bar. Parking. Service de navette vers l'aéroport.

### HOTEL IMPÉRIO H4

Praça dos Heróis Nacionais, n°1  
Tél.: (+245) 956 001 212 | 969 004 848  
E-mail: info@hotelimperio.net  
| reservas@hotelimperio.net

Chambres avec air conditionné, TV par satellite, sèche-cheveux, des articles de toilette gratuits, électricité et eau 24/24, internet. Service de transport pour l'aéroport.

### HOTEL TERRAÇOS DE RUBY H5

Rua Vitorino Costa, n° 28/29  
Tél.: (+245) 955 381 537  
Chambres avec air conditionné et internet. Piscine extérieure et bar.

### HOTEL ANCAR H6

Rua Osvaldo Vieira, 10  
Tél.: (+245) 955 804 547  
Hôtel avec air conditionné, électricité et eau 24/24, internet, bar et restaurant. Service de transport pour l'aéroport. En centre-ville.

### HOTEL MALAIKA H7

Rua Osvaldo Vieira  
Tél.: (+245) 966 710 010  
Chambres avec air conditionné, minibar, électricité et eau 24/24, internet. Service de transport pour l'aéroport. En centre-ville.

### APARTHOTEL SOLMAR H8

Rua Vitorino Costa  
Tél.: (+245) 955 804 547  
Chambres avec air conditionné, minibar, électricité et eau 24/24, internet. Service de transport pour l'aéroport. En centre-ville.

### HOTEL LISBOA-BISSAU H9

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria  
E-mail: hotellisboabissau@hotmail.com

Chambres avec air conditionné, électricité et eau 24/24, internet, piscine. Service de transport pour l'aéroport. À 15 minutes du centre-ville.

### HOTEL BASSAMAR H10

Avenida Pansau na Isna, Santa Luzia  
E-mail: hotelbassamar@gmail.com  
Chambres avec air conditionné et minibar, internet, bar et restaurant. Service de transport pour l'aéroport. À 5 minutes du centre-ville.

### RESIDENCIAL ALMAGUI H11

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria  
Tél.: (+245) 966 611 094  
Chambres avec air conditionné, piscine, service de blanchisserie. À 20 minutes du centre-ville, près de l'aéroport.

### HOTEL KALLISTE H12

Avenida Domingos Ramos  
Tel. (+245) 966 765 662

### APARTHOTEL LOBATO H13

Avenida Pansau na Isna, 29  
Tél.: (+245) 955 951 063  
Email: olgalobato5@hotmail.com  
Chambres avec air conditionné et internet.

### APARTHOTEL JORDANI H14

Avenida Pansau na Isna  
Tél.: (+245) 955 830 605

### APARTHOTEL TAMAR H15

Rua 12 de Setembro  
Tél.: (+245) 966 602 926

### PENSÃO CREOLA H16

Avenida Domingos Ramos  
Tél.: (+245) 966 633 031  
Chambres avec ventilateur et le plus souvent avec

toilettes communes. Service basique.



### SORTIR LE SOIR:

la vie nocturne à Bissau est très animée. Il y a toujours une possibilité d'écouter de la musique live ou de danser au son des rythmes chauds africains.

#### INSÓNIAS

Bar. Rua Maria Unguambe. Ouvert du jeudi au dimanche. Musique et ambiance internationales.

#### KAIPIRINHA

Bar. Av. Amílcar Cabral. Fermé le dimanche. Esplanade, avec des ambiances variées, musique africaine, fréquenté par des Guinéens et des étrangers.

#### X CLUB

Bar. Rua Osvaldo Vieira. Musique et ambiance internationales. Ouvert du mercredi au dimanche.

#### BALAFON

Bar. Avenida Domingos Ramos. Ouvert tous les jours. Musique et ambiance internationales.

#### A GARAGEM

Bar connu pour son Gin Tonic.

Rua de Cabo Verde. Fréquentée par des Guinéens et des étrangers.

#### TABANKA

Discothèque. Rua Justino Lopes. Ouverte du jeudi au dimanche. Musique guinéenne et africaine. Fréquentée par des Guinéens et des étrangers.

#### SABURA

Discothèque. Rua Ermelinda Gomes. Ouverte tous les jours. Musique guinéenne et africaine. Discothèque fréquentée par des Guinéens et des étrangers.

#### KINGS CLUB

Restaurant, bar, discothèque. Bairro da Ajuda. Musique live le week-end.

#### BAMBU

Discothèque. Bairro da Penha, Av. dos Combatentes da Liberdade da Pátria. Ouverte tous les jours. Musique guinéenne et africaine. Fréquentée essentiellement par des Guinéens.

#### BOMBOLOM CLUB

Bairro da Ajuda, à côté de la discothèque Sonhos.





© AFECTOS.COM/LETRAS



## TRANSPORTS

À Bissau, il y a des centaines de taxis qui circulent en permanence. Il suffit de lever le bras pour qu'ils s'arrêtent immédiatement et vous prennent en charge. Les courses sont partagées et les taxis s'arrêtent jusqu'à remplir leur véhicule de clients allant dans la même direction. Les prix sont très bas (entre 250 et 500 francs CFA par trajet en ville). Les «toça-toça» sont une alternative pour se déplacer durant la journée. Il s'agit de minibus de transport public qui relient les divers quartiers de la ville à la Mã de Água (Château d'eau), auprès du Palais Colinas de Boé et la zone de l'abattoir de Bissau – Matadouro de Bissau.



## ARTISANAT

Le marché de l'artisanat se trouve au Mercado dos Coqueiros, provisoirement installé sur le coin de l'avenue Pansau na Isna avec l'avenue Unidade Africana, mais aussi au Centre artistique de la jeunesse, sur la route qui relie Bissau à l'aéroport, près de Chapa, où les jeunes travaillent le bois en public. Les pièces sont toutes des originaux numérotées. Pour le visiteur à la recherche d'artisanat venant de tout le pays, le magasin Cabazi Terra, situé dans la rue Vítorino Costa, offre une grande variété d'artisanat guinéen. Au pied de la cathédrale, l'artisanat est en vente dans la rue, mais une partie provient du Sénégal et d'autres pays africains. D'autres produits artisanaux locaux tels que le miel, le riz, les confitures, le sel, entre autres, sont en vente au magasin "Sabores da Tabanca" à Bissau Velho, Rue Guerra Mendes près du port; dans la "Lojinha da Terra" de l'ONG Tiniguena au quartier de Belém, ainsi que dans certains mini-marchés.

## OFFICES DE TOURISME

À l'aéroport, il y a deux bureaux du tourisme (dans le hall d'arrivée et de départ) et deux bureaux d'information touristique dans le centre-ville : un à côté de l'Hôtel Malaika et l'autre dans la Praça dos Heróis Nacionais, à côté du siège de la compagnie aérienne TAP. Une autre alternative est de consulter les pages du ministère du Tourisme et de l'Artisanat de Guinée-Bissau :

[www.discoverbijagos.org](http://www.discoverbijagos.org) et  
[www.discoverybijagos.com](http://www.discoverybijagos.com)





## RÉGION DE BIOMBO

Cette région, la deuxième plus petite du pays, est également appelée « *Tchon di Pépel* » à cause de la prédominance de l'ethnie Papel. On peut affirmer que Biombo est l'une des régions les plus riches en matière de manifestations culturelles ancestrales et de traditions animistes, mais aussi en partie grâce au fait que diverses ethnies – Balanta, Mancanha, Manjaca, Fula, Mandinga, Bijagós et Beafadas – sont représentées dans cette région. La proximité de la mer et du fleuve Mansôa a une grande influence sur le paysage et dicte les variations territoriales, en fonction des marées. C'est une région connue pour ses grandes zones de mangrove faisant d'elle l'un des lieux de choix pour pêcher et déguster des huîtres. Un territoire de mangrove est par nature une zone de confluence d'oiseaux, à la recherche de ses eaux en période migratoire. Les rizières et quelques plages, la forêt de palmiers, les savanes, les plantations de cajou et de canne à sucre complètent le paysage de Biombo. La région est également riche en production de produits traditionnels ensuite commercialisés à Bissau : la production de canne, de vin et d'huile de palme, de cajou sec ou distillé, la forge ou le tissage.



QUINHAMEL

## QUINHAMEL

Capitale de la région de Biombo, Quinhamel est une ville de 43 000 habitants située à 37 km de Bissau. La route qui y mène depuis la capitale est en bon état et permet de profiter de jolis paysages de mangroves, rizières et d'anacardiers. Au centre de la bourgade, le marché de rue occupe complètement le bord de la route et s'étend même parfois sur la route elle-même. La place principale est large et constitue le point de concentration des jeunes et des familles qui se promènent distraitement. À la place principale, on peut prendre un chemin entouré de « Poilões » (arbres) centenaires qui nous amène jusqu'aux berges du fleuve Mansôa, où l'on peut s'offrir une baignade rafraîchissante ou simplement

contempler les pêcheurs, les femmes ramassant les huîtres ou les enfants jouant dans l'eau. L'ethnie Papel, très animiste, a une relation très étroite avec la nature et les « balobas » sont des lieux sacrés par excellence. Il est possible de connaître de près quelques-uns de ces sanctuaires et de percevoir quelque Irã ou objet signalisant les lieux. Cette région invite à la marche à pied ou *trekking*, grâce aux circuits adjacents aux bras de mer et aux fleuves. Nous conseillons de porter des vêtements et des chaussures confortables et de vous munir d'eau en bouteille.

## SITES HISTORIQUES À VISITER DANS LA RÉGION



### ATELIER DE TISSAGE DE PANO DE PENTE

Artissal, une ONG qui est située à l'entrée de Quinhamel, a pour objectif la formation et la promotion de la culture régionale et la production et l'exportation de produits traditionnels de la région, notamment des « panos de pente ». Ces étoffes portent en elles un grand symbolisme. Leurs tisseurs ne sont que des hommes de l'ethnie Papel qui apprennent leur art avec leur père ou leur oncle ; les étoffes sont toujours produites selon les mêmes méthodes traditionnelles et sur les mêmes métiers à tisser, qui ont également un caractère sacré et peuvent être utilisés lors de rituels, pour guérir certaines maladies. Le tissage est considéré comme une activité sacrée et l'utilisation de ces étoffes est aujourd'hui un symbole de statut social. L'offre d'un « pano pente » doit être considérée comme un honneur. L'utilisation de ces pièces lors de cérémonies et rituels s'est généralisée, mais elles n'étaient à l'origine utilisées que lors de cérémonies funéraires, à cause de leur rareté et de leur grande valeur. Au siège d'Artissal, il est possible de visiter les ateliers où les artisans tissent les étoffes. La tradition se transmet selon des règles ancestrales: de père en fils ou d'oncle à neveu.

### MUSÉE PAPEL

Dans ce complexe d'Artissal, il est également possible de visiter un petit musée qui présente des objets et des moments d'histoire de l'ethnie Papel.

### DISTILLERIE DE MANUEL PORTUGUÊS

En suivant la route en terre battue qui conduit au siège de l'ONG Artissal, vous trouverez la distillerie d'un Portugais vivant en Guinée-Bissau depuis des dizaines d'années, qui produit de l'eau de vie à base de canne à sucre, de l'eau de vie de cajou et de l'eau de vie de miel, selon des méthodes artisanales, mais à grande échelle. Cet endroit fonctionne durant toute l'année, en fonction de la production de la matière première typique de la saison, et il est possible de suivre toutes les phases de cette production entièrement artisanale. La canne à sucre est plantée et cueillie dans les champs jouxtant la distillerie et les femmes se chargent de l'extraction grâce à la broyeuse. Le moût qui en résulte passe ensuite par un processus de fermentation qui dépend de la quantité de sucre ajouté au calo et sort par un alambic vers les cuves où il est stocké avant d'être mis en bouteille. La visite de cet endroit vaut la peine.

Titre:	<b>MULHERES+ – VALORISATION INCLUSIVE ET SOLIDAIRE DE LA CULTURE GUINÉENNE</b>
Partenaire d'exécution:	Cabaz di Terra en partenariat avec CIDAC
Contribution de l'UE :	457 129 EUR
Période:	2016 – 2018
Région:	Bissau
Description:	<p>La culture de la création artistique et de la valorisation économique du tissage traditionnel bissau-guinéen sont à la base du projet, qui vise à soutenir l'autonomisation des femmes et l'amélioration de la qualité de vie de leurs familles et des communautés.</p> <p>L'ouverture du magasin / centre de tissage est prévue à Bissalanca, sur la route de l'aéroport à Quinhamel.</p> <p>Plus d'informations: cabazditerra@gmail.com</p>





ARTISSAL - PANO DE PENTE

© CABAZ DI TERRA



## OÙ DORMIR

### COMPLEXO 7 DJORSON ARTISSAL

Tél.: +245 955 124 953  
Quinhamel

### HÔTEL MAR AZUL

Tél.: (+245) 955122508  
| 966760990

E-mail: tonyferrage@hotmail.com

Hôtel et restaurant dont les huîtres sont la spécialité, ainsi que le poisson grillé et la cuisine africaine. Piscine et baignade dans le fleuve.



## OÙ MANGER

### ESPLANADA OMA Y

Tél.: (+245) 955 532 974

Service de buffet tout compris à prix fixe comprenant des huîtres, dans un bel environnement au bord du fleuve. Ouvert le week-end et les jours fériés. Il est nécessaire de réserver.

### NELSON

Tél.: (+245) 966 672 839

Des huîtres en spécialité, dans une ambiance pittoresque au bord du fleuve. Ouvert le week-end et les jours fériés. Il est nécessaire de réserver.



### INDUM-MAR

Tél.: (+245) 955 804 195  
| 966 621 750

Restaurant au bord du fleuve.

## BIOMBO

En continuant tout droit pendant environ une heure après la petite ville de Quinhamel, sur une route en terre battue, vous arriverez à une plage qui n'a rien d'extraordinaire, mais le voyage vaut la peine pour le paysage qui borde la route : de petites tabancas avec des maisons recouvertes d'un toit de chaume, des gens assis à l'ombre d'un poilão, un lac rempli d'oiseaux, des rizières et du vert à perte de vue. En arrivant à Biombo, vous pourrez prendre une pirogue motorisée pour visiter quelques îles ou le bateau pour vous rendre sur l'île de Keré.

## PLAGE DE PIQUIL

La zone de mangrove domine la région et les infrastructures existantes ne facilitent pas l'accès à cette plage. Sa visite doit être effectuée depuis le fleuve, grâce à un bateau à moteur ou un canoë. La ville la plus proche de cette plage est Ondame, distante de Quinhamel de 20 km, mais la route est une piste, à l'exception des trois premiers kilomètres.

## PRÁBIS ET PLAGE DE SURU

La plage de Suru se trouve à près de 20 km de Bissau. Pour y parvenir, il faut quitter la capitale en direction de Prábis, tout près de la plage. Les accès incluent une route pavée et une piste. Suru est la plage la plus proche de la capitale et est connue par les habitants de Bissau comme un lieu de repos. Il s'agit d'une plage de sable déserte où il est possible de se baigner et d'observer les oiseaux migrateurs qui y passent.



BIOMBO



## OÙ MANGER

### Mme. AURÉLIA

Tél.: (+245) 966 966 612

Spécialité d'huîtres. Grillades et poisson à l'ombre d'un man-guier.



© AFECTOS.COM/LETRAS

59

RÉGION DE BIOMBO

## SAFIM

C'est une ville de près de 18 000 habitants qui est un passage presque obligé pour qui veut visiter le pays et continuer vers le nord, le sud ou l'est. La population vit beaucoup autour de la route qui y passe, avec le marché et de petits commerces qui envahissent les bords de la route. À la bifurcation qui permet de continuer à droite en direction de Mansôa, Bafatá, Buba et Gabú, ou sur la gauche en direction de Bula, Canchungo, Cacheu, São Domingos ou Ziguinchor, se dresse une petite chapelle catholique.



OÙ MANGER

### MARISQUEIRA DE SAFIM

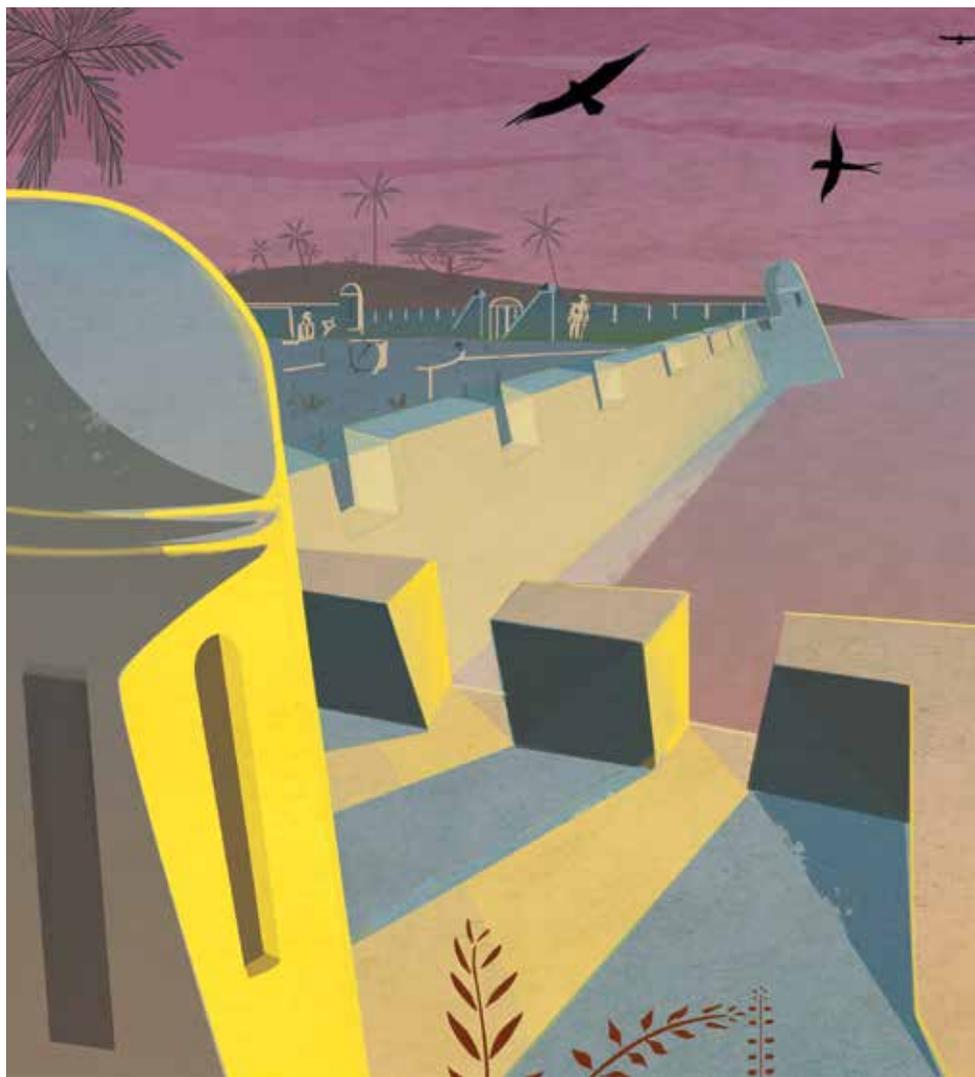
Tél.: (+245) 966 506 312  
| 955 977 788

Cuisine guinéenne. Buffet le dimanche.

### RESTAURANTE NOVO PLANETA

Tél.: (+245) 955 535 311

Cuisine guinéenne.



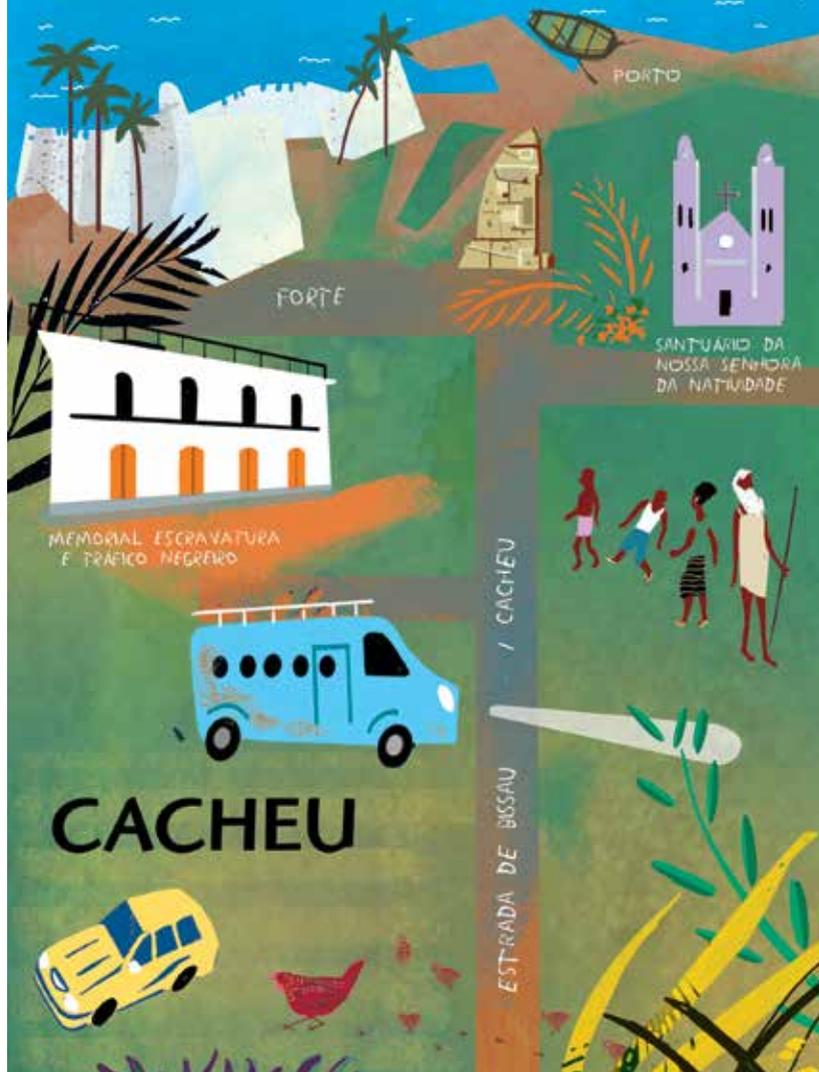


## RÉGION DE CACHEU

La région de Cacheu dispose de près de 185 000 habitants et est située dans la partie nord-ouest du pays. Entourée de la mer et de rias, cette région est traversée par le fleuve Cacheu, l'un des plus importants de Guinée-Bissau, et est composée des secteurs de Cacheu (capitale de la région), Canchungo, Caió, Bula, Bigene et São Domingos.

### VILLE DE CACHEU

Cette ville se trouve sensiblement à 100 km de Bissau, une distance que l'on parcourt sur une route goudronnée et dans un état raisonnable. En arrivant à destination, le visiteur est embarqué dans un voyage dans le temps, un retour aux siècles du trafic d'esclaves et des comptoirs commerciaux. Cacheu a été la capitale des temps coloniaux et, selon les historiens, le premier comptoir portugais de ce qui est aujourd'hui la Guinée-Bissau. Créée en 1588, Cacheu était le centre du commerce d'esclaves et c'est là qu'est née en 1656 la Companhia de Cacheu et Rios. En 1879, avec la création de la province de la Guinée Portugaise, la ville cessa d'être sous la dépendance du Cap-Vert.



OÙ MANGER

### CONTENTOR DA GABRIELA CARVALHO

Porto de Cacheu  
Tél.: (+245) 966 251 010  
Réservation conseillée.



OÙ DORMIR

### SEDE DO IBAP

Tél.: (+245) 955 703 172 | 955 597 426

## SITES HISTORIQUES À VISITER DANS LA RÉGION



FORT DE CACHEU

© AFFECTOS COM LETRAS

### FORT DE CACHEU

En 1588, le fort de Cacheu est construit à la demande du Cap-Verdien Manuel Lopes Cardoso, qui reçoit l'autorisation de la couronne portugaise et du Régulus Chapaia d'organiser la défense contre les attaques de corsaires qui menaçaient la région. Ce fort était d'une grande utilité, car il favorisait le contrôle du fleuve et, naturellement, l'entrée et la sortie des navires dans la barre. En matière architecturale, le fort se caractérise par un plan régulier de vingt-six mètres de longueur pour vingt-quatre mètres de large, avec des bastions aux extrémités, symétriques par rapport aux côtés. Les murailles de quatre mètres de hauteur sont construites en pierre et on y trouve encore seize canons, toujours dans leur position défensive originale. À l'intérieur du fort, diverses statues de navigateurs et héros des grandes découvertes portugaises sont réparties de façon surprenante. Elles viennent de divers endroits de la Guinée-Bissau, des lieux où elles avaient été installées durant la période de "l'Estado Novo" portugais de Sa-

lazar, avant d'être retirées après l'indépendance des places où elles avaient été érigées. On trouve ici les grandes statues des premiers Européens arrivés en Guinée au 15<sup>e</sup> siècle: Diogo Gomes (le premier explorateur portugais à naviguer dans les eaux du fleuve Geba), Nuno Tristão (selon les historiens, il aurait été le premier navigateur à parvenir jusqu'à ce qu'on appelle aujourd'hui la Guinée-Bissau), Teixeira Pinto, le pacificateur de la Guinée, ou encore le premier gouverneur de la Place de Cacheu, Honório Barreto, né à Cacheu en 1813, fils de João Pereira Barreto (gouverneur de la Guinée en 1830 et 1859) et de Rosa de Carvalho Alvarenga (Dona Rosa de Cacheu). Le fort est habituellement fermé, mais il est possible de demander que la porte soit ouverte pour une visite. Nous conseillons d'offrir un pourboire à M. Caminho, responsable de l'entretien des lieux. Tél. M. Caminho : (+245) 955 907 341.



SANCTUAIRE DE NOSSA SENHORA DA NATIVIDADE

© AFECTOS COM LETRAS

## SANCTUAIRE DE NOSSA SENHORA DA NATIVIDADE

Cette église, consacrée à Nossa Senhora da Natividade (Notre Dame de la Nativité), patronne de Cacheu, a été la première église portugaise édifée en Afrique occidentale et rappelle l'arrivée des premiers missionnaires franciscains à Cacheu, en 1660. Elle est toujours ouverte et on y célèbre l'homélie dominicale. C'est une église austère, mais qui vaut une visite, même si les murs commencent à céder sous la pression de l'humidité et du temps. Tous les ans, au mois de décembre, un grand pèlerinage vers ce sanctuaire est organisé, considéré comme étant la plus grande manifestation religieuse catholique de Guinée-Bissau.



MÉMORIAL

© CHIARA GUIDETTI

## MÉMORIAL DE L'ESCLAVAGE ET DE LA TRAITE DES ESCLAVES

Maison-Musée qui nous emmène dans un voyage historique à travers le monde de l'esclavage et le rôle que la ville de Cacheu a eu dans les routes mondiales de la traite des esclaves.

Ici nous rencontrons une exposition d'images et textes, les répliques des instruments utilisés pour le transport des esclaves dans la traversée de l'Atlantique, ainsi qu'un centre de documentation avec des informations sur l'histoire de l'esclavage.

Rua Bacampolco, Caixa postal 606, Cacheu.  
Tél.: (+245) 955 361 104 | 966 772 934 | 955 650 263.  
E-mail: memorialdeescravatura.cacheu@gmail.com  
Page: www.adbissau.org

## MONUMENT SUR LE ROND-POINT DU PORT

L'avenue qui conduit au port, doté de deux voies et d'un terre-plein central, se termine sur un rond-point où se dresse un monument des « Commémorations Henriquinas » - commémoration des 500 ans de la mort de l'Infant D. Henrique. Il date de 1960 et est attribué au sculpteur Severo Portela.



MONUMENT DU ROND-POINT DU PORT

© AFECTOS COM LETRAS

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM

**Titre:** **MÉMORIAL DE L'ESCLAVAGE ET DE LA TRAITE DES ESCLAVES DE CACHEU – PROJETS “CACHEU, CAMINHO DE ESCRAVOS” ET “CACHEU DI SI CULTURA I ISTORIA ”**

**Partenaire d'exécution:** Acção para o Desenvolvimento (AD) en partenariat avec l'Associazione Interpreti Naturalistici del Parco Nazionale del Gran Sasso e dei Monti della Laga Onlus (AIN), COAJQ et Governo Civil da RÉGION DE Cacheu

**Contribution de l'UE :** 1 049 600 EUR

**Période:** 2012-2016 | 2016-2020

**Région:** Cacheu

### Description:

Les deux projets consécutifs visent à promouvoir le patrimoine historique et culturel de la ville de Cacheu et stimuler l'économie locale en créant des possibilités d'emploi et la réduction de la pauvreté dans la région. Le point focal de l'initiative est le Mémorial de l'esclavage et de la traite des esclaves, situé dans un bâtiment historique réhabilité. En plus d'un musée, le mémorial comprend un centre de recherche et un centre de conférences. Comme activités, le projet vise à promouvoir l'artisanat et la production artistique, l'organisation des visites historiques, culturelles et environnementales, la création de conditions de logement, la restauration et la formation des jeunes et des femmes. Le projet soutient le festival culturel annuel de Cacheu en novembre, souvent associé à une foire de produits de l'économie locale.

Plus d'informations:

Tél.: (+245) 955 650 263

Email: [memorialdeescravatura.cacheu@gmail.com](mailto:memorialdeescravatura.cacheu@gmail.com)

Pages: [www.cacheu.adbissau.org](http://www.cacheu.adbissau.org) | [www.memorialcacheu.org](http://www.memorialcacheu.org)

65

RÉGION DE CACHEU



© AFECTOS COM LETRAS

MANGROVES DU FLEUVE CACHEU

## PARC NATUREL DES MANGROVES DU FLEUVE CACHEU

66

RÉGION DE CACHEU

Le Parc Naturel des Mangroves du fleuve Cacheu est la plus grande mangrove d'Afrique occidentale et un sanctuaire écotouristique à ne rater sous aucun prétexte. En prenant le bateau au port de Cacheu, il est possible de faire une incursion sur les bras du fleuve du même nom, qui s'étend sur 150 km en grande partie navigables. Sur les mangroves d'un vert luxuriant et pleines d'huîtres, vous pourrez voir la population pratiquer une pêche artisanale en pirogue et observer une faune très variée. Parmi les espèces les plus communes, le crocodile (*Crocodylus niloticus*), le python de Seba (*Python sevae*), l'écureuil de Gambie (*Heliosciurus gambianus*), le guib harnaché (*Traggelaphus scriptus*), la mangouste (*Herpeste paludinus*), ou le phacochère (*Phacochoerus aethiopicus africanus*).

L'une des attractions du parc est l'observation d'oiseaux, rendue possible par l'existence de plus de deux cent espèces, notamment des pélicans, des flamants et de nombreux oiseaux limicoles migratoires. Dans cette zone, vous trouverez également le bucorve d'Abyssinie (*Bucorvus abyssinicus*) ou l'oie-armée de Gambie (*Plectropterus gambensis*). Du point de vue aquatique, puisqu'il s'agit d'un estuaire, des crevettes naissent et croissent dans les eaux du parc. Les siluriformes, les carpes, les barracudas (*Psittacus*), les maigres (*Cilus gilberti*), les muets (*Mugil cephalus*) sont les espèces de poisson les plus courantes. L'hippopotame (*Hippopotamus amphibius*) et le lamantin d'Afrique (*Trichechus senegalensis*) peuplent également la région. Il existe divers circuits possibles, à des prix différents selon les distances parcourues. Le circuit court, qui relie Cacheu à São



© AECTOS.COM LETRAS

MANGROVES DU FLEUVE CACHEU

Domingos, dure environ une heure. L'arrêt à São Domingos permet de se promener dans les rues de la ville. Celle-ci n'offre aucun monument significatif, mais dispose d'un marché d'artisanat local intéressant. Ce marché ne se tient pas à date fixe et dépend du calendrier Felupe, l'ethnie dominante de la région. Le circuit le plus complet passe par Elia (un village caractérisé par des cabanes de deux étages) et Jobel, une tabanca connue pour être une petite Venise, où les gens se déplacent en canoé sur les canaux de la rivière. Il est également possible d'étendre la promenade en bateau jusqu'à Poilão de Leão, une tabanca où il est possible de voir des hippopotames.

### QUELQUES POINTS D'INTÉRÊTS À DÉCOUVRIR DANS LES TABANCAS AU NORD

Voir de près les techniques traditionnelles de découpe du bois de mangrove utilisé pour les habitations à Elalab ; les particularités de l'ethnie Felupe, les rituels animistes ou les cérémonies traditionnelles. En matière architecturale, il convient de mentionner les techniques et les matériaux de construction des habitations, les matériaux utilisés par l'artisanat local comme le bois ou l'argile.

### QUELQUES POINTS D'INTÉRÊTS À DÉCOUVRIR DANS LES TABANCAS AU SUD

La faune, la flore et la singularité du paysage environnant. Ces tabancas sont un lieu privilégié pour l'observation de la vie animale. La gestion et la protection des ressources naturelles bénéficient fréquemment de la participation active des populations locales, comme c'est le cas dans zone de Cobia, avec sa forêt sacrée.

Pour ces circuits, contactez l'IBAP à Bissau (Avenida Don Settimio Arturro Ferrazeta, CP Bissau), l'ONG Monte ([www.monte-accept](http://www.monte-accept)) ou recourez aux services de l'opérateur Osseh'mene Tours & Souvenirs. Tél.: (+245) 955 359 818 | 969 271 705.

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© IBAP

68

RÉGION DE CACHEU

**Titre:** CACHEU, GESTION DURABLE DES RESSOURCES FORESTIÈRES DU PARC NATUREL DES MANGROVES DE CACHEU

**Partenaire d'exécution:** Monte ACE en partenariat avec l'Instituto da Biodiversidade e Áreas Protegidas (IBAP)

**Contribution de l'UE:** 1 999 156 EUR

**Période:** 2012 - 2017

**Région:** Cacheu

### Description:

Vise à assurer la préservation et la valorisation de la biodiversité de ce parc au bénéfice des 8 000 habitants de la région de Cacheu. Parmi les objectifs à atteindre, soulignons le renforcement de l'intervention de l'IBAP dans la gestion du Parc naturel des mangroves de Cacheu, la valorisation des ressources forestières, la promotion de l'écotourisme, avec des logements pour accueillir les touristes dans le parc, la signalisation de parcours pour l'observation d'espèces animales et végétales, ou la création d'un fonds de soutien aux initiatives communautaires qui contribuent à la qualité de vie, et des actions de sensibilisation et d'éducation environnementales adressées aux enfants et aux jeunes.

Plus d'informations: [www.monte-ace.pt](http://www.monte-ace.pt) e [www.ibapgibissau.org](http://www.ibapgibissau.org)

## CANCHUNGO

L'entrée dans cette ville, qui se trouve à 79km de Bissau, pratiquement à mi-chemin entre la capitale et la ville de Cacheu, se fait par une route bordée d'arbres touffus et ombrageux qui confèrent une beauté spéciale à l'arrivée à Canchungo. La visite de cette ville vaut la peine pour son architecture coloniale, certes un peu endommagée, mais qui nous donne une idée du côté majestueux de ce qui était certainement une jolie ville. Le rond-point au centre de la bourgade, où se trouvent des artisans vendant de la céramique, des tissus manjacos et des paniers produits dans cette région, marque le début d'un parcours qui nous conduit jusqu'à une large avenue de deux fois deux voies, avec un terre-plein central doté de luminaires, vestiges d'une ville qui a jadis bénéficié de l'électricité et d'une illumination publique permanente. Sur cette avenue, vous croiserez un château d'eau de 1946, une église qui dispose de panneaux d'azulejos (datés de 1943) originaires de l'usine d'azulejos de Sacavém, des maisons dotées de grandes vérandas donnant sur la route principale, l'ancien Cinéma Canchungo et la maison du Comité de Secteur, sur le rond-point qui héberge également l'ancienne maison du Gouverneur, adossée à une caserne. Le marché s'étend tout au long de l'avenue et offre énormément de couleur et de vie à la ville.



### OÙ MANGER

#### CASA MONTEIRO

Avenida Titina Silá  
Tél.: (+245) 966 700 931  
Cuisine cap-verdienne et guinéenne

#### GAMAL'S SAFARI LODGE

Entrée par le sentier proche de SOS Villages d'Enfants International.  
Tél.: (+245) 966 450 000  
Page: [www.gamalsafarilodge.com](http://www.gamalsafarilodge.com)  
Email: [gamcha2011@hotmail.com](mailto:gamcha2011@hotmail.com)  
Cuisine guinéenne et libanaise.  
Réserver au préalable.

#### CASA CANCHUNGO

Tél.: (+245) 955 651 272  
Page: [www.casacanchungo.com](http://www.casacanchungo.com)  
Réserver au préalable.



### OÙ DORMIR

#### GAMAL'S SAFARI LODGE

Entrée par le sentier proche de SOS Villages d'Enfants International.  
Tél.: (+245) 966 450 000  
Page: [www.gamalsafarilodge.com](http://www.gamalsafarilodge.com)  
Email: [gamcha2011@hotmail.com](mailto:gamcha2011@hotmail.com)  
Chambre avec air conditionné.  
Réserver au préalable.

#### CASA CANCHUNGO

Canchungo.  
Tél.: (+245) 955 651 272  
Page: [www.casacanchungo.com](http://www.casacanchungo.com)  
Canchungo. Petite structure hôtelière écologique, avec des chambres simples

## CAIÓ

Caió est située à 28 km de Canchungo, à sensiblement une heure de voyage sur une route en terre battue. En arrivant, vous tomberez sur un grand rond-point autour duquel s'organise toute la vie de cette localité. C'est là que se trouvent les édifices administratifs, la police, le poste médical et le marché. Deux îles intéressantes d'un point de vue touristique font partie de Caió : Pecixe et Jeta, entièrement sauvages et dotées de plages d'une beauté méritant une visite.

L'**île de Pecixe** dispose de zones sablonneuses de sable fin et de plages paradisiaques bordées de palmiers et de petites dunes. Pecixe, comme d'ailleurs toute la région de Cacheu, est essentiellement habitée par l'ethnie Manjaca, très animiste, ce qui fait que cette île est riche en cérémonies et ri-

tuels sacrés, réalisés au début et à la fin des récoltes et en de nombreuses autres circonstances. Pour y parvenir, vous pouvez prendre un bateau à Ponta de Pedra (environ une heure de route en terre battue à partir de Cachungo) ou une pirogue depuis Ponta Biombo (déconseillé pour cause de dangerosité des courants et des marées). Pour une visite, nous suggérons de contacter l'association Pilil Alil - Président : Júlio Pinto Alves. Tél. : (+245) 966 672 620 | 955 271 940.

L'**île de Jeta** accueille également de larges plages de sable blanc (sur près de 7 km) aux eaux chaudes. On peut y aller en pirogue à partir de Caió, Ponta de Pedra ou de Ponta Biombo.

Remarque : pour ces deux îles, il faut vous munir d'une tente de camping, d'eau en bouteille, d'aliments, de répulsif et de vêtements et chaussures confortables.

70

RÉGION DE CACHEU



ÎLE DE PECIXE

## BULA

Bula est une ville située à 37 km de Bissau, sans grand intérêt touristique. Il faut cependant évoquer le large et populaire marché qui remplit les rues de clients, d'animaux et de présentoirs, pratiquement tout le long de la bourgade.

## SÃO DOMINGOS

Cette ville se trouve à 123 km de Bissau, que l'on parcourt sur une route goudronnée et en assez bon état. São Domingos est une ville frontalière, limitrophe avec Ziguinchor, au Sénégal. Elle accueille un marché qui propose de l'artisanat utilitaire Felupe, des cuillères, des marmites ou des katanas et mérite une brève visite. Le port, bien qu'endommagé, offre une vue privilégiée sur les mangroves du parc naturel de Cacheu et de très beaux couchers de soleil.



© AFECTOS COM LETRAS



### OÙ MANGER

#### FATUMATA E OCTÁVIO

Près du port de São Domingos.  
Tél.: (+245) 966 642 205  
| 966 617 996



### OÙ DORMIR

#### FATUMATA E OCTÁVIO

Près du port de São Domingos.  
Tél.: (+245) 966 642 205  
| 966 617 996

#### CASA DE PASSAGEM DA AD – "ACTION POUR LE DÉVELOPPEMENT"

Page: [www.adbissau.org](http://www.adbissau.org)  
E-mail: [ad.gbissau@gmail.com](mailto:ad.gbissau@gmail.com)



## VARELA

Varela se trouve à 175 km de la capitale, Bissau. En arrivant à São Domingos, au lieu de continuer sur la route goudronnée menant au Sénégal, il faut prendre une piste de 53 km qui nous conduit à la plus jolie plage continentale de Guinée-Bissau. La route, même si elle n'est pas en très bon état, vaut la peine grâce au paysage de forêt dense à certains endroits et de rizières à d'autres, en passant par des zones de palmiers. On y croise également des singes, des vaches, des rats palmistes (*Xerus erythropus*), ainsi que des tabancas, ici ou là, au bord de la route. À 12 km de Varela, on traverse le village de Susana, où il est possible de découvrir une petite caserne, un centre de santé et une mission catholique installée ici depuis de nombreuses années. C'est également sur cette route que se trouve un pittoresque pont de bois, utilisé jusqu'à début 2015 et qui a depuis été remplacé par un autre, en fer, construit juste à côté sans aucune préoccupation esthétique, mais dont la sécurité est renforcée.

Varela est une longue avenue en terre battue, avec des maisons de part et d'autre, qui conduit jusqu'à la mer. Cette région, principalement habitée par des Felupes (ethnie guerrière par excellence, également prédominante dans la région de Casamance), est proche du Sénégal. Seul un étroit bras de mer les sépare.

## PRAIA DE NIQUIM

La plage de Niquim, un peu plus éloignée du bourg, seulement accessible en 4x4 ou en marchant sur la plage, est d'une rare beauté grâce à ses petites dunes de sable blanc. En continuant sur la plage (il n'est pas possible de faire le trajet en voiture) durant environ une heure, on arrive à un lac habituellement peuplé de flamants, de pélicans et d'autres espèces. Le silence, la beauté et le calme de ces lieux sauvages valent cette marche.



NIQUIM

## MUSÉE

À Varela, vous trouverez un petit musée maritime de la responsabilité de l'ONG AD - Acção para o Desenvolvimento, intégré à l'école de contrôle environnemental qui existe ici.



© CHIARA GUIDETTI

73

RÉGION DE CACHEU



OÙ MANGER  
ET DORMIR

### APARTHOTEL CHEZ HÉLÈNE

Tél.: (+245) 955 301 373 | 966 640 180

Page: [www.facebook.com/Aparthotel-Chez-Helene](https://www.facebook.com/Aparthotel-Chez-Helene)  
Cuisine italienne et guinéenne. Bungalow  
avec ventilateur, électricité. Réservation conseillée.





L'ARBRE SACRÉ - VARELA

## L'ARBRE SACRÉ

À Varela se trouve un arbre considéré comme sacré par les locaux, autour duquel des cérémonies animistes sont réalisées. Il s'agit d'un palmier qui s'est enroulé autour d'un autre arbre, les troncs dessinant un cercle sur le sol, considéré comme sacré. La tradition est d'y faire un vœu et de laisser une pièce ou une offrande sur place.

## SITES HISTORIQUES À VISITER DANS LA RÉGION



PLAGE DES PÊCHEURS - VARELA

© APECTOS COM LETRAS

### PLAGE DES PÊCHEURS

À l'entrée de Varela, du côté gauche à 10 minutes à pied, se trouve la Plage des Pêcheurs (Praia dos Pescadores), dotée d'une partie rocheuse et d'une mer où l'on peut marcher sur de longs mètres tout en ayant pied. Les Felupes, très animistes, ont récemment abandonné cette plage-port de pêche à cause de la mort d'un des pêcheurs,

qu'ils pensent due à une malédiction qui se serait abattue sur cette plage. C'est pour cela qu'elle est maintenant essentiellement utilisée pour ramasser le bois destiné à la confection des repas et comme plage et lieu de loisirs pour le peu de touristes qui fréquentent cet endroit. Nous vous conseillons d'assister à un coucher de soleil sur la plage.

75

RÉGION DE CACHEU

### PLAGE DE VARELA

En continuant tout droit jusqu'à la fin de la route, on débouche sur cette plage qui s'étend sur des kilomètres de sable blanc, complètement sauvage et pleine d'arbres qui entrent presque dans les eaux chaudes de la mer. L'érosion maritime a endommagé la nature de façon désastreuse lors des dernières années, ce qui est visible sur les premiers mètres de sable, où quelques constructions ont été déjà prises par la mer.



VARELA

© CHIARA GUIDETTI



# RÉGION DE OIO

La région de Oio, essentiellement habitée par l'ethnie Balanta, comprend cinq secteurs : Bissorã, Mansabá, Mansôa, Nhacra et Farim, ville qui est également la capitale de la région.

## FARIM

La route entre Mansôa et Farim (55 km) est celle qui est la mieux entretenue en Guinée-Bissau; elle relie en 115 km Farim à la capitale. Après un bourg qui porte le curieux nom de K3, vestige de la présence militaire coloniale, la route s'arrête brusquement sur les berges du fleuve Cacheu (attention si vous voyagez de nuit, il n'est pas évident de s'apercevoir que la route se termine ici). Il faut alors attendre le bac sur les berges. Ce bac peut transporter un véhicule léger lors de chaque traversée, ainsi que quelques dizaines de passagers. Nous conseillons cette option, car même si de nombreux canoés font la traversée, ils ne sont pas recommandés, principalement à cause de nombreux témoignages d'attaques de crocodiles dont sont victimes des êtres humains et des animaux. Farim est la terre natale de Vasco Cabral (1926-2005), une figure intellectuelle d'importance qui a lutté pour l'autodétermination de la Guinée-Bissau. C'est en prison, en 1953, qu'il est devenu célèbre grâce à ses poèmes. Jusqu'à sa mort, il a assumé de nombreuses responsabilités politiques. En tant que capitale de la région, Farim jouit d'une bonne réputation, grâce aux services publics qu'elle possède et à sa proximité avec la frontière du Sénégal, qui favorise les échanges commerciaux régionaux. C'est une ville qui compte près de 49 000 habitants, parmi lesquels prédominent les ethnies Mandinga et Fula. Titina Silá, combattante respectée de la lutte pour l'indépendance, a été victime d'une embuscade mortelle à Farim. Elle est aujourd'hui une personnalité très respectée et commémorée.



© AECTOS.COM/LETRAS



MONUMENT DU 500ÈME ANNIVERSAIRE DE LA MORT DE L'INFANT D. HENRIQUE

© AECTOS.COM/LETRAS



LE PORT DE FARIM

SITES  
HISTORIQUES  
À VISITER DANS  
LA RÉGION



FARIM

## CENTRE-VILLE

La ville de Farim a été fondée après 1640 par des Portugais, dont les vestiges de la présence sont toujours visibles sur le monument qui se trouve en face du port et évoque le 500ème anniversaire de la mort de l'Infant D. Henrique. À côté se dresse une petite chapelle, également d'origine portugaise, qui n'est plus en fonctionnement et est aujourd'hui sous la tutelle de la Direction régionale de l'éducation. En

se promenant dans les rues de la ville, on reconnaît facilement les maisons coloniales, qui sont bien conservées et permettent de comprendre comment s'organise le quotidien du bourg. La piscine olympique de Farim, construite en 1958 et aujourd'hui abandonnée, fait partie de la structure du Club sportif et de loisirs de Farim, autrefois célèbre pour ses victoires en football.

## PLACE DES MARTYRS DU TERRORISME

Dans l'ancienne tabanca de Morcunda, aujourd'hui intégrée à Farim, se trouve la Place des martyrs du terrorisme (Largo dos Mártires do Terrorismo) où un monument du même nom a été érigé après une attaque dont l'origine est toujours inconnue et au cours de laquelle au moins trente personnes sont

mortes et cent autres ont été blessées. Lors de la nuit du 1er novembre 1965, on dansait le « Djamdadon », une des manifestations culturelles de l'ethnie Mandinga, quand le bombardement aérien, qui n'a jamais été revendiqué, a eu lieu.



MARCHÉ DU SEL

© AFECTOS.COM LETRAS

## MARCHÉ DE FARIM

Le marché se trouve au centre de la ville et constitue le point névralgique de sa vie sociale. Beaucoup de femmes y vendent du sel, bien que la mer soit distante de près de 150 km. On y propose aussi des remèdes pour guérir les maladies les plus variées, des légumes, du poisson et des fruits. Au milieu de la place, les femmes vont chercher l'eau nécessaire à la vie quotidienne dans les puits qui s'y trouvent.



### OÙ MANGER

#### TINA

Près du port.  
Tél.: (+245) 955 706 279  
Il est nécessaire de commander au préalable.  
Cafriela et crevettes de Farim.

#### CHINA

Centre-ville  
Tél.: (+245) 955 209 673  
Il est nécessaire de commander au préalable.



### OÙ DORMIR

#### CENTRO KAFO

Djalicunda  
Tél.: (+245) 955 729 603  
| 966 607 141  
Réserver au préalable.

80

RÉGION DE OIO

## FLEUVE CACHEU

Le fleuve Cacheu est l'attraction principale de Farim. Il offre des crevettes d'excellente qualité qui peuvent être dégustées sur place et sont également commercialisées à Bissau, où elles rencontrent un grand succès.



© AFECTOS.COM LETRAS

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© AFECTOS COMLETRAS

**Titre:** CENTRO CAMPONÊS DE DJALICUNDA – PROJÉT “ FIRKIDJA DI BIDA DIGNA DI NÔ MINDJERES KU JOVENS I PRODUTO DI NÔ TCHON”

**Partenaire d'exécution:** Federação Camponesa KAFO, en partenariat avec l'Association ESSOR

**Contribution de l'UE :** 692 734 EUR

**Période:** 2015 - 2018

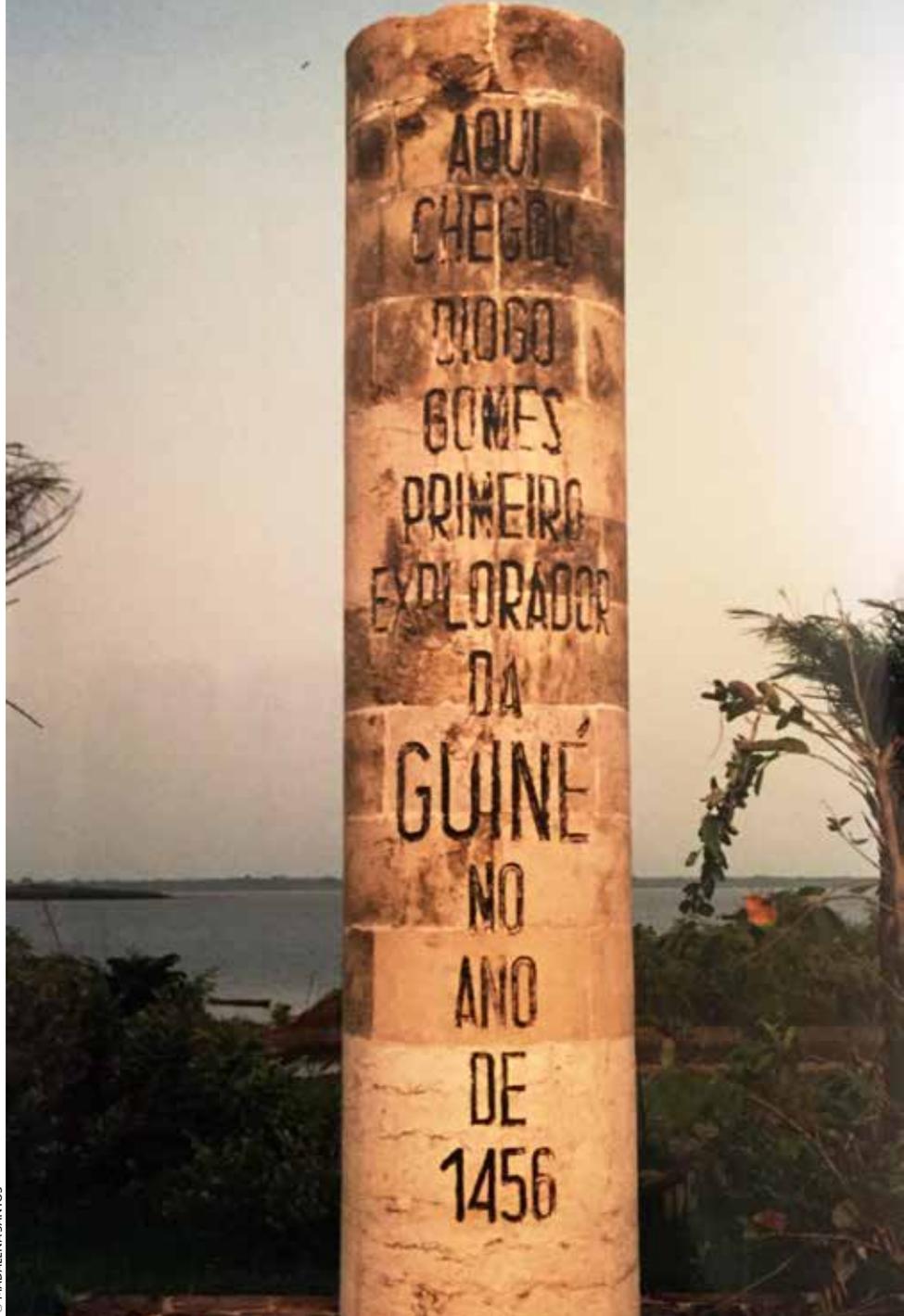
**Région:** Oio e Cacheu

### Descrição :

Dans le bourg de Djalicunda, vous trouverez le Centre de formation paysan, de vulgarisation agricole et de valorisation des savoirs traditionnels, qui vise à renforcer les compétences des populations locales et promouvoir le développement rural durable. Ce projet bénéficie directement à environ 2 000 agriculteurs et 38 tabancas des régions de Oio et Cacheu : dans ce centre, on organise des ateliers de traitement des fruits régionaux (jus et compotes) on favorise l'échange socioculturel, la communication via radio et le rôle leader de la femme dans le monde rural. Ce centre intervient également dans des secteurs stratégiques pour cette région, comme l'agriculture (une banque de graines est disponible), la pêche, l'élevage, la médecine traditionnelle, la santé communautaire, l'apiculture et l'exploitation communautaire des forêts.

La visite permet d'acheter des produits régionaux, comme les jus de fruit naturels qui sont produits et mis en bouteille ici, tout comme de découvrir quelques-unes des caractéristiques agricoles du pays.

Plus d'informations: [kafo.comercial@yahoo.com](mailto:kafo.comercial@yahoo.com)



## MANSÔA

Mansôa est une autre bourgade importante de la région d'Oïo. C'est en effet un centre de commerce significatif et une zone militaire stratégique pour le pays. Cette ville, située à 60 km de Bissau, dispose d'environ 47 000 habitants selon le dernier recensement de 2009 et l'ethnie prédominante est celle des Balantas.

Entrer à Mansôa par le pont Amílcar Cabral (construit en 1964) permet de profiter d'une jolie perspective des rizières qui nous entourent, avec leu-

rs digues et leur système d'écluses traditionnelles. Lors de la saison de la préparation des champs, il revient aux hommes de s'occuper des digues et de répartir la terre avec des pelles, les femmes étant responsables des pépinières, de la transplantation et du transport du riz. Il revient également aux hommes de récolter le riz qui assure simplement la plupart du temps leur propre subsistance et n'a pas vocation à être vendu.



### OÙ DORMIR

#### HOTEL RURAL DE UAUQUE

Uaque, à 7 km de Mansoa.  
Tél.: (+245) 955 889 615  
Hôtel avec des bungalows, air conditionné, piscine, bar, restaurant avec musique live le week-end.

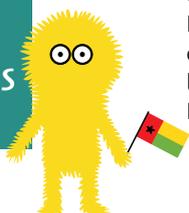
## MARCHÉ CENTRAL

Le marché central s'étend tout au long de la route qui mène à Farim, avec de nombreux étalages de part et d'autre, ce qui anime fortement le centre de Mansôa. Il est ici possible de découvrir quelques immeubles en mauvais état, mais qui ont conservé une certaine beauté architecturale, comme l'ancien édifice de la poste, la maison du gouverneur, l'ancien cinéma, l'ancienne centrale électrique ou la bâtisse qui était autrefois connue comme la maison Gouveia. L'une des radios les plus connues du pays, Radio Sol Mansi, émet depuis Mansôa et dispose d'une couverture géographique très importante. Il faut également mentionner le club de football «Les Balantas de Mansôa», l'un des plus importants du pays.

## PORTO GOLE

Cette petite bourgade se trouve sur la route qui relie Bissau à Bafatá, à quelques kilomètres de Bambadinca. Porto Gole, sur les berges du fleuve Geba, serait le lieu où est arrivé le premier explorateur de la Guinée, Diogo Gomes, en 1456.

SITES  
HISTORIQUES  
À VISITER DANS  
LA RÉGION







## RÉGION DE BAFATÁ

La région de Bafatá dispose d'une ville-capitale du même nom. Il s'agit d'une région essentiellement peuplée par les ethnies Fula et Mandinga. Elle jouxte la frontière nord avec le Sénégal, la région d'Oio à l'ouest, la région de Gabú à l'est et les régions de Tombali et Quinara au sud.

### VILLE DE BAFATÁ

Bafatá, 69 000 habitants, se trouve à 150 km à l'est de Bissau et est la deuxième plus grande ville du pays. Elle est située sur les berges du fleuve Geba. C'est une ville fortement marquée par l'architecture coloniale et qui mérite une pause pour la visiter. Les rues, dotées de maisons basses, invitent en effet à la promenade. 60 % de sa population appartient à l'ethnie Fula et 22,9% à l'ethnie Mandinga.



SITES  
HISTORIQUES  
À VISITER DANS  
LA RÉGION

**BAFATÁ**



RUE DE BAFATÁ

© AFFECTOS.COM/LETRAS

## LES RUES DE LA VILLE

Bafatá est une ville pittoresque qui vit autour de la route qui relie Bissau à Gabú et à la frontière. Sur l'avenue qui relie la rue principale au centre-ville, au fleuve Geba et au marché, vous trouverez du côté droit l'église Matriz de Bafatá et juste en face, l'ancienne maison du gouverneur, aujourd'hui siège de la

région. Les maisons à l'architecture coloniale qui ne sont pas endommagées hébergent divers services administratifs. Un ancien cinéma est situé près du marché, dans une rue où il est encore possible de voir les marques des diverses boutiques et entrepôts qui y existaient dans le passé.

## MARCHÉ CENTRAL ET PLACE AVEC LE BUSTE D'AMÍLCAR CABRAL

Le marché central de Bafatá, qui a rouvert récemment, est une construction de style néoarabe qui se détache du paysage architectural de la ville. Les étalages installés à l'extérieur de l'enceinte encadrent joliment les lieux, avec la façade en toile de fond. Près du marché, un buste d'Amílcar Cabral se dresse sur un petit rond-point. Celui-ci est né à Bafatá où son père, instituteur cap-verdien, avait été muté. Un petit quai du fleuve Geba est situé à côté du marché. Endommagé et hors service, il jouit cependant d'un joli paysage et d'un jardin public où se trouve un pié-

destal dont il manque une partie de l'histoire, la statue de João Augusto de Oliveira Muzanty, gouverneur de Bafatá entre 1906 et 1909. On dit qu'elle a été détruite pour récupérer son cuivre, mais il est toujours possible de voir gravé dans la pierre le profil de celui que l'on suppose être une figure historique des temps coloniaux, ainsi que le blason du drapeau portugais. Dans ce jardin, vous trouverez également un joli pigeonier antique construit dans un style typiquement colonial et portugais, et toujours en bon état.

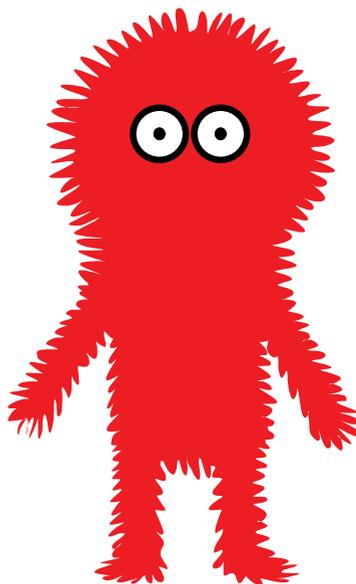


MAISON-MUSÉE D'AMÍLCAR CABRAL

© AFECTOS COM LETRAS

## MAISON-MUSÉE D'AMÍLCAR CABRAL

Amílcar Cabral est né à Bafatá en 1924 et sa maison a été transformée en musée en 2011 grâce au soutien de l'UNESCO. Il est possible de visiter les pièces de la demeure où il est né et a passé les premières années de sa vie, et de découvrir une exposition permanente de photographies qui témoignent de son trajet en tant que combattant de la résistance et fondateur du PAIGC. La maison aurait besoin de travaux et l'accueil, sympathique, pêche par manque de spécialisation dans l'information fournie. La visite est gratuite, même s'il est fréquent qu'une contribution soit demandée pour aider à la maintenance de la structure.



## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE

Titre:	<b>BAFATÁ MISTI IAGU</b>
Partenaire d'exécution:	TESE – Associação para o Desenvolvimento pela Tecnologia, Engenharia, Saúde e Educação, en partenariat avec l'Associação de Saneamento Básico, Proteção da Água e Ambiente de Bafatá (ASPAAB) et Netherlands Development Organisation (SNV)
Contribution de l'UE :	883 000 EUR
Période:	2010 - 2012   2012 - 2015
Région:	Bafatá
Description:	Deux projets consécutifs ont réhabilité le système de fourniture d'eau potable de Bafatá et sa gestion communautaire. Le système était fondé sur un plan d'investissement stratégique pour la consommation humaine et la sensibilisation pour l'utilisation raisonnable de l'eau, assurant ainsi que les prix sont adaptés aux attentes et aux possibilités de la population. Une fois terminé le projet en 2015, l'Associação de Saneamento Básico, Proteção da Água e Ambiente de Bafatá (ASPAAB) gère l'entretien du réseau hydrique de la ville.

89

## CAPÉ

En quittant Bafatá par la route entourée de maisons qui était autrefois une piste d'aviation, on poursuit son chemin sur une piste en terre battue et on traverse le fleuve Geba sur le pont où un arrêt vaut la peine, pour photographier les mangroves qui bordent le fleuve et pour contempler toute la beauté de ce paysage qui a la vieille ville de Bafatá pour toile de fond. En roulant pendant environ 10 km, on arrive à Capé, une propriété privée où l'on peut visiter une distillerie d'eau de vie et jouir de la beauté naturelle des lieux, à proximité d'un hôtel aujourd'hui fermé.



OÙ MANGER

### PONTO DE ENCONTRO

Tél.: (+245) 966 921 690  
Cuisine guinéenne et portugaise



OÙ DORMIR

### APARTHOTEL TRITON

Avenida do Brasil  
Tél.: (+245) 955 910 210 | 966 170 612



TABATÓ

## TABATÓ

Situé à environ 10 km Bafata dont les habitants sont des musiciens par excellence, des Griots, et sont connus pour construire et jouer des instruments traditionnels de la culture mandingue, le Kora et le Balafon.

## TRADITIONS

Bafatá est une ville très connue pour sa production d'étoffes teintées, de tradition Soninké (type « tye and dye »). Cette tradition a commencé à décliner à cause de l'importation de produits moins chers venus de pays voisins, mais est de nouveau d'actualité et valorisée en tant que moyen de raviver la culture de la teinture traditionnelle des ethnies musulmanes de Guinée-Bissau.

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© DIVUTEC

<b>Titre:</b>	<b>TCHOSSAN SONINKÉ – étoffes de Ponte Nova</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	Associação Guineense de Estudos e Divulgação de Tecnologias Apropriadas (DIVUTEC) en partenariat avec l'Associación Internacional Unimos (AIU)
<b>Contribution de l'UE :</b>	1 141 502 EUR
<b>Période:</b>	2012-2016   2016-2017
<b>Région:</b>	Bafatá
<b>Description:</b>	<p>À travers deux projets consécutifs, l'Associação das Mulheres de Ponte Nova à Bafatá a eu la possibilité de reprendre une activité en train de disparaître, parmi la création et le développement d'un centre de la teinture d'étoffes avec des colorants traditionnels, dans le but d'améliorer la situation socio-économique des femmes. Notamment en promouvant la culture traditionnelle de la teinture d'étoffes et sa commercialisation, ainsi que la formation et l'éducation des femmes qui travaillent dans ce secteur.</p> <p>Les tissus, les vêtements et d'autres produits peuvent être achetés au magasin du centre de l'Association à Bafatá, et aussi dans certains magasins à Bissau Velho (Boutique Sabores da Tabanca et BIBAS).</p> <p>Plus d'informations: <a href="http://www.panostingidos.org">www.panostingidos.org</a></p>



RIZIÈRES DE BAMBANDINCA

© AFECTOS COM LETRAS

## BAMBANDINCA

Bambandinca est un petit bourg dont le secteur, à 123 km de Bissau, dispose de 32 000 habitants et est situé à l'ouest de Bafatá. Toute la vie s'organise au bord de la route où s'étale le marché qui attire beaucoup de gens des tabancas des alentours, jusqu'à Xitole. Le

visiteur qui arrive de Bissau jouit d'une vue superbe sur les rizières de part et d'autre de la route, où des troupes de vaches déambulent sur les champs verdoyants.

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© TESE - ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO PELA TECNOLOGIA, ENGENHARIA, SAÚDE E EDUCAÇÃO.

**Titre:** **BAMBADINCA STA CLARO – PROGRAMME COMMUNAUTAIRE POUR L'ACCÈS AUX ÉNERGIES RENOUVELABLES**

**Partenaire d'exécution:** TESE – Associação para o Desenvolvimento pela Tecnologia, Engenharia, Saúde e Educação en partenariat avec l'Associação Comunitária para o Desenvolvimento do Sector de Bambadinca (ACDB), Associação Guineense de Estudos e Divulgação de Tecnologias Apropriadas (DIVUTEC) et Universidade de Lisboa (UL)

**Contribution de l'UE :** 1 605 543 EUR

**Période:** 2011 – 2015

**Région:** Région de Bafatá, Ville de Bambadinca

**Description:** À travers la construction d'une centrale hybride (photovoltaïque et avec des générateurs) et d'un réseau de distribution d'électricité dans la ville de Bambadinca, le projet a assuré à la population l'énergie électrique d'une façon régulière. Le projet a mis en œuvre un modèle de gestion technique et financière viable, ce qui permet de maintenir l'offre sans interruption et conformément aux attentes des consommateurs. Une fois achevé le projet en 2015, l'Associação Comunitária para o Desenvolvimento do Sector de Bambadinca (ACDB) gère l'entretien du système électrique.

## XITOLE

L'ancien pont Maréchal Carmona est un important vestige colonial. Bien qu'en ruines, il permet d'accéder à un point de vue privilégié permettant de bénéficier du paysage environnant.

## CUSSILINTA

Entre la ville de Bambandinca et Saltinho, à proximité de Xitole, sur un détour de 3 km signalisé par une plaque rudimentaire en bois, vous découvrirez un petit paradis de pierres et d'eaux chaudes qui font office de véritable jacuzzi naturel. Le fleuve Corubal a donné naissance à de petites cascades et à des piscines naturelles, pour le bien-être de qui souhaite passer un bon moment de pure relaxation. Cet endroit est peu connu et il est rare d'y être dérangé par d'autres touristes, à l'exception du 1er mai, où de nombreux habitants de la capitale viennent visiter les lieux. Les habitants de la zone en profitent alors pour percevoir un péage d'accès à cet endroit. Pourquoi pas ?

94

## SALTINHO

À 175 km de Bissau, Saltinho est une autre zone du fleuve Corubal où vous trouverez des rapides. Les cascades qui naissent de la formation rocheuse créent un effet visuel d'une grande beauté. À la saison des pluies, la pression de l'eau augmente de telle manière que si l'on entend le bruit assourdissant du courant, on ne voit pratiquement plus la formation rocheuse. Lors de la saison sèche, la pression est moindre, la beauté encore plus grande et il est possible de se baigner dans le fleuve. Dans ce cas, nous conseillons de rester dans les zones utilisées par les locaux et de faire preuve de prudence avec les courants et les tourbillons qui s'y forment. Le pont submersible de Saltinho, en fonctionnement jusqu'en 1955, sert aujourd'hui essentiellement aux lavandières qui viennent toute l'année y laver le linge et le sécher sur les roches, ce qui produit un effet visuel invitant à pho-



SALTINHO



CUSSILINTA



© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM



© AFECTOS.COM/LETRAS

tographier cette mosaïque de couleurs. Le pont en béton armé qui enjambe le fleuve doit être traversé à pied si l'on veut apprécier le bruit des eaux qui coulent à grande vitesse et le chahut des femmes qui lavent le linge et des enfants qui pêchent à la ligne. Sur l'une des berges, une ancienne caserne a été transformée en Pousada – auberge. Il est possible d'y manger et d'y être hébergé. Vous pouvez également y solliciter l'organisation d'une excursion le long du fleuve, pour pêcher ou même chasser, en plus de vous y baigner et de vous reposer sur les pierres noires et tièdes qui se trouvent sur les berges du fleuve Corubal.



## OÙ MANGER ET DORMIR

### POUSADA DO SALTINHO

Centre de chasse et de pêche  
 Tél.:(+245) 955 998 800  
 | 966 375 795  
 Chambres avec air conditionné, électricité et eau, aire de jeux, piscine. Réserver au préalable.





## RÉGION DE GABÚ

La région de Gabú est divisée en cinq secteurs: Boé, Gabú, Pirada, Pitche et Sonaco. Elle est géographiquement la plus distante de la capitale du pays et fait office de frontière au nord avec le Sénégal, à l'est avec la Guinée-Conakry et au sud avec les régions de Tombali et Bafatá. Les températures atteignent entre 30 et 33 degrés durant la journée et entre 18 et 23 degrés la nuit. Cette région est extrêmement sèche entre octobre et mai, période après laquelle les pluies font leur apparition. La végétation est en majorité sèche, avec une forêt éparse de type savane, même s'il existe toutefois quelques zones de forêt dense. Les principales activités économiques de la région sont le commerce, l'agriculture et l'élevage, traditionnellement pratiqué par les Fulas, l'une des ethnies les plus représentatives de la région. Gabú est un territoire pauvre, mais la proximité du Sénégal et de la Guinée-Conakry brise l'isolement de la région par rapport au reste du pays et favorise les échanges commerciaux.

## VILLE DE GABÚ

Gabú, une ville qui se trouve à une faible distance des frontières de la Guinée-Conakry et du Sénégal, dispose d'environ 42 000 habitants et est située à 263 km de Bissau. Le voyage jusqu'à la ville de Gabú se fait sur une route goudronnée relativement bien préservée. Toutefois, les voies adjacentes menant aux bourgades voisines sont dans leur majorité des chemins en terre battue dont certains sont en très mauvais état. Lors de la saison des pluies, l'accès à certaines tabancas peut être impossible. La ville était la capitale de l'ancien royaume mandinga de Kaabu (Ngabou ou encore N'Gabú). Son peuple était originaire de Mandé, l'actuelle Mali et une partie de la Guinée-Conakry. Ce royaume a existé de 1537 à 1867, dans ce qu'on appelait la Sénégalie, une région qui comprenait le nord-est de l'actuelle Guinée-Bissau et qui s'étendait jusqu'à la Casamance, au Sénégal. Avant cela, Gabú était un vassal de l'empire du Mali dont il est devenu indépendant lors du déclin de cet empire. Le gouverneur de Gabú de l'époque, Sama Koli, s'est autoproclamé roi, a maintenu l'héritage culturel malien et a établi des relations commerciales avec les Portugais. Au début du 19<sup>e</sup> siècle, l'ethnie Fula convertie à l'Islam a fait appel au djihad et a mis un terme à la guerre de Kansala, qui s'est terminée sur un grand incendie ayant fait des victimes dans les deux camps. Le Royaume Fouta Djallon a annexé Gabú et en a fait un État vassal jusqu'à son assimilation par l'État portugais. Les fortifications en terre érigées par les Mandingas pendant le royaume de Kaabu ne sont plus visibles. La capitale de Gabú est aujourd'hui un grand centre de commerce. Les principales rues de la ville sont pleines d'étalages et un long marché au bord de la route anime les rues et offre un scénario coloré et plein de vie. On y vend des fruits, des légumes, du charbon de bois, du poisson, de la viande, de l'artisanat et de la céramique. Il est considéré comme le deuxième plus grand marché de Guinée-Bissau. L'influence musulmane sur la ville est bien visible. L'habillement diffère du reste du pays, avec des hommes et des femmes qui portent des vêtements typiquement musulmans; les petites mosquées sont très nombreuses et même les traditions musicales sont différentes. Les rues ont été tracées à la règle et à l'équerre autour d'une rue principale. Des maisons basses, quelques-unes de style colonial, et une petite chapelle rappellent vaguement l'influence chrétienne et coloniale portugaise dans la région. L'artisanat de Gabú est reconnu, même s'il est aujourd'hui difficile de trouver des artisans toujours en activité.

L'une des caractéristiques de Gabú est la quantité d'ânes qui circulent dans les rues, bien supérieure à toute autre partie du pays. Ils sont un élément indispensable du labourage et du transport de marchandises et de personnes.



OÙ MANGER

**RESTAURANTE BAR KONI**

Bairro Praça, Gabú



OÙ DORMIR

**HOTEL HBC VIFER**

Bairro Sitcam Djulé, Gabú  
Tél.: (+245) 955 954 179  
| 966 674 070  
Hôtel avec piscine.



## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© CHIMBO



RÉGION DE GABU

**Titre: CONSERVATION PAR LES COMMUNAUTÉS DES VALEURS CULTURELLES ET NATURELLES DU SECTEUR DE BOÉ**

**Partenaire d'exécution:** Stichting Chimbo Foundation en partenariat avec Daridibó

**Contribution de l'UE :** 499 000 EUR

**Période:** 2016 - 2020

**Région:** Gabú

### Description:

Le projet opère dans le Parc national de Boé en valorisant leurs ressources naturelles et les valeurs culturelles de la population pour la conservation du parc et, en particulier, la préservation des chimpanzés. Il est prévu le développement de l'écotourisme et du tourisme scientifique, ainsi que la protection des sites sacrés et des histoires traditionnelles de la population, en soutenant l'amélioration de la qualité de vie et la durabilité du parc.

Plus d'informations : [www.chimbo.org](http://www.chimbo.org) | [www.daridibo.org](http://www.daridibo.org)



NHAMPASSARÉ

© AFECTOS COM LETRAS

## NHAMPASSARÉ

Aux alentours de Gabú, il est possible de visiter les grottes de Nhampassaré, qui regroupent un patrimoine archéologique et naturel notable. Dans ces grottes autrefois occupées par l'homme préhistorique, on trouve quelques vestiges de gravures et de formations en quartzite, avec différentes formes d'érosion produites par

la nature, notamment des colonnes. La grotte et les pierres gigantesques de Nhampassaré sont de fait une fascinante œuvre naturelle. Elle aurait été habitée pour la première fois à l'époque du néolithique. Cet endroit accueille aussi un sanctuaire musulman où il est commun que les croyants fassent des vœux.

## BOÉ

Par deux fois, la région de Gabú a été considérée comme le berceau de la Guinée-Bissau. Au-delà du fait que Gabú est le nom du royaume qui a été à la genèse de la Guinée-Bissau, Boé a abrité la résistance guinéenne qui y a déclaré l'indépendance du pays, le 24 septembre 1973, en invoquant le droit à l'autodétermination par la voix de Nino Vieira, sur les collines de Boé. À cette date, la Constitution de la République a également été proclamée, tout comme la naissance de l'Assemblée Nationale Populaire de Guinée-Bissau. Ce secteur

est riche en bauxite, dont l'exploitation pourrait avoir un impact positif sur l'activité économique de la région, mais menace de se refléter sur le fragile équilibre écologique des parcs naturels des alentours. La population est en croissance, 12 000 personnes habitant dans ce secteur divisé en près de 85 bourgades, où l'ethnie Fula prédomine. Boé se trouve à 33 km de Gabu, mais la route en terre battue est en mauvais état et quasiment impraticable entre mai et octobre, à la saison des pluies.

## À VISITER DANS LA RÉGION: PARCS NATIONAUX DULOMBI ET BOÉ

Dans ce secteur, deux parcs nationaux cohabitent, Dulombi – Boé I et Dulombi – Boé II, créés en 2014 et legalisés en 2017 sous la tutelle de l'IBAP (Institut de la biodiversité et des zones protégées).

Ces parcs sont alimentés par un unique fleuve qui est également le plus grand fleuve d'eau douce du pays, le Corubal. Ce sont des parcs plus récents que celui des Forêts de Cantanhez et qui disposent pour cette raison de moins d'infrastructures d'accueil des touristes. Le recensement des espèces animales y est également moins exhaustif. Toutefois, 170 espèces d'oiseaux ont déjà été identifiées, parmi lesquelles trois sont nouvelles dans le pays : la moinelette à oreillons blancs (*Eremopterix leucotis*), l'hirondelle striée (*Cecropis abyssinica*) et le traquet de Heuglin (*Oenanthe heuglini*). Parmi les mammifères, on trouve des chimpanzés (*Pan troglo-*

*dytes*), des buffles africains (*Syncerus caffer*), des colobes à longs poils (*Colobus polykomos*), des antilopes (*Cephalophus dorsalis*), des céphalophes à dos jaune (*Cephalophus silvicultor*) et des antilopes rouannes (*Hippotragus equinus*). L'éland de derby (*Tragelaphus derbianus*) a été vu pour la dernière fois en Guinée-Bissau à cet endroit et les lions peuvent encore être trouvés dans les parties les plus reculées de Boé. Contact pour la programmation de la visite : l'IBAP à Bissau. Même si Boé est très difficile d'accès, nous suggérons une traversée en bac par le Cheche ou un voyage par Contabane jusqu'à Béli, en faisant une incursion par les jolies tabancas plus à l'est.

Remarque : Pour visiter cette zone, nous vous suggérons de vous munir d'une tente de camping, de porter des vêtements et des chaussures confortables et d'amener du répulsif, de l'eau en bouteille et de la nourriture.

102

RÉGION DE GABU



OÙ MANGER  
ET DORMIR

### CABANES TOURISTIQUES À DINGUIRAI

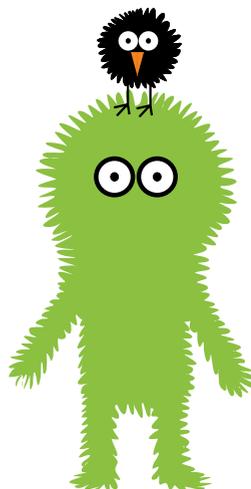
Service de restauration, promenades guidées, bicyclettes. Projet d'écotourisme lié au projet de recherche sur les chimpanzés et intégré à la vie quotidienne locale.

### ASSOCIAÇÃO DARIDIBÓ

Tél.: (+245) 966 397 087  
E-mail: daridibo@gmail.com  
| comtamara@gmail.com  
Page: www.daridibo.org

### FONDA HUUWA – BELI

Júlio Djaló  
Tél.: (+245) 955 822 954  
| 955 428 341 | 955 805 386  
Bungalows, service de restauration avec des produits locaux. Programme d'observation de la faune locale, comme les chimpanzés, avec des guides locaux.







# RÉGION DE QUINARA

La région de Quinara, d'une superficie de 3 138,4 km<sup>2</sup>, est composée des secteurs de Buba, Empada, Fulacunda et Tite. Elle se trouve au centre de la Guinée-Bissau et l'ethnie prédominante est celle des Beafadas. Si Buba jouit d'un gros potentiel touristique naturel, Empada, Tite et Fulancunda n'ont aucun intérêt touristique digne d'être signalé. Ce sont des régions qui se consacrent essentiellement à l'agriculture et à la pêche artisanale.

## VILLE DE BUBA

La ville de Buba, capitale de la région, se trouve à 223km de Bissau, que l'on parcourt sur une route goudronnée en bon état. Buba, d'une superficie de 744,2 km<sup>2</sup> et dotée de 17 123 habitants, est habitée par les ethnies Beafada et Mandinga, et dans une moindre mesure par les Fulas, Balancas, Manjacos et Papeis. La ville est située sur la berge du Rio Grande de Buba et vit essentiellement de la pêche, de l'agriculture et du commerce. On y cultive surtout du riz, des arachides et du maïs et l'on y pratique l'agriculture itinérante sur brûlis, une pratique qui menace la forêt endémique de cette région, dernière trace de forêt primaire en Guinée-Bissau. La ville de Buba ne mérite qu'une visite rapide. Elle sert toutefois de point de départ de la visite du Parc naturel des lacs de Cufada, à quelques kilomètres de là, ou d'une promenade en bateau sur le fleuve Rio Grande de Buba. À près de deux heures de voiture de Buba se trouve São João, où il est possible de prendre une pirogue motorisée pour rejoindre l'île de Bolama après une rapide traversée. À la sortie de São João, vous trouverez également la jolie plage de Colónia, à 2 km.



© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM

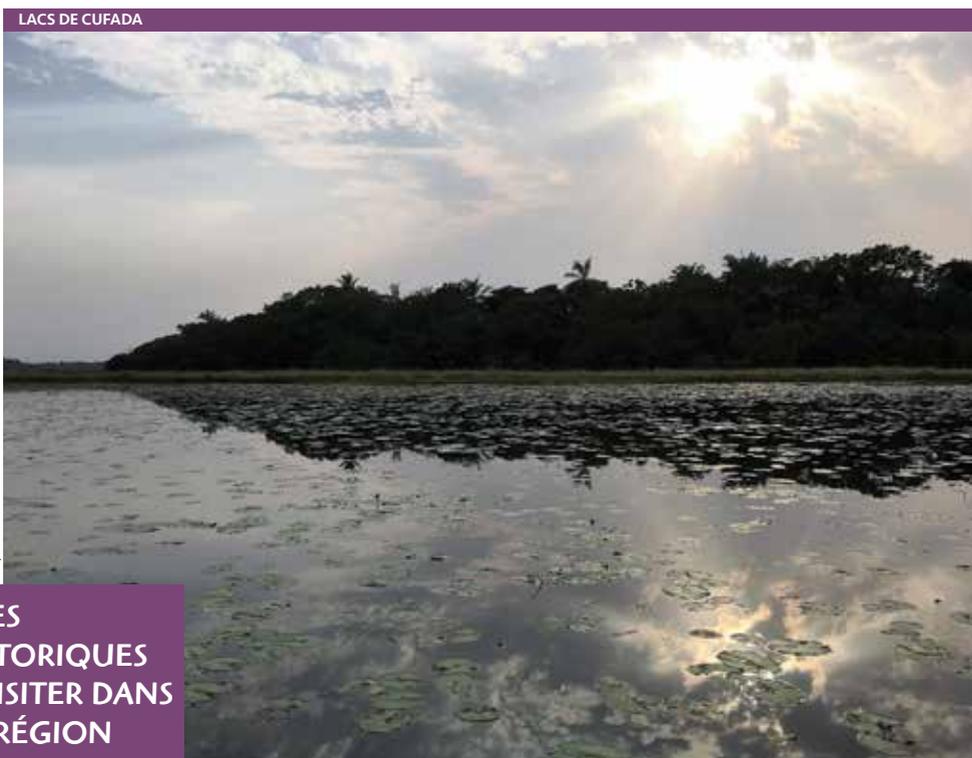


LACS DE CUFADA

106

RÉGION DE QUINARA

© JOÃO PEDREIRO



LACS DE CUFADA

SITES  
HISTORIQUES  
À VISITER DANS  
LA RÉGION

## PARC NATUREL DES LACS DE CUFADA

Ce parc, créé en 2000, est situé entre les deux grands fleuves de la région, le Rio Grande de Buba et le fleuve Corubal, et constitue la plus grande réserve d'eau douce de Guinée-Bissau. Au total, ce sont 89 000 hectares composés de forêt primaire et de trois lacs d'eau douce, d'une superficie de 200 à 600 hectares, qui font office de berceau pour de nombreuses espèces d'oiseaux, de primates et de poissons d'eau douce. Dans la zone du parc, 36 tabancas accueillent une population d'environ 3 500 personnes appartenant à diverses ethnies, notamment les Beafadas (77,4%), Balantas (8,7%), Fulas et Manjacos.

En sortant de la ville de Buba, il faut tourner à gauche (le parc est signalisé) et parcourir 20 km de terre battue, entre les tabancas et la nature. Les derniers 5,5 km de piste sont dans un état précaire et nécessitent un 4x4 ou au moins une voiture haute.

La visite du Parc des lacs de Cufada est payante et il faut être accompagné par les guides de l'Institut de la biodiversité et des zones protégées (IBAP), responsables de la préservation des lieux et qui sont basés à Buba. C'est avec eux que peut être effectuée la promenade en kayak, dans les eaux calmes du lac, entre les nénuphars et au seul son du bruit des rames dans l'eau, pendant que le guide explique les signes de la fulgurante vie sauvage sur laquelle on navigue. Pour l'observation des divers animaux qui peuplent les lacs, les premières heures du jour sont conseillées. De l'autre côté du lac, le visiteur a

l'opportunité de monter jusqu'au poste d'observation et d'écouter les oiseaux, les singes ou les grenouilles, dans une explosion de sons qui exigent quelques minutes de silence pour absorber toute la vie des alentours. L'hippopotame blanc (*Hipopotragus equino*), le crocodile noir (*Osteolaemus tetraspis*), l'antilope (*Kobus defessa*), les céphalophes, les grues couronnées, les oies pygmées africaines, (*supprimer saut de ligne*) les oies de Gambie, les calaos à bec jaune, les buffles (*Syncerus caffer*), les gazelles, les hyènes et sept à huit espèces de primates, incluant le chimpanzé (*Pan troglodytes*), sont présents dans presque toutes les zones du parc. Au-delà de sa faune aviaire autochtone, le Parc est également un important point d'accueil des oiseaux européens qui y passent l'hiver, notamment quelques espèces protégées au niveau mondial. 2 % des pélicans du monde entier choisissent ces lacs comme base de leur migration annuelle. 250 espèces d'oiseaux peuvent être observées dans ce Parc.

## MATO SAGRADO

Le *Mato Sagrado* (le bois sacré) est une partie de la forêt où l'on pratique des rituels animistes et qui est pour cela vénérée par la population. La visite de cette zone doit être précédée d'une demande d'autorisation et s'effectue selon les indications des habitants locaux.

## PROMENADES POSSIBLES DANS LE PARC NATUREL DES LACS DE CUFADA

Au-delà des promenades en kayak déjà mentionnées (les kayaks sont sous la garde des habitants de la tabanca adjacente au lac et sous la tutelle de l'IBAP), nous suggérons également une balade à pied le long du fleuve Corubal, avec des passages à Uaná Porto au nord et Ga Gregório Bacar Conté au sud. Pour cette promenade qui dure toute la journée, nous vous conseillons de vous munir d'eau potable et de nourriture, de porter des chaussures confortables et d'utiliser des pantalons et chemises à manches longues pour éviter les piqûres d'insectes et protéger la peau dans les zones de forêt plus dense. Vous pouvez également faire le choix de promenades en bateau sur les eaux salées des fleuves Fulacunda et Rio Grande de Buba ou sur les eaux douces des fleuves Madina Ache, Cantanha et Corubal. Ces circuits doivent être effectués en compagnie d'un guide du Parc, qui connaît les sentiers, les horaires de marées et les dangers. C'est pourquoi nous conseillons vivement de contacter l'IBAP au préalable.

## CONTACTS POUR CIRCUITS ET VISITES:

### INSTITUT DE LA BIODIVERSITÉ DES ZONES PROTÉGÉES DE GUINÉE-BISSAU (IBAP)

À Bissau (Avenida Don Settimio Arturo Ferrazeta, C.P. Bissau) ou à Buba (junto do Porto).

Directeur du Parc naturel des lacs de Cufada  
Tél.: (+245) 966 098 080 | 955 575 758  
Page: [www.ibapbissau.org](http://www.ibapbissau.org)

### OSSEH'MENE TOURS & SOUVENIRS

Tél.: (+245) 955 359 818 | 969 271 705

### ADVENTURE CORUBAL

Page: [www.aventure-corubal.fr](http://www.aventure-corubal.fr)

108

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE

Titre:	<b>Projet de Soutien Intégré au Développement Rural dans les régions de Bafatá, Quinara et Tombali (PSIDR)</b>
Partenaire d'exécution:	Camões - Institut de Cooperation et de la Langue Língua, IP (CICL) en partenariat avec CARITAS, ADRI, VIDA e RESSAN-GB
Contribution de l'UE:	3 500 000 EUR
Période:	2016 - 2020
Région:	Bafatá, Quinara e Tombali
Description:	Le projet vise à contribuer à l'amélioration des conditions économiques et sociales des populations rurales par l'intensification et la valorisation économique de la production agricole. Parmi les résultats escomptés, on peut souligner l'amélioration de la productivité des exploitations agricoles familiales et le renforcement de l'autonomie des femmes chefs de famille. Un Centre d'Enseignement et de Formation Agricole (CEFA) a été créé à Buba, la première année académique ayant débuté en octobre 2017.



LACS DE CUFADA

© JOÃO PEDREIRO

## CANAUX DE RIO GRANDE DE BUBA

Le Rio Grande de Buba, l'un des plus importants de Guinée-Bissau, d'une superficie de 285 km<sup>2</sup> et sanctuaire par excellence de la reproduction du barracuda, mérite une promenade sur ses canaux bordés de mangroves. Les lamantins, ou poisson bœuf (*Trichecus senegaelensis*), et quelques espèces de tortues sont une présence constante de ces eaux. Ce fleuve, qui se jette dans l'Atlantique près de l'île de Bolama, jouit d'une grande diversité d'espèces marines et est le point de passage d'une grande variété d'oiseaux. Un circuit en bateau vaut ainsi la peine pour observer ces oiseaux et la nature, tout comme pour faire un arrêt pique-nique sur l'une des petites îles du fleuve.



### OÙ MANGER

#### BERÇO DO RIO

Tél.: (+245) 955 705 700 | 966 624 786  
Réserver au préalable



### OÙ DORMIR

#### CASA DE PASSAGEM DO IBAP

Directeur du Parc naturel des lacs de Cufada  
Tél.: (+245) 966 098 080  
| 955 575 758

#### POUSADA DA BELA VISTA

Tél.: (+245) 966 624 786  
| 955 706 700 | 955 378 089

#### BERÇO DO RIO

Tél.: (+245) 966 619 700  
| 966 624 786

#### BUBA HOTEL

Tél.: (+245) 955 929 966





## RÉGION DE TOMBALI

La région la plus au sud de la Guinée-Bissau est Tombali et a pour capitale la ville de Catió.

L'isolement de la région nous conduit jusqu'à des paysages verdoyants dominés par les mangroves, auprès d'immenses bras de rivières, les champs de riz, les baobabs, les palmiers (*Elaeis guineensis*) et leur huile de palme, les forêts primaires et, dans sa zone plus intérieure, les savanes. En sortant de Bissau, il faut continuer en direction de Mansôa, Bambandica, Quebo, jusqu'à Mampata. Pour parvenir à Caió en voiture, il faut prendre vers le sud pendant 258 km dont les 60 derniers se parcourent sur une route en terre en mauvais état. Cette région est divisée en quatre secteurs : Catió, Bedanda, Cacine et Quebo.

## SITES HISTORIQUES À VISITER DANS LA RÉGION



© AECTOS.COM/LETRAS

CANTANHEZ

112

RÉGION DE TOMBALI

### PARC NATIONAL DES FORÊTS DE CANTANHEZ

Remarque introductive : pour aller de Bissau à Cantanhez, il vous faudra utiliser un 4x4 ou une voiture suffisamment haute pour parcourir la partie finale de la piste, entre Guiledje et Iemberém, qui est en très mauvais état. Nous conseillons également que quelqu'un vous attende à Guiledje pour vous accompagner pendant le reste du voyage. Il y a en effet de nombreuses bifurcations sur la piste et une absence totale de panneaux de signalisation. Au sud-est de Catió et le long de la frontière avec la Guinée-Conakry se trouve le Parc national des forêts de Cantanhez. Il est délimité au nord-est par le fleuve

Cumbijã, à l'est et au sud-est par le fleuve Cacine, au nord par les fleuves Balana et Balanazinho et au sud-ouest par l'océan Atlantique. Ces quelque 1057 km<sup>2</sup> de forêts représentant un des éléments les plus emblématiques de la Guinée-Bissau. Grâce à sa densité forestière et sa préservation, il s'agit de l'un des neuf sites naturels les plus importants du point de vue de la biodiversité en Guinée-Bissau et pour le World Wild Fund (WWF), c'est l'une des deux cent écorégions les plus significatives au niveau mondial. Dans ce parc, environ 207 plantes, plus de 30 espèces de mammifères et près de 40 espèces



DARI - CHIMPANZÉ - PAN TROGLODYTES

© IBAP

de poissons cohabitent. Les guides du Parc dispose d'une formation spécifique sur la préservation de l'environnement et de la faune et de la flore, qui alliée aux connaissances ancestrales transmises de génération en génération et à l'expérience acquise garantissent un accompagnement sûr des touristes qui se rendent dans le parc. Divers itinéraires à la difficulté variée sont proposés et peuvent inclure des expériences de culture traditionnelle ou des itinéraires dans les forêts et/ou dans les îles. Les chimpanzés (*Pan troglodytes*) constituent l'attraction principale. Leur observation est possible au lever du soleil, quand ils sortent de leur lit et commencent leurs rituels quotidiens faits de cris et de frappes

sur le sol qui résonnent dans la forêt. La contemplation de la majestueuse forêt dense et primaire et de ses gigantesques "Poilões" et "Tagaras" (arbres) invite les groupes de touristes à découvrir les traces des différents animaux. Les produits de ces forêts vénérées par les populations locales sont également une source de subsistance, car on en retire des fruits, de l'huile de palme, du bois et du charbon de bois. Près des fleuves – lors de la saison des pluies, leur pression peut augmenter de 6m3 – il est possible de profiter du calme des mangroves, seulement interrompu par des oiseaux, hérons et martins-pêcheurs, ou par des pêcheurs en canoé. Les gigantesques palmiers et les sources d'eau douce, sacrées pour la



ECOCANTANHEZ - IEMBERÉM

population de Cantanhez, ne laisseront personne indifférent. Le parc est également l'habitat d'espèces comme le colobe à longs poils (*Colobus polykomos*), le buffle (*Syncerus caffer*), l'antilope (*Hippotragus equinus*), le phacochère africain (*Phacochoerus aethiopicus africanus*), le lamantin (*Trichechus senegalensis*), le crocodile (*Crocodylus niloticus*), entre autres. C'est également une zone de passage pour les hérons, les flamants, les pélicans, les spatules africaines et pour de nombreux autres oiseaux, dont certaines espèces sont en voie d'extinction.



### ECO-CANTANHEZ

Siège du Parc de Cantanhez.  
Tél.: (+245) 955 523 358  
Réserver au préalable

### FARO SADJUMA

Route de Iemberém, Parc de Cantanhez  
Tél.: (+245) 955 523 358  
Réserver au préalable



© APECTOS COM LETRAS

## GUILLEDJE : MUSÉE DE L'INDÉPENDANCE DE LA GUINÉE-BISSAU

Guiledje se trouve dans le secteur de Bedanda. Il s'agit d'un bourg qui est devenu célèbre pour la prise d'assaut du quartier général portugais pendant la lutte pour la libération nationale guinéenne. En lieu et place de l'ancienne caserne se dresse désormais le Musée de l'Indépendance de la Guinée-Bissau, dans lequel sont exposés des armes, des munitions, des documents ou des cartes. La visite du musée est guidée par un ancien combattant qui, en expliquant la stratégie militaire, paraît revivre le moment, mais prend le soin de souligner que le musée est une ode à la paix.

### TRADITIONS

Dans cette zone, la population est répartie en treize tabancas, aux traditions et coutumes différentes. Les principales ethnies vivant dans le parc sont les ethnies Balanta, Nalu, Tanda, Djacanca, Fula et Sousso. Presque tous ces groupes ethniques ont des liens de parenté avec les habitants de la Guinée-Conakry voisine. Les Nalus sont connus pour la beauté de leur artisanat ; la poterie des Balantas est également disponible dans cette région et on peut également y visiter les zones de production de l'huile de palme, ou celle où est fabriqué le vin de rônier (*Borassus aethiopum*, une espèce de palmier), observer le processus d'épluchage traditionnel du riz, s'intéresser à la transformation du manioc en divers produits ou visiter les plantations de cajou, d'arachides et de fruits tropicaux.

ECO  
CANTANHEZ

PARQUE NACIONAL  
CANTANHEZ

ESTRADA PARA IEMBEREM →

GULEDJE

**TOMBALI**

MUSEU MEMORA  
DE GULEDJE

CANTANHEZ →

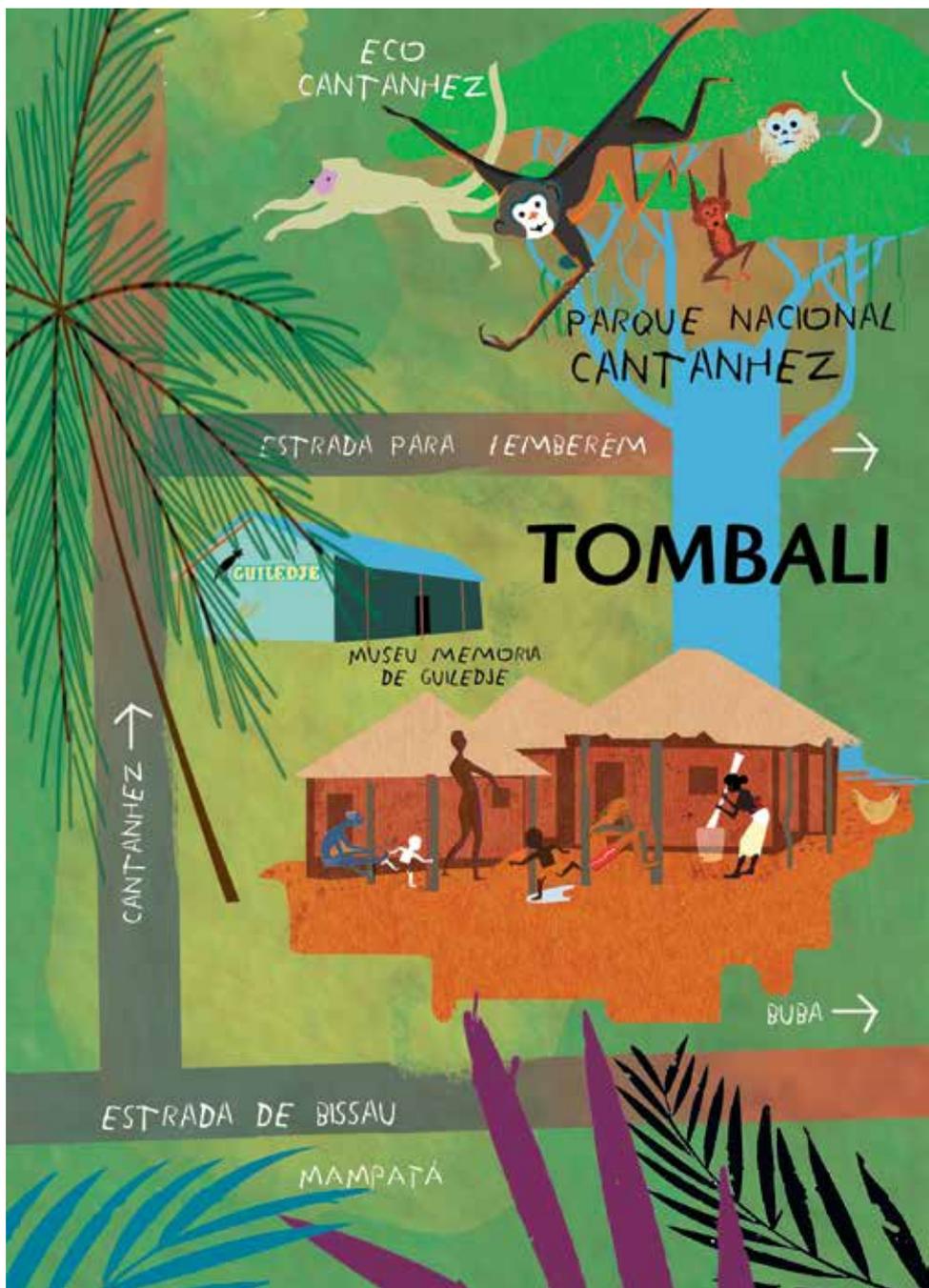
BUBA →

ESTRADA DE BISSAU

MAMPATÁ

116

RÉGION DE TOMBALI



## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© AD

<b>Titre:</b>	<b>ECOCANTANHEZ – Écotourisme dans le Parc National de Cantanhez</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	AD - Acção para o Desenvolvimento en partenariat avec l'Associazione Interpreti Naturalistici del Parco Nazionale del Gran Sasso e dei Monti della Laga Onlus (AIN)
<b>Contribution de l'UE:</b>	491 880 EUR
<b>Période:</b>	2011 – 2014
<b>Région:</b>	Tombali
<b>Description:</b>	<p>Il vise à la promotion de l'amélioration des conditions de vie et de l'écotourisme dans le Parc naturel de Cantanhez (région de Tombali) qui bénéficie à près de 40 000 personnes et englobe le musée «Environnement et Culture» dont l'objectif est de stimuler l'approfondissement de la connaissance de la diversité écologique et culturelle et implique les populations dans la création de conditions d'accueil, permettant aux touristes de demeurer dans la région et d'avoir accès à des guides locaux. Le projet s'adresse également aux femmes, qui assurent l'accueil des touristes, leur hébergement et leur alimentation, et aux jeunes de la région qui jouent le rôle de guides écotouristiques des différents itinéraires proposés ; il stimule la production et la transformation locale de produits typiques, comme la farine de manioc et l'huile de palme, ce qui permet que la valeur ajoutée bénéficie aux tabancas, garantissant ainsi la création d'emplois. Le projet EcoCantanhez – Écotourisme dans le Parc national de Cantanhez promeut le tourisme environnemental, le tourisme historique, le tourisme de la santé, le tourisme culturel et le tourisme scientifique. Iemberém dispose de 3 bungalows construits avec des matériaux locaux (adobe et paille). Dans la tabanca de Faro Sadjuma, ce sont deux bungalows supplémentaires, et un de plus à Catesse, près du fleuve Cumbija.</p> <p>Plus d'informations: <a href="http://www.ecocantanhez.org">www.ecocantanhez.org</a></p>



# RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

Administrativement, la région de Bolama-Bijagós est divisée en quatre secteurs : Bolama, Bubaque, Caravela et Uno. Chacun de ces secteurs dispose d'un administrateur et il existe un Gouverneur général de toute la région, situé à Bolama.

## ÎLE DE BOLAMA

Cette île et la ville du même nom sont la capitale du secteur de Bolama et de l'archipel des Bijagós.

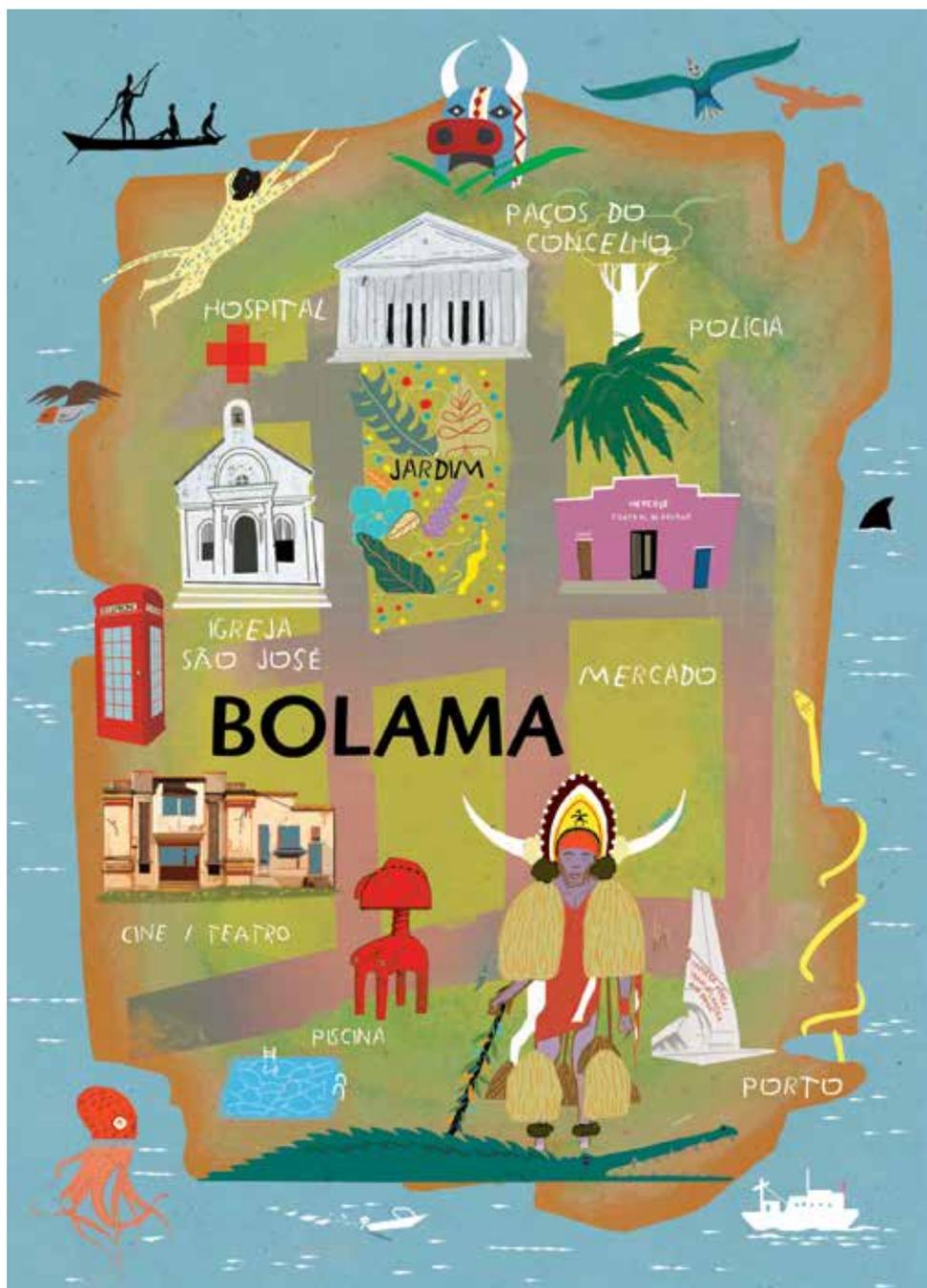
## CONTEXTE HISTORIQUE

L'île de Bolama a quitté l'influence de l'archipel du Cap-Vert en 1879 et est devenue la première capitale de la Guinée Portugaise le 19 mars 1879. Selon certaines sources historiques, Bolama aurait préalablement été découverte et occupée par les Britanniques, qui y érigèrent un comptoir commercial et réclamèrent sur cette base la possession de ce territoire. En 1870, l'arbitrage du président des États-Unis, Ulysses S. Grant, donna raison au Portugal en prenant en compte la preuve présentée, une plaque qui était immergée et sur laquelle était mentionnée la date d'entrée des Portugais sur le territoire, antérieure à celle de l'arrivée de Britanniques. Ces derniers abandonnèrent ainsi leur prétention sur Bolama et les zones adjacentes.

## VILLE DE BOLAMA

La ville de Bolama dispose de 21 000 habitants pour une superficie de 65 km<sup>2</sup>. Elle est essentiellement habitée par l'ethnie Mancanha et quelques Bijagós. La pêche, l'agriculture (arachide, pomme de terre, maïs, manioc et cajou) sont les principales activités exercées par la population.







ÉGLISE DE SÃO JOSÉ

© AFECTOS COM LETRAS

Bolama est une ville abandonnée. Les édifices d'un grand intérêt historiques sont extrêmement dégradés, sans aucun entretien, et menacent de s'effondrer. Malgré tout, les lieux méritent une visite attentive, sur cette terre « qui a été... ».

## PALAIS DE L'HÔTEL DE VILLE

Construit en 1919, cet édifice a beaucoup de points communs avec l'architecture de la Maison Blanche de Washington, avec ces colonnes grecques représentant les piliers du pouvoir. Tous les services administratifs liés à la gestion courante de la Guinée Portugaise y étaient concentrés. Le bâtiment a été abandonné en 1949, quand la capitale de la Guinée a été déplacée à Bissau. Il menace aujourd'hui de s'effondrer et a perdu une partie de sa structure.

## ÉGLISE DE SÃO JOSÉ

Cette église de São José a été construite le 16 mai 1871. Elle dispose d'une façade simple et d'un intérieur austère, mais qui a conservé quelques-uns de ses azulejos originaux. Elle a été reconstruite à la fin du 20e siècle.

## RUINES DE LA BANQUE ULTRAMARINE

La Banque Ultramarine, qui se trouvait sur la place principale, est restée ouverte jusque dans les années 1940 avant de devenir un hôtel très réputé, l'Hôtel Turismo, qui a également fermé ses portes. Aujourd'hui, il ne reste que quelques ruines de l'édifice.

121

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

PALAIS DE L'HÔTEL DE VILLE



© AFECTOS COM LETRAS

## VESTIGES DU TÉLÉGRAPHE DU COMPTOIR BRITANNIQUE

À proximité de la place principale gît la ruine métallique de ce qui fut le premier télégraphe d'Afrique occidentale, construit à l'époque de l'installation du comptoir britannique à Bolama. Malgré la plaque qui signale les lieux, installée récemment par des parlementaires britanniques, il est difficile d'identifier quoi que ce soit de l'ancien télégraphe, notamment parce que le

fer de la structure a été retiré pour être fondu et vendu, ce qui exige une attention redoublée de la part des autorités pour préserver cet élément historique de la ville. On trouve également ici ou là quelques maisons de style contemporain datant du comptoir britannique, construites sur des piliers et suffisamment surélevées pour se protéger des eaux.

## JARDIN MUNICIPAL

Dans le jardin, vous trouverez un kiosque à musique (presque entièrement détruit) et de nombreux bancs de jardin, cachés dans les herbes sauvages. Ces vestiges permettent d'imaginer

la beauté de ce jardin en son temps. Les maisons qui entourent la place et celles qui se trouvent dans les rues adjacentes rappellent l'architecture coloniale portugaise.



TÉLÉGRAPHE DU COMPTOIR BRITANNIQUE



© AFFECTOS.COM/LETRAS

PORT DE BOLAMA

## COMMENT S'Y RENDRE

Il y a une liaison Bolama-Bissau régulière. Par ailleurs, une embarcation peut vous mener à São João, partie continentale visible de l'île (à environ deux heures de voiture de Buba) et des pirogues privées assurent un transport alternatif et moins onéreux entre Bolama et Bissau (mais déconseillé).



## OÙ DORMIR

### RESIDÊNCIA PESCARTE

Tél.: (+245) 955 905 262  
| 966 633 827

### HOTEL GÃ-DJAU

Tél.: (+245) 955 288 717

## PORT DE LA VILLE

C'est dans la partie basse de Bolama que se trouve le port et la place principale, dotée d'une imposante statue en hommage aux morts de deux hydravions italiens, victimes d'un accident aérien à Bolama, en janvier 1931, lors de la première traversée de l'océan Atlantique en escadron (14 hydravions), de Rome à Rio de Janeiro. Dans le port, on trouve également ce qui était la piscine municipale de la ville, une structure aujourd'hui abandonnée, aux dimensions olympiques, entourée de palmiers et jouissant d'une vue superbe sur l'océan et São João.

## QUE VOIR SUR L'ÎLE DE BOLAMA

L'île dispose de plages agréables qui méritent une visite. Celle d'Ofir (à environ 3 km de Bolama), où il reste encore des vestiges de ce qui fut en son temps une unité hôtelière, est la plage préférée des habitants de Bolama. À près de 21 km, à la pointe sud-ouest, vous trouverez la jolie plage de Bolama de Baixo et son sable blanc et fin.



## OÙ MANGER BAR O FOGO

Tél.: (+245) 955 235 887  
Inês Tavares.

Il est nécessaire d'appeler au préalable pour commander.

## ÎLE DE GALINHAS

L'île de Galinhas (l'île des poules), d'environ 1 500 habitants, est située à proximité de Bolama. Elle ne dispose d'aucune structure hôtelière, mais mérite une brève visite pour son histoire et la beauté de ses plages. Lors des temps coloniaux, il s'agissait d'une île-prison appelée «Colonie pénale et agricole de l'île de Galinhas», où étaient incarcérés les prisonniers politiques défenseurs de l'indépendance, notamment l'intellectuel et référence musicale guinéenne, José Carlos Schwartz. Elle jouit de plages sauvages qui valent la peine d'être découvertes. On y arrive en pirogue depuis Bolama, São João ou Bissau.



REINE OKINKA

© BALDOMERO COELHO

124

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

## ARCHIPEL DES BIJAGÓS

L'archipel des Bijagós, élevé au rang de réserve écologique de la biosphère par l'UNESCO en 1996, est composé d'environ 90 îles, dont 17 sont habitées en permanence. Quelques îles disposent d'une population saisonnière, qui se déplace jusque-là pour la culture du riz ou la pêche. D'autres sont considérées comme sacrées par les Bijagós et il est interdit d'y vivre ou même parfois d'y

dormir. C'est d'ailleurs cette foi animiste des Bijagós, qui interdit toute activité économique ou de subsistance dans bien des lieux considérés comme sacrés, qui est d'une certaine façon le garant de la préservation de l'archipel. On peut également associer l'état de conservation des îles au fait qu'elles ont été isolées pendant de nombreuses années, non seulement pour le carac-

tère insulaire, mais aussi pour le tempérament guerrier des Bijagós, qui se protègent depuis toujours contre les intrusions étrangères, ce qui fut notamment le cas lors de la période de colonisation. Cet archipel, qui possède une beauté et une richesse naturelle et culturelle d'exception, s'étend sur 10 000 km<sup>2</sup> et son île la plus proche du continent est distante de 20 km. Les mers qui entourent les îles sont peu profondes, mais extrêmement riches, ce qui permet d'y trouver notamment des lamantins (*Trichechus senegalensis*), des loutres du cap (*Aonyx capensis*), des requins, des raies, des poissons-scie, des dauphines (*Sausa teuril* et *Tursiops truncatus*), des crocodiles (*Crocodylus niloticus* et *C. tetraspis*), l'hippopotame marin ou amphibie (*Hippopotamus amphibius*) et quatre espèces de tortues marines, notamment la tortue verte (*Chelonia mydas*), dont l'île de Poilão est la principale zone de reproduction de tout le continent africain. La mangrove couvre environ un tiers de la partie émergée de l'archipel, ce qui explique la richesse de ses eaux, également très appréciées des oiseaux. Effectivement, l'archipel des Bijagós est aussi le point d'accueil d'une des plus grandes communautés d'oiseaux migrateurs au monde. Dans ce paradis, on observe par exemple : le guêpier nain (*Merops pusillus*), le guêpier de perse (*Merops persicus*), le palmiste africain (*Gypohierax angolensis*), le vautour charognard (*Necrosyrtes monachus*), le vanneau à éperons (*Vanellus spinosus*), le pygargue vocifer (*Haliaeetus vocifer*), le balbusard pêcheur (*Pandion haliaeetus*), l'oedichéme du Sénégal (*Burhinus senegalensis*), l'hirondelle de Guinée (*Hirundo lucida*), le martinet des mai-

sons (*Apus affinis*), le vanneau du Sénégal (*Vanellus senegallus*), le Souimanga bronzé (*N. Kilimensis*), le souimanga à ventre olive (*Cinnyris chloropygius*), le calao à bec noir (*Tockus nasutus*), la sterne naine (*Sterna albifrons*), l'étourneau améthiste (*Cinnyricinclus leucogaster*), le choucador splendide (*Lamprotornis splendidus*), la barge rousse (*Limosa lapponica*), le râle à bec jaune (*Amaurornis flavirostris*), l'aigrette à gorge blanche (*Egretta gularis*), la guifette noire (*Chlidonias niger*), le mouette à tête grise (*Larus cirrocephalus*), le goéland railleur (*Larus genei*), la sterne caugek (*Thalasseus sandvicensis*), la sterne caspienne (*Hydroprogne caspia*), la sterne royale (*Thalasseus maximus*), le héron goliath (*Ardea goliath*), le héron strié (*Butorides striata*), le martin-pêcheur huppé (*Alcedo cristata*), l'ibis sacré (*Threskiornis aethiopicus*), le jabiru d'Afrique (*Ephippiorhynchus senegalensis*), le courlis corlieu (*Numenius phaeopus*), le Milvus aegyptius, le tchitrec d'Afrique (*Tersiphone viridis*), le pélican gris (*Pelecanus rufescens*), le Bécasseau cocorli (*Calidris ferruginea*), le bécasseau (*Calidris minuta*), le colombar à front nu (*Treron calvus*), la tourtelette (*Turtur afer*) ou le tisserin gendarme (*Ploceus cucullatus*). Poilão, João Vieira et Orango accueillent également des perroquets timneh (*Psittacus timneh*), menacés d'extinction.

## POPULATION

L'ethnie Bijagó (qui se divise en quatre groupes distincts : Oracuma, Ogubane, Oraga et Ominca) constitue la population majoritaire de l'archipel, la population totale étant estimée à environ 34 000 habitants. Les ethnies Papel, Beafada, Manjaca, Mandinga, Fula et Nhominca sont présentes dans certaines îles. L'ethnie Nhominca vient du Sénégal et installe ses campements de pêcheurs saisonniers. La base de l'économie de l'archipel est la culture du riz, la pêche, la récolte de fruits de mer, la production d'huile de palme ou le pâturage, mais toutes ces activités sont des activités de subsistance : toutes les ressources à disposition des habitants Bijagós sont exploitées de façon durable et ne sont pas destinées à être vendues.

## GÉOGRAPHIE

On peut distinguer cinq zones géographiques dans l'archipel : la zone est, constituée de l'île de Galinhas, Canhabaque, Soga, Rubane et Bubaque ; la zone sud, qui intègre Orangozinho, Meneque, Canogo, Orango Grande ; la zone ouest, avec les îles d'Uno, Uracane, Eguba, Unhocomozinho et Unhocomo ; la zone nord-ouest, où l'on trouve Caravela, Keré et Carache et finalement, le nord-ouest, avec Formosa, Ponta et Maio. Par ailleurs, il faut mentionner deux parcs nationaux marins – le Parc national de João Vieira et Poilão et le Parc national d'Orango – et la Zone marine communautaire protégée des îles Formosa, Nago et Tchediã (Urok).

## ÎLE DE BUBAQUE

L'île de Bubaque dispose d'une superficie de 48 km<sup>2</sup> et d'environ 11 300 habitants. Elle est située à l'extrémité sud-est de l'archipel, séparée de Rubane par un étroit canal, et est relativement proche des îles de Soga et de Canhabaque. Il s'agit de l'île la plus touristique, grâce à une large offre hôtelière et un festival de musique lors du week-end de Pâques, qui attire beaucoup de touristes venant du continent pour assister à ces trois jours de musique contemporaine et traditionnelle guinéenne.

## VILLE DE BUBAQUE

La ville de Bubaque, capitale de l'île, vit autour de son port et de son marché, qui se trouve juste à côté du ponton. C'est une ville aux rues désordonnées et aux constructions aux styles variés, avec quelques traces d'architecture coloniale.



TABANCA NOVA BIJAGÓ

© MOURA FRACOSO

127

## LE PORT

En très mauvais état, c'est le point d'arrivée sur l'île par excellence. Les lieux fourmillent de gens, principalement lors des arrivées et départs du bateau faisant la liaison avec Bissau, un ferry sur lequel tout embarque: du poisson, des poules, des vaches, des porcs, des chèvres et, bien sûr, les nombreuses personnes. Pour entrer ou sortir du bateau, il faut être un peu inventif, car les structures ne sont pas préparées pour une arrivée à quai dans des conditions normales.

## MARCHÉ

En sortant du port et en continuant sur le côté droit, on tombe sur l'ancien marché local, avec ses étalages pleins de couleurs. On y vend un peu de tout, dans de petits entrepôts et sur des étalages, dont des légumes, des fruits, du poisson, de la viande, des vêtements, des céréales, du riz, des médicaments, des chaussures et du petit électroménager. Le nouveau marché se trouve sur le côté gauche en sortant du port.



© AFFECTOS.COM/LETRAS

MAISON DE L'ANCIEN ADMINISTRATEUR DE BUBAQUE

128

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

## MAISON DE L'ANCIEN ADMINISTRATEUR DE BUBAQUE

Cet édifice colonial, qui se trouve face au canal qui sépare Bubaque de Rubane, est dans un état de dégradation évident et a fonctionné jusqu'à très récemment comme siège administratif de Bubaque.

## MUSÉE DE BUBAQUE

Du côté gauche à la sortie du port, on peut remonter une avenue où se trouve le musée de Bubaque «Padre Biasutti», qui accueille des dizaines de

statues, des masques et des objets du quotidien des Bijagós, recueillis au long des années par Luigi Scantamburlo, missionnaire italien qui y réside depuis 1975. Tout comme l'artisanat Nalu, l'art Bijagó est l'un des plus importants et reconnus de Guinée-Bissau. Les artisans Bijagós produisent avec seulement un couteau et un bout de bois des sculptures religieuses, des masques, des bancs du Régulus ou des statues (celles-ci exigent un cérémonial préalable à leur exécution), des canoés, des rames, des pilons ou des mortiers. Toute cette richesse culturelle est représentée dans ce musée inauguré en 2009 et ouvert du mardi au dimanche, de 10h à 13h et de 16h à 19h.

SITES  
HISTORIQUES  
À VISITER DANS  
LA RÉGION





© AECTOS.COM/LETRAS

PLAGE DE BRUCE

## INTÉRIEUR DE L'ÎLE DE BUBAQUE

Depuis le musée, on peut continuer vers l'intérieur de l'île jusqu'à la Tabanca Nova de Bijagó ou du Bijante, une promenade de quelque 4 km, d'abord dans une rue dotée de maisons de part et d'autre, puis au milieu d'une forêt dense. C'est la plus grande tabanca après Bubaque. Elle abrite les traditions et les rituels très particuliers des Bijagós. Les touristes sont bien reçus, très vite entourés par des enfants et des jeunes qui leur présentent le village et les conduisent jusqu'à la maison du «Homem Grande» (Grand Homme). Les règles de courtoisie conseillent de prévoir pour la visite du tabac ou de l'eau de vie à offrir au chef de la Tabanca. Cette Tabanca est responsable de l'île sacrée de Rubane, juste en face de Bubaque, où les habitants vivent d'ailleurs à certains moments de l'année, pour la culture du riz.

## PLAGE DE BRUCE

Elle est située à environ 18 km de Bubaque, à l'autre bout de l'île, mais elle vaut le déplacement. C'est une plage de sable blanc dotée d'eaux calmes, avec des palmiers et une forêt dense qui touche presque la mer. Une tabanca du même nom se trouve à proximité. La mer tranquille et l'eau tiède invitent à la baignade, mais une attention particulière doit être portée aux raies qui abondent dans cette zone : il est conseillé de porter des sandales pour se protéger les pieds. Pour y parvenir, renseignez-vous dans un des hôtels sur la possibilité de recourir à une voiture, un vélo ou une moto.

129



## OÙ MANGER

### SALDOMAR

Tél.: (+245) 955 496 826  
Cuisine méditerranéenne.  
Pizzas au four à bois.

### DJIU MANCEBO

Tél.: (+245) 966 100 174  
| 955 805. 563  
Cuisine africaine, près du port.

### CASA DORA

Tél.: (+245) 955 967 714  
| (+351) 919 856 165  
Page: [www.casadora.yolasite.com](http://www.casadora.yolasite.com)  
Sur réservation.



## OÙ DORMIR

### DAKOSTA ISLAND BEACH CAMP

Praia de Bruce  
Tél.: (+245) 966 978 066  
E-mail: [Getinfo@dakostabc.com](mailto:Getinfo@dakostabc.com)  
Bungalows avec ventilateur et toilette, tentes de camping sur la plage. L'hôtel assure le trajet depuis Bissau.

### KASA AFRIKANA

Hôtel spécialisé dans les programmes de pêche sportive. Possibilité d'excursions à l'intérieur de l'île et dans d'autres îles.

Tél.: (+245) 955 949 213  
| 966 581 667  
Page: [www.kasa-afrikana.com](http://www.kasa-afrikana.com)

### CASA DORA HOTEL

Possibilité d'excursions à l'intérieur de l'île et dans d'autres îles.

Tél.: (+245) 955 967 714  
| (+351) 919 856 165  
E-mail: [casadorabubaque@gmail.com](mailto:casadorabubaque@gmail.com)  
Page: [www.casadora.yolasite.com](http://www.casadora.yolasite.com)

### LODGE LES DAUPHINS

Hôtel spécialisé dans les programmes de pêche sportive. Possibilité d'excursions à l'intérieur de l'île et dans d'autres îles.

E-mail: [denisebubaque@hotmail.fr](mailto:denisebubaque@hotmail.fr)  
Page: [www.lodgelesdauphins.com](http://www.lodgelesdauphins.com)

### HOTEL CALYPSO

Tél.: (+245) 955 949 207  
| 966 106 436  
E-mail: [gerald@hotelcalypso-bubaque.com](mailto:gerald@hotelcalypso-bubaque.com)  
Pagina: [www.hotelcalypso-bubaque.com](http://www.hotelcalypso-bubaque.com)

### LE CADJOCO

Tél.: (+245) 955 575 470

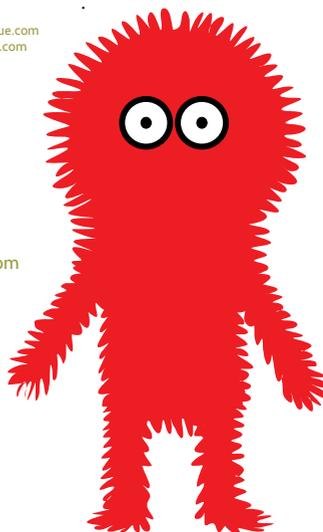
### CHEZ TITI – GUESTHOUSE

Tél.: (+245) 955 991 353  
Page: [www.titibubaque.com](http://www.titibubaque.com)



## COMMENT S'Y RENDRE

Régulièrement les informations sur les horaires sont disponibles au port de Bissau ou à celui de Bubaque. Le voyage en petit avion depuis Bissau ou le Cap Skirring (Sénégal) par le biais d'un opérateur privé est également possible de faire le trajet en bateaux à moteur rapides ou en pirogues motorisées. Ces dernières ne sont pas recommandées, car les courants et les marées exigent une vigilance redoublée sur les mers de l'archipel.



## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© ASSOCIAZIONE MANITSE

131

<b>Titre:</b>	<b>BUBAQUE VILLE OUVERTE</b>
<b>Partenaire d'exécution:</b>	Associazione Manitese en partenariat avec Engim, Adim, Faspebi et l'Universidade Cá Foscari de Venezia
<b>Contribution de l'UE :</b>	481 121 EUR
<b>Période:</b>	2013 - 2016
<b>Région:</b>	Bolama-Bijagós, Ville de Bubaque
<b>Description:</b>	Entre autres activités du projet on souligne: la création de la première école de formation touristique dédiée aux jeunes des îles des Bijagós, qui est actuellement gérée par l'organisation locale Faspebi; le renouvellement de la structure du marché central de la ville, qui peut actuellement être considéré comme l'un des meilleurs marchés du pays et la mise en œuvre d'un système de collecte sélective de déchets de la ville, maintenant sous la direction de l'administration locale et de l'organisation des jeunes Andorinha.

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© COBIANA COMMUNICATIONS

132

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

**Titre:** FESTIVALS DE CULTURE - SOUTENIR L'HOMME ET LA BIOSPHÈRE

**Partenaire d'exécution:** Cobiana Communications & Culture

**Contribution de l'UE :** 332 205 EUR

**Période:** 2014 - 2017

**Région:** Bolama-Bijagós - Ile de Bubaque

### Description:

Le projet vise à promouvoir la réalisation annuelle, pendant la période de Pâques, du Festival de musique de Bubaque, véritable réunion de célébration du patrimoine culturel et de la biodiversité des îles Bijagós et du pays. Le projet renforce également un réseau de festivals de musique entre la Guinée-Bissau, le Sénégal et la Mauritanie et contribue à la création d'emplois dans l'industrie culturelle, en renforçant les capacités des jeunes pour produire des contenus multimédias et faciliter la collaboration, les échanges et de résidences artistiques entre les trois pays. Enfin, il assure l'intégration du Festival dans le cadre des manifestations culturelles sous-régionales.

Plus d'informations: [www.festivaldebijagos.com](http://www.festivaldebijagos.com)  
ACP cultures+: [www.acpculturesplus.eu](http://www.acpculturesplus.eu)



© AFFECTOS COMLETRAS

RUBANE

## ÎLE DE RUBANE

Sur cette île sacrée collée à Bubaque, aucune construction permanente n'est permise et il est interdit de faire couler du sang ou d'enterrer les morts. Rubane accueille pendant une partie de l'année les habitants de la Tabanca Bijante de Bubaque, qui y vivent dans des campements pendant qu'ils cultivent et récoltent le riz ou produisent de l'huile de palme. Il y a aussi sur cette île un petit campement de Sénégalais qui se consacrent à la pêche. Cette île jouit

d'un paysage exubérant qui invite à de longues promenades à l'intérieur. Juste en face, à Bubaque, se trouve l'hôtel/campement Chez Bob; sur une zone plus étendue, réservée et très bien entretenue, vous trouverez l'Hôtel Ponta Anchaca, avec des constructions de bois et des passerelles pleines de statues qui méritent que l'on y dorme ou au moins qu'on le visite et qu'on y prenne un rafraîchissement en fin de journée, sur le ponton donnant sur la mer.



### COMMENT S'Y RENDRE:

Les hôtels disposent de leurs propres bateaux qui assurent le trajet depuis Bissau ou depuis Bubaque. Il est également possible de prendre le bateau entre Bissau et Bubaque et d'aller jusqu'à Rubane en bateau privé de l'hôtel. Une autre possibilité est de venir en petit avion depuis Bissau, Dakar ou Cap Skirring (Sénégal) jusqu'à Bubaque et l'hôtel Ponta Anchaca (propriétaire de l'avion), assure le transport jusqu'à l'île de Rubane. Vous pouvez également recourir à un taxi aérien. Voir le contact de l'entreprise Arc en ciel à la fin du guide.



### OÙ MANGER ET DORMIR

#### HOTEL PONTA ANCHACA

Tél.: (+245) 96 639 43 52  
966 067 393 | 955 460 440  
E-mail: [pontaanchaca.rubane@gmail.com](mailto:pontaanchaca.rubane@gmail.com)  
Hôtel avec piscine extérieure, aire conditionnée et bain d'eau chaude. Cuisine internationale et poisson du jour. Hôtel spécialisé dans les programmes de pêche sportive. Possibilité d'excursions pour l'intérieur de l'île et d'autres îles.

#### FISHING CLUB BIJAGÓS - CHEZ BOB

Tél.: (+245) 966 109 149  
E-mail: [Bob.acaoja@gmail.com](mailto:Bob.acaoja@gmail.com)  
Page: [www.chez-bob.sitew.com](http://www.chez-bob.sitew.com)  
Hôtel spécialisé dans les programmes de pêche sportive. Possibilité d'excursions pour l'intérieur de l'île et d'autres îles.



CANHABAQUE

© JORGE HORTA

## ÎLE DE CANHABAQUE

L'île de Canhabaque, également connue sous le nom de Roxa, est une île de 111 km<sup>2</sup>, couverte d'une luxuriante végétation et dotée de jolies plages alternant avec des formations rocheuses. C'est la première île de l'archipel à avoir été habitée ; elle accueille aujourd'hui une communauté d'environ 2 500 habitants, répartis sur divers tabancas. Elle est considérée comme la plus traditionnelle de tout l'archipel en matière de coutumes et de mode de vie et dispute à Caravela la réputation d'être la plus belle. Canhabaque est une île enchantée pour les animistes. On croit notamment qu'ici, les arbres parlent. Sa visite vaut la peine et permet de découvrir les traditions, en particulier les tabancas du côté oriental de l'île, qui sont les plus éloignées de l'influence de Bubaque : Inorei, Meneque, Inhodá et Ambeno. On y trouve une société matrilineaire, où les femmes ont une forte prédominance dans la gestion et le maintien de l'équilibre des tabancas.

## ÎLE DE SOGA

Cette île sacrée est réservée aux rituels d'initiation féminine. La visite ne se fait que sous conditions et nous vous conseillons de vous informer à Bubaque au sujet des moyens de vous y rendre.

## VISITE À LA REINE OKINKA

Nous suggérons de rendre visite à la Reine Okinka et de lui remettre une offrande, ce qui constitue une expérience passionnante. L'Okinka la plus influente de l'île se trouve dans la Tabanca d'Inorei, même si chacune des tabancas de l'île dispose de sa reine.



## COMMENT S'Y RENDRE

Depuis Bubaque, il faut environ une heure de pirogue motorisée. Nous vous conseillons de vous munir d'offrandes pour le chef de la tabanca - l'Oronhó - tout comme pour la Reine Okinka des tabancas à visiter. On offre habituellement du tabac, de vin de palme ou de l'eau de vie.



TABANCA D'ETICOÇA

© IBAP

## PARC NATIONAL D'ORANGO

Situé dans la partie sud de l'archipel, ce parc est composé de cinq îles principales, Orango, Orangozinho, Meneque, Canogo et Imbone, et de trois ilots : Andonga, Canuapa et Anetive. Il dispose d'une superficie totale de 158 235 hectares.

### ÎLE D'ORANGO

Orango, qui fait partie du Parc national du même nom, est l'île la plus distante de la partie continentale de la Guinée-Bissau et la plus grande, bien qu'elle ne comptabilise qu'environ 2 500 habitants, répartis sur près de 10% de son territoire. Cette île jouit d'une faune extrêmement abondante, qui comprend des hippopotames marins, des crocodiles et quelques espèces de tortues qui se reproduisent ici, des gazelles-peintes, des singes verts, des loutres, des lamantins et des dauphins. Orango a la particularité d'être administrée par des femmes. Même quand les tabancas ont un chef, ce sont les descendantes de la reine Kanyimpa qui exercent le vrai pouvoir. Leurs décisions sont irrévocables et incontestables. On vit ici selon un système matrilineaire où les femmes exercent le pouvoir, sont les propriétaires des terres, des maisons et des récoltes; elles choisissent les fiancés et les maris, prennent l'initiative en

cas de divorce et ont invariablement la garde des enfants.

### TABANCA D'ETICOÇA

Il s'agit de l'actuelle capitale d'Orango grande, d'où est originaire la reine Okinka Pampa, l'ancienne capitale était la Tabanca d'Ambuduco. Il s'agit de la plus grande tabanca de l'île où vous vivez de façon traditionnelle, avec la particularité d'être gouvernée par une reine élue parmi les femmes de la tabanca (les Okinkas ou les Baloberas) et qui règne pendant le reste de sa vie. Selon les traditions ancestrales, cette femme, une fois élue, est impliquée dans la gestion de l'intérêt communautaire et doit abandonner sa famille. L'autorité de la reine est étendue et reconnue dans tout l'archipel des Bijagós.

## TUMULUS DE LA REINE OKINKA PAMPA

Dans la tabanca d'Ectioga se trouve le mausolée d'Okinka Pampa, qui a régné sur l'archipel des Bijagós jusqu'à sa mort en 1930. Vénérée sur tout l'archipel (mais aussi sur le continent) pour avoir toujours résisté à la colonisation des Portugais et pour avoir conclu avec eux un traité de paix considéré comme

juste pour son peuple. Dans ce temple sacré, on vénère la reine Pampa et toute la famille royale, considérées comme des divinités par le peuple Bijagó. Le Régulus de la Tabanca contrôle l'entrée du temple, où personne n'a le droit d'entrer sans la connaissance du Régulus ou d'un de ses collaborateurs.

## LAC D'ANÔR

Orango, pleine de mangroves et de rias qui pénètrent à l'intérieur de l'île, offre la particularité d'héberger une importante communauté d'hippopotames marins qui vivent entre le lac, à l'intérieur de l'île, et dans les eaux salées de l'océan qui le borde. Ce n'est pas le seul pays au monde où les hippopotames vivent à la fois en mer et en eau douce, mais ici, ils réussissent à vivre en permanence en mer (ils n'ont besoin d'eau douce que pour boire) et se déplacent entre les îles des Bijagós, en parcourant de grandes distances. Les hippopotames d'Orango passent une grande partie de la journée dans le lac d'Anôr et à la fin de la journée, ils se dirigent vers la mer où ils se baignent, réussissant de cette façon à se débarrasser des sangsues qui recouvrent leur corps. On peut facilement observer les traces de leur passage dans les herbes sèches en parcourant l'île. En arrivant au parc, et en prenant en compte les marées, il y a deux façons d'observer ces hippopotames dans leur habitat naturel depuis le poste d'observation installé auprès du lac. L'une des possibilités est de s'y rendre en bateau par les bras de rias, un parcours d'une grande beauté entre

les mangroves qui nous amènent jusqu'à un point très proche du lac. D'ici, il suffit de parcourir une petite distance à pied, en passant par une tabanca et par quelques champs de riz. Une autre possibilité consiste à arriver en bateau sur la plage et à faire un trajet à pied d'environ une heure dans un paysage typique de la savane, doté ici ou là de palmiers. Cette alternative, plus fatigante, nous offre des paysages superbes et l'on peut y croiser un petit lac plein de "lagartos" (crocodiles), apparemment aussi affables que les hippopotames, quelques singes et les habitants de l'île dans leurs activités quotidiennes. L'hippopotame est considéré par les habitants comme étant un animal sacré, que l'on ne doit pas tuer ou blesser. Selon les croyances animistes, quand on fait mal à un hippopotame, la disgrâce tombe sur le coupable ou sur sa famille. Une légende connue affirme qu'un homme tenta de tuer un hippopotame avec une lance, celui-ci ayant envahi ses champs de riz. Quand son fils est né, il souffrait d'un handicap à la lèvre, au même endroit où l'homme avait atteint l'hippopotame. Pour protéger les champs de riz, fréquemment attaqués



PLAGE - ORANGO

© AFECTOS COM LETRAS

par ces animaux, on a récemment érigé quelques clôtures électriques, ce qui permet de garantir une cohabitation harmonieuse entre l'homme et les hippopotames, sans porter préjudice à l'agriculture de subsistance qui se pratique ici.

## PLAGES

La plage par excellence de l'île se trouve à proximité de l'Orango Parque Hôtel. C'est une longue plage de sable bordée par un paysage complètement sauvage.



## OÙ MANGER ET DORMIR

### ORANGO PARQUE HOTEL

Tél.: (+245) 955 352 446  
| 966 605 015  
Page: [www.orangohotel.com](http://www.orangohotel.com)  
E-mail: [info@orangohotel.com](mailto:info@orangohotel.com)

### CASA COMUNITÁRIA DE ANÔR

Tél.: (+245) 966 602 319  
| 955 383 642  
E-mail: [ecoibap@gmail.com](mailto:ecoibap@gmail.com)



## COMMENT S'Y RENDRE

Depuis Bissau, vous pouvez prendre le bateau jusqu'à Bubaque et prendre contact avec l'IBAP (Institut pour la Biodiversité et les Aires Protégées) pour organiser une visite de ces îles. En alternative, vous pouvez utiliser des bateaux privés depuis l'Hôtel Mar Azul à Quinhamel, ou à partir de Bissau, sur le continent, ou depuis certaines îles de l'archipel proposant une offre touristique et des excursions. Se renseigner dans les hôtels.

Remarque : nous conseillons de porter des vêtements confortables et de vous munir d'eau en bouteille, de répulsif, de crème solaire



## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



HIPPOPOTAMES, PARC NATIONAL D'ORANGO

© ORANGO PARK HOTEL

138

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

**Titre: RENFORCEMENT DU TOURISME NATUREL, HISTORIQUE ET CULTUREL COMME ACTIVITÉ ÉCONOMIQUE CROISSANTE POUR LE DÉVELOPPEMENT DE LA GUINÉE-BISSAU**

**Partenaire d'exécution:** Fundación CBD-Habitat

**Contribution de l'UE :** 499 998 EUR

**Période:** 2013 - 2016

**Région:** Bolama - Bijagós, Ile d'Orango

### Description:

Ce projet a favorisé le tourisme naturel, historique et culturel, contribuant au développement socio-économique, en particulier de l'île d'Orango. Ont été développés des actions liées à la conservation de la biodiversité et des écosystèmes naturels, ce qui facilite les relations entre l'homme et l'environnement dans l'archipel des Bijagós, et aussi mis en œuvre des activités d'écotourisme responsable dans les réserves naturelles existantes.

Aujourd'hui, L'Orango Parc Hôtel à l'île d'Orango réinvestit les bénéfices réalisés sur les petits projets communautaires au profit de la population locale.

Plus d'informations: [www.orangohotel.com](http://www.orangohotel.com)



© A FECTOS COM LETRAS

ÎLE DE CARACHE

## ÎLE D'ORANGOZINHO

L'île d'Orangozinho, partie intégrante du Parc national d'Orango, dispose des mêmes caractéristiques que l'île d'Orango, notamment de luxuriantes mangroves et des baies de sable blanc entourées de palmeraies complètement sauvages.

### PLAGES

Ponta Anó, qui se trouve à proximité de la Tabanca d'Acanho et Ponto Canapá, à l'extrême sud de l'île près du canal qui donne accès à la Tabanca d'Uite, sont deux plages complètement sauvages où l'on ne peut arriver qu'en bateau. À Ponta Canapá, il y a une importante colonie de singes, qui pour le plus grand plaisir des visiteurs viennent jouer tous les jours et pêcher des fruits de mer dans le sable, à marée basse.

## ÎLES DE CARAVELA, CARACHE ET KERÉ

### ÎLE DE CARACHE

C'est une île à la végétation dense, dotée de petites baies et d'une grande communauté de singes verts qui vit au contact de la faible population de cette île, répartie en trois tabancas. Le modèle de société et les traditions sont les mêmes que ce que nous décrivons en bas au sujet de l'île voisine de Caravela.



### COMMENT S'Y RENDRE

Il est possible de prendre une pirogue motorisée depuis Bissau (peu conseillé) ou de recourir à des bateaux privés faisant la liaison entre Bissau, Quinhamel ou Biombo et les îles de Keré et de Caravela.



### COMMENT S'Y RENDRE

Il est possible de prendre une pirogue motorisée depuis Bissau (peu conseillé) ou de recourir à des bateaux privés faisant la liaison entre Bissau ou Biombo et les îles de Keré, Caravela et de Carache.



ÎLE DE CARAVELA

© AFFECTOS COM LETRAS

## ÎLE DE CARAVELA

Il s'agit de l'île des plages paradisiaques par excellence. Une longue zone de sable blanc, une eau bleue turquoise, des kapokiers centenaires et des arbres verts où il est courant d'observer des singes: cette île, dont la densité de la population est faible, propose le meilleur et le plus naturel de l'archipel des Bijagós. Environ 10 500 personnes y habitent, réparties dans cinq tabancas à l'intérieur de l'île. La population se consacre essentiellement à la pêche traditionnelle, à la culture du riz « m'pampam », de cajou et d'arachide, ainsi qu'à la récolte de combé, base de l'alimentation de l'île. La société de Caravela, à l'image de ce nous soulignons précédemment, est une société matriarcale où il revient à la femme de choisir son mari. Tous les sept ans, un fanado (rituel d'initiation à la vie adulte et à la culture ancestrale Bijagó) est organisé. Le fanado dure trente jours et parmi ses diverses pratiques, il implique la circoncision. Chacune des tabancas dispose de son « point de fanado », une large zone où se trouve une maison que personne ne peut approcher sans être passé par le rituel du fanado et dont l'accès est interdit aux habitants du sexe opposé de celui qui y réalise les rituels. Le fanado des femmes est le plus sacré, car il dispose d'une forte composante spirituelle : c'est en effet en ces femmes que se réincarnent les morts.



© STAND UP MEDIA/MIKE MARROQUIM

ÎLE DE KERÉ

## ÎLE DE KERÉ

En arrivant à Keré, on a la sensation de pénétrer dans l'île de Peter Pan. Cet îlot est très petit, mais suffisamment grand pour accueillir un campement de pêche composé de bungalows et d'une partie commune qui invite fortement à un weekend de relaxation parmi les arbres, la plage et la pureté de la nature. Cette île se consacre à la pêche sportive et à l'écotourisme et met à la disposition des touristes diverses options de visite d'autres îles de l'archipel.



OÙ MANGER  
ET DORMIR

### HÔTEL KERÉ

Tél.: (+245) 966 993 827 | 966 794 965  
E-mail: [laurentsonia.kere@gmail.com](mailto:laurentsonia.kere@gmail.com)  
Page: [www.bijagos-kere.com](http://www.bijagos-kere.com)



### COMMENT S'Y RENDRE

L'hôtel Keré dispose d'un bateau qui transporte les touristes entre Ponta Biombo et Keré.



© IBAP

TORTUES - PARC NATIONAL MARIN DE JOÃO VIEIRA ET DE POILÃO

## PARC NATIONAL MARIN DE JOÃO VIEIRA ET DE POILÃO

Le Parc national appartient à la Réserve de la biosphère et a été déclaré «Don à la terre» par le WWF en 2001. Ce parc est composé de six îles : João Vieira, Poilão, Meio, Cavalos, Aweto et Cabras, les « îles du sud », et dispose d'une superficie totale de 49 500 hectares, dont 95% sont en partie des zones inter-marées et des zones marine-aquatiques peu profondes. Sa végétation est essentiellement composée de palmeraies et de savanes de forêts sèches denses et semi-denses. Ces îles

ne sont habitées que pendant certaines saisons de l'année et leur accès est limité, car elles sont considérées comme étant sacrées, ce qui nécessite une demande d'autorisation préalable pour visiter l'une de ces îles. Ces autorisations sont concédées par les tabancas du sud de Canhabaque. La Tabanca de Bine est responsable de l'île de Cavalos, celle de Meneque est propriétaire de João Vieira, tandis que Meio est administrée par la Tabanca Inhoda et que Poilão appartient à Ambeno.

142

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

### ÎLE DE POILÃO

L'île de Poilão est une île sacrée, protégée par les esprits selon une légende de Bijagós. C'est sur cette île que l'on procède à la consécration des Régulus et l'entrée est interdite aux non-initiés. Dotée d'un périmètre d'environ trois kilomètres, Poilão se trouve à près de 50 km du continent guinéen et est un véritable sanctuaire pour la nidification des tortues en Afrique occidentale. Entre octobre et novembre, cinq espèces de tortues pondent leurs oeufs dans

l'archipel et choisissent essentiellement cette île. On trouve ici des tortues vertes, des tortues de « pente », des tortues « olives », « à grosse tête » et des tortues luths. Accompagné des gardes du Parc, il est possible d'assister non seulement à la ponte, mais aussi à la course des tortues venant de naître vers la mer, qui est toujours un grand moment.



ÎLE DE JOÃO VIEIRA

© IBAP

## ÎLE DE JOÃO VIEIRA

Les habitants de Canhabaque, propriétaires de cette île, vivent de façon saisonnière à João Vieira. Ils y assurent la culture du riz « m'pampam », produisent le vin et l'huile de palme et pratiquent tout au long de l'année diverses cérémonies traditionnelles, comme à Meio et Cavalos. Il faut souligner que le peuple Bijagó consacre environ cent jours par an aux cérémonies et aux rites traditionnels. Elle jouit d'une jolie et longue plage de sable blanc, où se trouve l'hôtel qui sert de base logistique à celui qui visite les îles de ce Parc marin. La maison des gardes du Parc de João Vieira et de Poilão héberge un musée modeste, mais qui offre une bonne interprétation de la biodiversité des lieux.



## COMMENT S'Y RENDRE

Depuis Bissau, vous pouvez prendre le bateau jusqu'à Bubaque et prendre contact avec l'IBAP afin d'organiser une visite de ces îles. Vous pouvez en alternative utiliser des bateaux privés depuis Ponta Biombo ou Bissau, sur le continent, ou depuis certaines îles de l'archipel disposant d'une offre hôtelière et proposant des excursions. Se renseigner dans les hôtels.

Remarque : nous conseillons de porter des vêtements confortables



## OÙ MANGER ET OÙ DORMIR

Il y a un petit hôtel/campement à João Vieira qui accueille des touristes, et à Poilão, il existe un campement provisoire, normalement réservé aux chercheurs de l'Institut de la biodiversité et des zones protégées (IBAP). Cette île limite le nombre de personnes autorisées à y dormir.

### CHEZ CLAUDE

Tél.: (+245) 955 968 677  
| 955 270 798

E-mail : joaovieira.chezclaud@yaho.com  
| danmarchet17@gmail.com

Page:  
[www.bijagosjoaovieirachezclaud.blogspot.com](http://www.bijagosjoaovieirachezclaud.blogspot.com)



ÎLOT DE MEIO

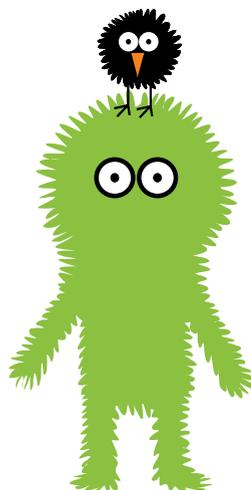
© JORGE HORTA

## ÎLOT DE MEIO

Connu pour la beauté de ses plages complètement sauvages, cet îlot jouit de ce qu'on dit être la plus belle plage de l'archipel, située à l'intérieur d'une petite crique aux eaux vert-émeraude formée à marée basse par l'îlot d'Aweto. Après une baignade obligatoire, une clairière ombragée par un grand kapokier invite à un pique-nique, puis à une sieste réparatrice. En face de l'îlot de Meio se trouve l'îlot das Cabras (îlot des chèvres), avec sa grande plage de sable blanc couronnée par une végétation dense.

## ÎLE DE CAVALOS

C'est une île entourée par une plage sur toute sa circonférence, avec beaucoup de coquillages, qui permet de faire une balade à pied tranquille, à 360 degrés, le long de son périmètre de 6 km. Certaines roches sont peuplées de manguiers, qui affleurent tout juste à la surface à marée haute. L'intérieur de l'île, peuplé de palmiers et d'herbes hautes, est habité par une colonie de porcs sauvages. Elle dispose d'un très beau lac d'eau douce, lieu de nidification de nombreux oiseaux par excellence.





© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM

## ZONE MARINE COMMUNAUTAIRE PROTÉGÉE DES ÎLES DE FORMOSA, NAGO ET TCHEDIÃ (UROK)

Ce groupe d'îles dispose d'une superficie de 94 200 hectares et d'environ 2 572 habitants répartis en 33 tabancas, et jouit d'un immense patrimoine naturel, paysager, culturel et de traditions Bijagós. Vous trouverez ici, comme dans la majeure partie de l'archipel, d'immenses mangroves, des palmeraies et des eaux peu profondes qui rendent cette zone riche en mollusques d'une énorme importance en matière de ressources halieutiques. Les femmes se consacrent essentiellement à la récolte de coques et de couteaux de mer, très utilisés dans les cérémonies traditionnelles féminines, tandis que les hommes ont recours au poisson, pêché de façon traditionnelle et selon un régime de subsistance, pour leurs propres cérémonies. Les traditions Bijagós sont très enracinées dans ces trois îles. Les cérémonies animistes y sont très fréquentes et sont réalisées avec des danses et des masques qui imitent les animaux les plus vénérés par la population, comme des têtes de vache, de taureau, de poisson-scie et de requin marteau, entre autres. L'activité principale de la population est l'agriculture (riz « m'pampam ») et l'élevage d'animaux. Le mode de vie, les petites plages et la beauté naturelle des lieux invitent à la découverte de ces îles.



### COMMENT S'Y RENDRE

Il est possible de prendre une pirogue motorisée depuis Bis-sau (peu conseillé) ou de recourir à des bateaux privés (prix à négocier).

145

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

## PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE



© STAND UP MEDIA / MIKE MARROUIM

146

RÉGION DE BOLAMA ET BIJAGÓS

**Titre:** LA CONSERVATION ET LE DÉVELOPPEMENT DES ÎLES UROK – PROJETS “UROK OSHENI!”, “BEMBA DI VIDA!” ET “ETIKAPUN N’HA – UROK”

**Partenaire d'exécution:** Instituto Marqués de Valle Flor (IMVF), En partenariat avec Tiniguena – Esta Terra é Nossa!

**Contribution de l'UE :** 1 841 715 EUR

**Période:** 2010 - 2013 | 2013 - 2016 | 2016 - 2020

**Région:** Bolama-Bijagós - Iles Urok

### Description:

Plusieurs projets ont contribué à la conservation des ressources naturelles et le développement économique et social des îles Urok, y compris la sauvegarde de la culture Bijagó. Ces projets renforcent le système de gestion participative de l'aire marine protégée communautaire (AMPC) et contribuent à sauver et valoriser le patrimoine culturel local ainsi qu'à accroître les possibilités économiques pour les populations dans une zone particulièrement isolée, notamment en développant les produits de la terre. On estime qu'environ 34 000 des habitants des îles bénéficient de ces interventions.

Aujourd'hui, les produits sous la marque “Produtos da Terra e do Mar” peuvent être trouvés dans le magasin “Lojinha da Terra”, au siège de l'ONG Tiniguena, à Bissau. Un inventaire du patrimoine architectural des îles a été publié dans le livre “Bijagós - Património Arquitectónico”, par Rodrigo Duarte Pape et Rebelo de Andrade, avec des photographies de Francisco Nogueira.

Plus d'informations: [www.imvf.org](http://www.imvf.org) et [www.tiniguenagb.org](http://www.tiniguenagb.org)



© JORGE HORTA

ÁFRICA PRINCESS

## CIRCUIT DANS L'ARCHIPEL DES BIJAGÓS

Il est possible d'effectuer un circuit dans l'archipel des Bijagós sur un bateau de croisière AFRICA PRINCESS - ce bateau a une capacité de 8 passagers (deux cabines doubles et cabines familiales). Le circuit permet de découvrir

les îles les plus sauvages de l'archipel et adapte la visite au désir des touristes.

Tél.: (+351) 917 224 936

E-mail: [africa.princess.bijagos@gmail.com](mailto:africa.princess.bijagos@gmail.com)

Page: [www.africa-princess.com](http://www.africa-princess.com)

## ÎLES DE L'ARCHIPEL DES BIJAGÓS AVEC DES CLUBS DE PÊCHE

Dans certaines îles des Bijagós, il est possible de trouver des petits campements de pêche avec une flotte de ba-

teaux qui vous permettent de profiter de quelques jours de pêche et des excursions dans l'archipel.

### ÎLE DE UNHOCOMOZINHO

#### ANCURAI

Atlantic Evasion Acunda

Tél.: (+22) 338 207 675

E-mail: [contact@atlantic-evasion.com](mailto:contact@atlantic-evasion.com)

### ÎLE D'ANGURUMA

#### AFRIKAN ECOLOGE ANGURMAN

Page: [www.afrikanecolodgeangurman.com](http://www.afrikanecolodgeangurman.com)

147

# MANUEL DE SURVIE



Le touriste qui décide de se rendre en Guinée-Bissau doit s'assurer de disposer d'informations à jour sur la situation dans le pays et son contexte régional. À cet effet le touriste peut consulter les informations mises à la disposition des voyageurs par les entités gouvernementales responsables des relations extérieures dans son pays d'origine.

## CONSEILS AUX VOYAGEURS DES ÉTATS MEMBRES DE L'UNION EUROPÉENNE REPRÉSENTÉS EN GUINÉE BISSAU:

### ESPAGNE

[www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasALExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?1dP=79](http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasALExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?1dP=79)

### FRANCE

[www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/guinee-bissau/#securite](http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/guinee-bissau/#securite)

### PORTUGAL

[www.portaldascomunidades.mne.pt/pt/conselhos-aos-viajantes/g/196-gw](http://www.portaldascomunidades.mne.pt/pt/conselhos-aos-viajantes/g/196-gw)

## QUAND S'Y RENDRE

La meilleure époque pour voyager en Guinée-Bissau se situe entre les mois de novembre et d'avril, saison sèche qui permet de circuler plus facilement dans le pays. À cette saison, les mois les plus frais sont ceux de décembre et janvier et les plus humides et chauds

sont ceux de mars, avril et mai. La saison des pluies a lieu entre mai et octobre, et sur l'archipel des Bijagós, certaines unités hôtelières sont fermées à cette période. Les marées et les tempêtes ne sont pas propices à de grandes traversées maritimes en petits bateaux durant cette période et sur la partie continentale, beaucoup de routes sont impraticables à cause des fortes pluies.

## VISAS ET PASSEPORT

Un visa est obligatoire et doit être sollicité en ligne sur le site [www.rgb-visa.com](http://www.rgb-visa.com) ou à l'ambassade ou au consulat de Guinée-Bissau le plus proche du point de départ. Pour cela, il faut remplir un formulaire et remettre une photo. Le passeport doit avoir une validité supérieure à six mois.

## QUE PRENDRE DANS SA VALISE

Il est essentiel de prévoir du répulsif contre les moustiques, des vêtements légers, des chaussures confortables, une lampe torche, des lunettes de soleil, une protection solaire si vous allez sur les îles, sur les plages ou à la pêche. Lors des mois de pluie, un imperméable est indispensable. Le touriste doit être conscient des limites des soins de santé dans le pays, il est donc conseillé d'avoir des médicaments de base

essentiels ainsi que vos médicaments habituels. Par ailleurs, nous conseillons d'emporter des pastilles de désinfection de l'eau en cas d'absence d'accès à l'eau potable.

## PRÉCAUTIONS SANITAIRES

Vous devez faire une consultation pour voyageur avant votre départ. Le médecin analysera, selon les circonstances, la vaccination conseillée. Vous pouvez également consulter les informations mises à la disposition des voyageurs par les entités gouvernementales responsables des relations extérieures de votre pays d'origine. Faites surtout attention à la malaria. La malaria est une maladie parasitaire (causée par la piqûre de la femelle du moustique Anophèles) qui provoque de grandes fièvres accompagnées de frissons, de

forts maux de tête et de perturbations de la digestion et qui peut provoquer la mort si elle n'est pas correctement soignée. Pour éviter les piqûres, il vous faudra utiliser des moustiquaires imprégnées ou non d'insecticides, des vêtements qui protègent les jambes et les bras et utiliser du répulsif, principalement au lever du soleil et à la tombée de la nuit. En Guinée-Bissau, il est conseillé de consommer l'eau en bouteille.

## HÔPITAUX

Dans tous les hôpitaux, la capacité de réponse est très limitée par manque de moyens de diagnostic et de médecins spécialisés. Il est conseillé d'avoir une assurance santé avant de se rendre en Guinée-Bissau, comprenant le rapatriement en cas de maladie ou accident.

## HÔPITAUX À BISSAU

### HOSPITAL NACIONAL SIMÃO MENDES

Rua Pansau na Isna. Hôpital de référence, mais avec peu de spécialités.

### HOSPITAL PRINCIPAL MILITAR "AMIZADE SINO-GUINÉ-BISSAU"

Sur la route qui relie Bissau à l'aéroport, au carrefour BCEAO. Hôpital avec diverses spécialités.

### HOSPITAL DE BÔR

Route de Bôr, spécialisé en pédiatrie.  
Tél.: (+245) 966 761 059

### CLÍNICA ARTEMÍSIA

Entre l'aéroport et Safim. Diverses spécialités.  
Tél.: (+245) 966 538 322 | 955 995 224

### CENTRE MÉDICAL CASA EMANUEL

Dentiste.  
Aña - Bissau. Tél.: (+245) 966 672 110

### HOSPITAL RAOUL FOLLEREAU

Route qui relie Bissau à l'aéroport en face de la grande mosquée.  
Spécialisé dans la tuberculose.  
Tél.: (+245) 966 368 201

### CLÍNICA MADRUGADA, MISSÃO CATÓLICA

Bairro da Antula. Diverses spécialités.  
Tél.: (+245) 955 391 667

### CLÍNICA ALVALADE

Rua 5 de julho, Bissau.  
Tél.: (+245) 955 204 270 | 966 813 585

## HOSPITAL DE CUMURA

Missão Católica de Cumura, Cumura, Secteur de Prábis, Région de Biombo.  
E-mail: apesricardo@gmail.com

## NÔLAB – LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria. Bairro da Penha, Bissau.  
Tél.: (+245) 956176692 | 959 018 981

## PHARMACIES

Nous n'indiquons ici que les pharmacies à Bissau qui vendent des médicaments importés d'Europe, même s'il est possible de trouver de nombreuses autres pharmacies proposant des produits d'origines diverses.

### PHARMACIE SALVADOR

Avenida Francisco Mendes

### PHARMACIE MODERNA

Bissau Velho

### PHARMACIE MOÇAMBIQUE

Rua de Cabo Verde

### PHARMACIE MAIMUNA

Près de l'hôpital national Simão Mendes

### PHARMACIE RAMA

Rua Eduardo Mondlane

### PHARMACIE NACIONAL

Route de Bôr

### PHARMACIE PORTUGAL

Près de l'hôtel Malaika

150

MANUEL DE SURVIE

## SÉCURITÉ

Le niveau de criminalité dans la ville de Bissau est plus bas que dans les autres grands villes ou capitales du monde mais il faut malgré tout respecter quelques règles basiques de prudence comme les promenades à pied à la tombée de la nuit ou la nuit, car les rues sont obscures, il y a peu ou pas d'éclairage public et il est également peu recommandé de porter des objets de valeur ou d'avoir un appareil photo ou un téléphone mobile trop visible, notamment au marché de Bandim. À Bissau, la police est très active en journée, mais ce sont essentiellement des

policiers de la brigade de la route qui occupent les rues. Il y a de nombreux postes de police, répartis dans la ville et dûment signalisés. Cambriolages, enlèvements et autres crimes ne sont pas fréquents à Bissau. Dans le reste du pays, les vols sont très rares. Les gens sont très hospitaliers et prêts à aider quand ils croisent des touristes. Les voyages hors de Bissau doivent être effectués le jour, car les routes et les bourgades ne sont pas éclairées et la nuit, il pourrait être très difficile d'obtenir de l'aide.

## IDENTIFICATION PERSONNELLE

Le passeport et tous les objets de valeur doivent être conservés dans le coffre de l'hôtel. Lors de sorties, le touriste doit se munir d'une copie du passeport.

## FUSEAU HORAIRE

Fuseau horaire GMT : +00:00.

En Guinée-Bissau, il n'y a pas d'heure d'été et d'heure d'hiver. Par rapport au Portugal, l'heure est la même en hiver et il y a une heure de différence en été.

## ÉLECTRICITÉ ET EAU

Le courant électrique du pays est de 220volts. La fourniture en électricité existe essentiellement dans la capitale, bien qu'elle soit encore irrégulière. Le reste du pays ne dispose pas de réseau électrique public et l'on a toujours recours à des générateurs, même si l'énergie solaire commence à se généraliser.

## MONNAIE LOCALE

La monnaie en Guinée-Bissau est le Franc CFA. Le taux de change est fixe, 1 euro = 655,957 francs CFA. Les pièces sont de 25, 50, 100, 200, 250 et 500 F et les billets sont de 500, 1 000, 2 000, 5 000 et 10 000 F.

## BANQUES

Les banques sont peu nombreuses à Bissau, tout comme les distributeurs de billets. Il est peu commun d'utiliser des cartes de crédit ou de débit et le paiement par carte n'est pas possible dans les établissements commerciaux ou les restaurants. Il est fortement conseillé de se munir d'argent liquide et de le changer localement. Dans certaines localités, il y a des agences bancaires, mais presque pas de distri-

buteurs automatiques de billets ni de paiement par carte, ce qui signifie qu'il faut prévoir de l'argent liquide pour les déplacements.

## BANCO DA ÁFRICA OCIDENTAL

**Bissau:** Rua Guerra Mendes, Nº 18 A  
C.P. 1360 – Tél.: (+245) 955 804 292  
E-mail: bao@baogb.com

**Saïm:** Estação de combustível da Petromar – Tél.: (+245) 320 34 18 | 19  
E-mail: bao@baogb.com

**Canchungo:** Avenida Titina Sila  
Tél.: (+245) 320 34 18  
E-mail: canchungo@bancodafricaocidental.com

**São Domingos:** Estrada de Djegui  
Tél.: (+245) 320 34 18 | 19  
Email: bao@baogb.com

**Bafata:** Estrada de Gabu, Bairro Banculé  
Tel (+245) 320 34 18  
Email: bafata@bancodafricaocidental.com

**Gabú:** Estrada de Sonaco, Avenida Selo Coiada  
Tel (+245) 351 18 41  
Email: gabu@bancodafricaocidental.com

## BANCO DA UNIÃO

Av. Domingos Ramos Nº 33, Bissau  
E-mail: info@bdu-sa.com

## ORABANK

Rua Justino Lopes, 70/70-A  
Apartado 391-1300, Bissau

## ECOBANK

Avenida Amílcar Cabral, B.P. 126, Bissau  
E-mail: ecobankgw@ecobank.com

## BANQUE ATLANTIQUE

Avenida Pansau na Isna, Bissau  
Tél.: (+245) 956 000 108

## COMMUNICATIONS : RÉSEAUX DE TÉLÉPHONE MOBILE ET INTERNET

L'indicatif international de la Guinée-Bissau est le (+245). Il n'existe pas actuellement dans le pays de réseau de téléphone fixe. Il y a deux opérateurs de téléphone mobile qui couvrent une grande partie du territoire – Orange et MTN – et fournissent également l'accès à internet. Une couverture 3G a récemment commencé à être mise en oeuvre dans quelques rares endroits du pays, et même un réseau 4G à Bissau. Internet, malgré son évolution, continue à être lent et sujet à des interruptions. Sur la Place des Héros Nationaux et dans le jardin Titina Silá, il est possible d'accéder à un réseau WiFi gratuit. Il existe de nombreux cybercafés à Bissau et dans les centres urbains du pays.

## INFORMATIONS VOYAGES : COMPAGNIES AÉRIENNES INTERNATIONALES

La Guinée-Bissau ne dispose pas de compagnie nationale et seules des compagnies aériennes internationales font la liaison entre Bissau et le reste du monde.

152

MANUEL DE SURVIE

### TAP AIR PORTUGAL

Trois vols par semaine depuis Lisbonne.  
Praça dos Heróis Nacionais, 14, CP131, Bissau  
E-mail: reservas@tap.pt

### EUROATLANTIC AIRWAYS

Un vol par semaine depuis Lisbonne.

**Lisboa:** Av. João XXI, Loja 11D.  
Tel. (+351) 218 437 040  
E-mail: reservaslis@euroatlantic.pt

**Bissau:** Edifício dos transportes. Rua Vitorino  
Costa, Caixa postal 777  
Tél.: (+245) 955 361 081 | 955 805 005

Page: [www.flyeuroatlantic.pt](http://www.flyeuroatlantic.pt)  
E-mail: [reservationsoxb@euroatlantic.pt](mailto:reservationsoxb@euroatlantic.pt)

### ROYAL AIR MAROC

Nombreux vols par semaine depuis Casablanca  
Page: [www.royalairmaroc.com](http://www.royalairmaroc.com)  
E-mail: [callcenter@royalairmaroc.com](mailto:callcenter@royalairmaroc.com)

### ASKY

Relie Bissau à diverses capitales africaines.  
Av. Domingos Ramos Ns19A / 21B, Bissau  
E-mail: [oxbkpcto@flyasky.com](mailto:oxbkpcto@flyasky.com)

### TRANSAIR

Fait la connexion entre Bissau et Dakar  
Tel. / (+221) 338 652 565 | 338 683 101  
Page: [www.groupetransair.sn](http://www.groupetransair.sn)

### ARC EN CIEL

Compagnie de taxi aérien depuis Dakar. Aéroport  
International Léopold Sédar Senghor, BP29212,  
14524 Dakar-Yoff, Senegal  
Tél.: (+221) 338 202 467  
Page: [www.arcenciel-aviation.com](http://www.arcenciel-aviation.com)

# AGENCES DE VOYAGES

## SATGURU

Av. Domingos Ramos, Bissau  
Tél.: (+245) 955 804 857  
| 966 103 840  
E-mail: salesoxb@satguruun.com

## AGÊNCIA SAGRES

Av. Amílcar Cabral n°8/A  
CP 329 Bissau  
Tél.: (+245) 955 804 092  
| 966 615 150

## GUINÉ TOURS

Rua Mariem n°Guabi N° 8c  
CP - 170, Bissau  
Tél.: (+245) 966 672 783  
E-mail: guinetoursbissau@hotmail.com

## AUTO PORT BISSAU

Tél.: (+245) 955 920 992  
E-mail: autoportbissau@hotmail.com  
| autoportbissau@gmail.com

## ROUMIEH TRAVEL

Sr. Mohamed Surur  
Tél.: (+245) 955 518 888  
| 966 777 333

## VIFER

Tél.: (+245) 966 623 222  
| 955 953 848

## OSSEH'MENE TOURS & SOUVENIRS

Tél.: (+245) 955 359 818  
| 969 271 705

## CARRENE TOURS

Rua António n°Bana, Bissau  
Velho  
Tél.: (+245) 955 979 393

## GALINA TOURS

Rua Omar Torrijos, Bissau

## CREOLA TRAVELS

Av. Domingos Ramos, 37,  
Bissau  
Tél.: (+245) 955 986 262  
| 959 223 535 | 959 512 127  
| 966 644 747  
E-mail: travelcreola@gmail.com

## CINDERELLA TRAVEL & TOURS

Rua Justino Lopes, Chão de Pa-  
pel Varela, Bissau  
Tél.: (+245) 955 130 272|3|4  
E-mail: cinderella.oxb@hotmail.com

## ESA VIAGEM

Rua Angola, Chão de Papel,  
Ap. N° 08, Bissau  
Tél.: (+245) 95 580 41 95

## CUBITE TOUR

Av. Osvaldo Vieira, Bissau  
Tél.: (+245) 95 575 41 13



HOTEL PONTA ANCHACA RUBANE

© AFECTOS COM LETRAS

## CONDITIONS GÉNÉRALES DE LOGEMENT

Les hôtels en Guinée-Bissau ne sont pas encore soumis à des critères d'évaluation uniformes, la législation est en préparation, donc chaque unité hôtelière prend l'initiative de s'évaluer et d'afficher des étoiles qu'elle estime appropriées pour l'équipement mis à la disposition de leurs clients. Dans la ville de Bissau et dans une partie de l'archipel des Bijagós on trouve des hôtels offrant des services de qualité, qui peuvent même correspondre à quatre ou cinq étoiles selon les normes internationales.

## ROUTES DU PAYS

Le pays a un réseau de routes bitumées d'environ 800 kilomètres. Il faut utiliser des pistes pour se rendre dans la plupart des endroits référencés dans ce guide. Pendant la saison des pluies, de Mai à Octobre, ces pistes ne sont guère praticables et on conseille l'utilisation de véhicules 4x4 et tout terrain. Pendant la saison sèche, il est recommandé de ne pas dépasser les 50 km/h en raison de l'irrégularité du sol. Les pompes à essence sont rares dans le pays et il est donc nécessaire de faire le plein d'essence avant de quitter la capitale et de s'assurer que cela est suffisant pour la route programmée.

## MOYENS DE TRANSPORT

**TOCA-TOCA** - c'est la façon la plus économique de voyager à Bissau et dans les localités avoisinantes. C'est un minibus d'une capacité de 20 passagers (il est parfois bien plus rempli) et qui s'arrête là où les passagers veulent descendre ou monter. Le tarif officiel fixe est de 150 francs CFA par trajet.

### **BUS VERTS DE TRANSPORT URBAIN**

- ils font la liaison entre plusieurs quartiers de Bissau et les villages voisins. Le prix actuellement en vigueur est de 150 francs CFA pour le circuit Aéroport - Matadouro.

**TAXIS** - de l'aéroport vers Bissau, vous trouverez des taxis bleus et blancs qui vous proposent de vous emmener en ville, même lorsque vous arrivez par un

vol de nuit. Le tarif n'est pas fixe et varie entre 3 000 francs CFA (le jour) et 5 000 francs CFA (la nuit), bagage inclus, pour faire le trajet jusqu'au centre de la ville de Bissau. Pour les voyages à l'intérieur de Bissau, comme il n'y a pas de compteurs, il vous faudra négocier le prix avant le début du trajet. Attention, à Bissau, les taxis sont collectifs, ce qui signifie qu'ils prennent et déposent des passagers là où ceux-ci se trouvent ou veulent descendre. Ils sont également souvent en mauvais état. Selon les trajets que vous souhaitez faire en ville, les prix varient entre 250 francs CFA et 1000 francs CFA. Une solution pour celui qui ne dispose pas de moyen de transport personnel durant son séjour : négocier avec un taxi un prix par jour pour les circuits que vous désirez effectuer ou avoir un contact fixe pour les déplacements nocturnes.

**AUTOCAR** - pour vous déplacer de Bissau vers les villes ou régions du pays, vous pouvez opter pour le service de transport collectif qui se prend près du Ledger Plaza Hotel Bissau, sur la route qui relie l'aéroport à la ville de Bissau. Ces autocars s'arrêtent dans les villes jusqu'à leur destination finale et les prix varient en fonction de la distance. Ces prix sont très accessibles.

**"SETE PLACE"** - c'est un moyen de transport alternatif pour rejoindre d'autres villes ou régions du pays. Comme son nom l'indique, c'est une voiture de 7 places, qui ne fonctionne habituellement que quand elle dispose de 7 passagers. C'est une option pour se rendre à Ziguinchor ou Dakar.

**“CANDONGA”** - minibus d'une capacité de 20 personnes qui réalisent des trajets inter-régionaux. Dans ces véhicules, peu sûrs, on transporte un peu de tout : des personnes, des fruits, des équipements pour la maison, des meubles, des vaches, des chèvres, etc.

**LOUER UNE VOITURE** peut être une solution, mais nous suggérons de disposer d'un chauffeur et nous attirons votre attention sur le manque de signalisation dans le pays et sur la difficulté à obtenir dans bien des cas des informations au sujet de la direction à prendre auprès de la population locale. Il n'y a qu'à Bissau et sur la route de Farim que l'on peut parler de signalisation claire. Il faut redoubler d'attention sur les routes de Guinée-Bissau, car celles-ci sont très fréquemment traversées par des chèvres, des poules, des vaches ou des porcs, ce qui peut provoquer des accidents. Des fichiers GPS des routes de Guinée-Bissau sont disponibles.

## TRANSPORTS MARITIMES

Pour se rendre sur les îles Bijagós, il y a deux bateaux de transport public, qui partent de Bissau vers Bubaque et Bolama. Les heures de départ et d'arrivée varient en fonction des marées et nous vous conseillons de vous rendre au port la veille : vous y trouverez normalement une affiche indiquant la destination et l'horaire de départ du bateau. Ces bateaux proposent deux types de billets - pour les nationaux ou résidents en Guinée-Bissau et pour les touristes. Plus d'informations peuvent être obtenues sur la page Web de la société:

CONSULMAR BISSAU, PORTO CAIS VELHO  
tel (+245 969 025 555 | 955 707 095 | 955 537 763  
E-mail: [bissau@consulmar.gw](mailto:bissau@consulmar.gw)  
Page: [www.consulmar.gw](http://www.consulmar.gw)

Une autre alternative, mais qui n'est pas recommandée de notre point de vue à cause du danger qu'elle représente, est de recourir à des canoés et des pirogues motorisées qui font la liaison vers certaines îles, avec des trajets, des durées et des fréquences variables et adaptés au désir des passagers. Enfin, il y a aussi des bateaux privés au port, qui peuvent être loués pour un prix à négocié, conseillés pour les grands groupes. Ces bateaux sont équipés de radio et de gilets de sauvetage pour tous les passagers.

## VOCABULAIRE CRÉOLE ESSENTIEL

Même si la langue officielle est le portugais, il est très fréquent d'entendre vos interlocuteurs Bissau-guinéens parler créole, car ils ne dominent pas toujours le portugais. Nous indiquons ici quelques-unes des expressions les plus connues et les plus utilisées au quotidien. Pour approfondir votre connaissance de la langue, nous suggérons la consultation du dictionnaire guinéen-portugais du missionnaire italien Luigi Scantamburlo.

COMMENT ALLEZ-VOUS ?	<i>Kuma ku bu sta?</i>
JE VAIS BIEN.	<i>Ami sta dritu.</i>
COMMENT VA LA SANTÉ?	<i>Kuma di kurpu?</i>
TOUT VA BIEN.	<i>Alin'li</i>
COMMENT T'APPELLES-TU ?	<i>Kuma ki bu nómi?</i>
D'OÙ VIENS-TU ?	<i>Di nunde cu bim?</i>
OÙ SE TROUVE L'HÔPITAL ?	<i>Nunde ki hospital?</i>
J'AI BESOIN D'AIDE.	<i>Nmiste pa bu djudan.</i>
OÙ SE TROUVE L'HÔTEL ?	<i>Nunde ki hotel?</i>
OÙ SE TROUVE LA STATION DE TAXIS ?	<i>Nunde cum pude otcha taxi?</i>
QUEL EST LE PRIX DU TAXI ?	<i>Taxi i cantu?</i>
AMENEZ-MOI À L'HÔTEL.	<i>Lebam pa hotel.</i>
OÙ SE TROUVE LA CATHÉDRALE?	<i>Na busca nunde ki catedral</i>
SE TROUVE PRÈS/ SE TROUVE LOIN.	<i>I perto / I lundju</i>
COMMENT ME RENDRE AU CENTRE-VILLE?	<i>Kuma k'un pudi tchiga praça?</i>
OÙ SE TROUVE LE POSTE DE POLICE ?	<i>Nunde ki policia?</i>
COMBIEN DOIS-JE PAYER ?	<i>Canto cun ten cu paga?</i>
QUELLE HEURE EST-IL ?	<i>Difabur contan hora.</i>
VOULEZ-VOUS DANSER ?	<i>Bu misti badja?</i>
ON S'EN VA.	<i>No na bai</i>
IL N'Y PAS DE PROBLÈME.	<i>Ka tem problema</i>

# REPRÉSENTATIONS DIPLOMATIQUES EN GUINÉE-BISSAU

## DÉLÉGATION DE L'UNION EUROPÉENNE

Bairro da Penha, CP 359, 1122 Bissau  
Tél.: (+245) 966 976 649  
E-mail: [delegation-guinee-bissau@eeas.europa.eu](mailto:delegation-guinee-bissau@eeas.europa.eu)  
Page: [eeas.europa.eu/delegations/guinea-bissau\\_pt](http://eeas.europa.eu/delegations/guinea-bissau_pt)

## AMBASSADE D'ESPAGNE

R. General Omar Torrijos CP n.º. 359, Bissau  
E-mail: [emb.bissau@maec.es](mailto:emb.bissau@maec.es)

## AMBASSADE DE FRANCE

Av. Combatentes da Liberdade da Pátria  
Bairro da Penha, CP 195, 1011 Bissau  
Tel. (+245) 955 393 280

## AMBASSADE DU PORTUGAL

Av. Cidade de Lisboa, CP 76, 1021 Bissau  
E-mail: [bissau@mne.pt](mailto:bissau@mne.pt)

## CONSULAT DU PORTUGAL

Avenida Cidade de Lisboa, Bissau  
E-mail: [mail@bissau.dgaccp.pt](mailto:mail@bissau.dgaccp.pt)  
Page: [www.consulado-pt-gb.org](http://www.consulado-pt-gb.org)

## AMBASSADE DU NIGÉRIA

Avenida 14 de novembro, n.º 6, CP 199, Bissau

## AMBASSADE DE RUSSIE

Bairro da Penha, Bissau  
E-mail: [russiagb@eguitel.com](mailto:russiagb@eguitel.com)

## AMBASSADE D'AFRIQUE DU SUD

Av. Amílcar Cabral, Bissau  
E-mail: [bissau@foreign.gov.za](mailto:bissau@foreign.gov.za) | [bissau@dirco.gov.za](mailto:bissau@dirco.gov.za)

## AMBASSADE DE GUINÉE - CONAKRY

Rua Marien N'Gouabi, Bissau  
E-mail: [ambaguibissau@mae.gov.gn](mailto:ambaguibissau@mae.gov.gn)

## AMBASSADE DE CHINE

Bairro da Penha, C. P. 6, Bissau

## AMBASSADE DE CUBA

Rua Joaquim N'Com, Bissau

## AMBASSADE DU BRÉSIL

Rua de São Tomé, Bissau

## AMBASSADE D'ANGOLA

Av. Francisco Mendes, CP132  
Antigo Bissau Palace Hotel, Bissau

## AMBASSADE DU SÉNÉGAL

R. General Omar Torrijos, 63  
CP 444, Bissau

# REPRÉSENTATIONS DIPLOMATIQUES DE GUINÉE-BISSAU DANS LES PAYS DE L'UNION EUROPÉENNE

## ALLEMAGNE – AMBASSADE

Kronenstrasse 72 10117 Berlin  
Tél.: (+49) 30 20 65 81 58  
E-mail: [info@botschaft-guinea-bissau-berlin.de](mailto:info@botschaft-guinea-bissau-berlin.de)  
Page: [www.botschaft-guinea-bissau-berlin.de](http://www.botschaft-guinea-bissau-berlin.de)

## BELGIQUE – AMBASSADE

Boulevard Brand Whitlock, n.º 114, 1200 Bruxelles  
Tél.: (+32) 2 733 22 06

## ESPAGNE – AMBASSADE

Avenida da América n.º 16-1.º Dto.  
28028 Madrid  
Tél.: (+34) 91 726 60 87 | 639 272 045  
E-mail: [embaixada.guinebissau@gmail.com](mailto:embaixada.guinebissau@gmail.com)

## FRANCE – AMBASSADE

Rue Saint-Lazare 75009 Paris  
Tél.: (+33) 1 45 261 851

## PORTUGAL – AMBASSADE

R. Alcolena 17, Lisboa  
Tél.: (+351) 213 009 080



© AFFECTOS.COM/LETRAS

## MÉDIAS

La radio est le moyen de communication par excellence en Guinée-Bissau et le principal véhicule d'informations. Il est commun de voir des gens dotés de radio à piles écouter les informations et commenter tranquillement l'actualité du pays. C'est à la radio que sont transmises toutes les communications importantes des autorités, que l'on annonce les morts, les événements, les guérisseurs et leurs remèdes, les objets perdus et trouvés. Les radios les plus connues sont la Radiodifusão Nacional de Guinée-Bissau, Radio Galáxia do

Pidjiguiti, Radio Bombolom, Radio Jovem ou Radio Sol Mansi. Au-delà de ces radios, il existe des dizaines de radios communautaires dans le pays, qui sont bien souvent le seul moyen de contact avec ce qui se passe en Guinée-Bissau et dans le monde. En matière de presse écrite, on trouve quelques publications vendues dans les rues et les cafés de Bissau par des vendeurs de journaux, notamment le Nô Pintcha, la Gazeta de Notícias, O Democrata, le Diário de Bissau, Os Donos da Bola ou le journal Última Hora.

# GLOSSAIRE

## **RIZ DE M'PAMPAM**

Riz de zones irriguées ou riz des plateaux.

## **BOLANHA**

Rizière. Grand terrain marécageux, généralement près d'un fleuve, où l'on cultive ou l'on peut cultiver du riz.

## **BOLANHAS DE LALA**

Riziculture en eau douce.

## **BOMBOLOM**

Tambour de grandes dimensions, fabriqué à partir d'un tronc d'environ 1,5 m, creusé dans le sens de la longueur de façon à ne laisser qu'une fente d'ouverture, sur laquelle on tape avec des baguettes pour transmettre des messages, surtout des avis de décès.

## **COMBÉ**

Mollusque bivalve d'eau salée, coque.

## **CHORO**

Rituel de funérailles. Cérémonie qui réunit la famille et les amis du mort. Durant une semaine, ils boivent et mangent, dans un moment de joie fêtant le départ de l'esprit qui se libère du corps, très souvent au son d'un bombolom donnant naissance à de véritables moments de transe.

## **TOCA-CHORO**

Cérémonie d'invocation de l'esprit du mort, réalisée un an ou plus après le décès. La famille et les amis amènent des aliments et des animaux à sacrifier durant plusieurs jours de fêtes et de communion.

## **FANADO**

Rituel d'initiation qui prépare les jeunes à la vie adulte, à la responsabilité sociale, au contact avec les anciens et qui les autorise à assurer la continuité de la culture de leur peuple. Elle désigne également la circoncision et l'excision, cette dernière étant interdite en Guinée-Bissau depuis 2011.

## **GUMBÉ**

Style musical urbain typiquement guinéen/africain. Mélodie qui accompagne les poèmes des troubadours et qui est née de la fusion de la musique créole et de la musique native. Le Gumbé est né au début de la Seconde Guerre mondiale.

## **IRĀ**

Terme commun pour indiquer divers symboles et personnages des croyances traditionnelles africaines, distincts de l'être suprême.

## **MANCARRA**

Arachide, cacahuète.

## **TABANCA**

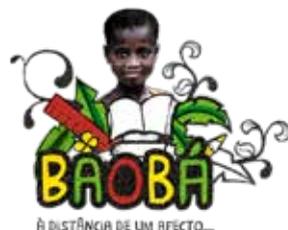
Village, bourgade.

# PROJETS DE L'ONGD AFECTOS COM LETRAS EN GUINÉE-BISSAU

## PROJET BAOBÁ

Parrainage des classes des écoles soutenues par L'ONGD Afectos com Letras en Guinée-Bissau.

Informations: [www.afectoscomletras.blogspot.com](http://www.afectoscomletras.blogspot.com)



## ÉCOLE DE DJOLÓ, SÃO PAULO

La construction de cette école en 2010 a été cofinancée par Afectos com Letras. Elle compte 125 enfants de 3 à 7 ans, 6 professeurs et une cuisinière dont les salaires sont payés par l'ONGD Afectos com Letras. L'école est gérée par la Mission des Sœurs Adoratrices du Sang du Christ. Afectos com Letras a équipé cet espace avec des panneaux solaires, un puits, une aire de jeux, du matériel didactique et des jouets.



ÉCOLE DE DJOLÓ, SÃO PAULO

## CRÈCHE "FÁ DI VARELA", VARELA

Inaugurée en mars 2012, cette crèche a été cofinancée par Afectos com Letras et est fréquentée par 80 enfants entre 3 et 6 ans. L'ONGD assure le paiement des professeurs, a équipé l'espace avec des meubles et des jouets et fournit ponctuellement un soutien alimentaire et du matériel didactique.



CRÈCHE "FÁ DI VARELA", VARELA

## BIBLIOTHÈQUE AFECTOS COM LETRAS, CANCHUNGO

Créée en 2012 à Bissau, et récemment transférée à Canchungo, cette bibliothèque publique dispose de 12.000 livres mis à disposition de ses lecteurs et deux ordinateurs avec accès internet. Elle se trouve dans la Direction Régionale de Santé de Canchungo et est ouverte de 8 h à 16 h, du lundi au vendredi.



BIBLIOTHÈQUE AFECTOS COM LETRAS,  
CANCHUNGO



ÉCOLE LASSANA CASSAMÁ, QUELELÉ, BISSAU

© AFFECTOS COM LETRAS

### ÉCOLE LASSANA CASSAMÁ, QUELELÉ, BISSAU

Construite par l'ONGD Afectos com Letras en avril 2014, elle compte 310 élèves de l'enseignement préscolaire jusqu'à la quatrième année. Elle fonctionne sous un régime d'école communautaire, les chargés d'éducation contribuant financièrement au paiement des douze professeurs qui y enseignent et à l'alimentation des enfants.



ÉCOLE TÂNIA TEIXEIRA, MARU BAGUÉ, BAFATÁ

© AFFECTOS COM LETRAS

### ÉCOLE TÂNIA TEIXEIRA, MARU BAGUÉ, BAFATÁ

Construite par l'ONGD Afectos com Letras en novembre 2016, elle compte 115 élèves de l'enseignement préscolaire jusqu'à la quatrième année. Elle fonctionne sous un régime d'école communautaire, les chargés d'éducation contribuant financièrement au paiement des deux professeurs qui y enseignent.



PROJET "LER É UM PRAZER"

© AFFECTOS COM LETRAS

### PROJET "LER É UM PRAZER"

(Lire est un plaisir) – fourniture gratuite des livres dans les mini bibliothèques installés dans les jardins de la capitale et dans d'autres régions de la Guinée- Bissau.



DECORTIQUEUSE DE RIZ

© AFFECTOS COM LETRAS

### DES MACHINES DECORTIQUEUSES DE RIZ A BARAMBE, BLEQUISSE ET ILE DE JETA

L'ONGD Afectos com Letras a mis à disposition des communautés locale trois décortiqueuses de riz pour décortiquer leur riz et économiser de cette façon de nombreuses heures par jour de travail manuel, des heures pouvant être consacrées à d'autres activités économiques tout en obtenant un riz à la valeur nutritionnelle supérieure.



DISTRIBUTION DES BIENS PAR LES VOLONTAIRES DE L'ONGD

© AFFECTOS COM LETRAS

### AUTRES FORMES D'AIDE:

Soutien régulier à l'Orphelinat Bethel (Bissau) et ponctuel à d'autres orphelinats (Bambaram, Ninho da criança). Donation de médicaments aux hôpitaux et fournitures scolaires à différentes écoles.



# NOTE FINALE

Nous vous proposons cette deuxième édition révisée et mise à jour du Guide « À la découverte de la Guinée-Bissau » avec le même enthousiasme et le même engagement qu'il y a deux ans, au début de cette aventure, pour rassembler dans un seul livre les beautés cachées et souvent inconnues de la Guinée-Bissau.

La première édition a été un laboratoire d'expériences dans lequel nous avons pu répondre à la curiosité des touristes, des potentiels investisseurs cherchant des informations sur les caractéristiques générales du pays et même des Bissau-Guinéens, qui, pour la plupart, ne connaissent pas la Guinée-Bissau et ont pu trouver ici une compilation d'informations et d'images qui leur ont ouvert de nouveaux horizons et montré de nouvelles géographies dans leur propre pays.

Surtout, nous présentons une Guinée-Bissau positive et accueillante pour tous, où deux touristes comme nous peuvent voyager à travers tout le pays sans ennuis majeurs, craintes ou problèmes. La Guinée-Bissau est un pays qui réveille tous les sens du visiteur et à chaque fois. Dans ce paradis de la biodiversité, les couleurs qui traversent chaque chemin, l'odeur de la mangue ou de la noix de cajou, les textures de chaque « poilão » avec ses larges troncs, ou le « pano de pente » qui couvre de dignité le corps de son peuple, les sourires des enfants qui nous désarment avec leurs compliments, sont des expériences impossibles à vous transmettre par l'écriture ou l'image, mais qui tiennent à la vie elle-même. Ce Guide est une invitation à découvrir ces sensations uniques et inoubliables,

Cela n'aurait pas été possible sans le soutien de plusieurs amis bissau-guinéens que nous nous sommes faits au cours des années et qui nous ont donné des conseils cruciaux pour arriver à certains des lieux touristiques mentionnés dans le guide.

Enfin, nous tenons à adresser des remerciements particuliers à la délégation de l'Union européenne en Guinée-Bissau, qui a depuis le premier jour pris ce guide touristique sous son aile et nous a fourni tout le soutien nécessaire à sa concrétisation, en finançant les deux éditions de ce guide que nous vous présentons.

Bonnes promenades !

Les auteures,

***Joana Benzinho et Marta Rosa***





# PUBLICATIONS UTILES AUX TOURISTES

## **“AS ÁREAS PROTEGIDAS DA GUINÉ-BISSAU – GUIA DO ECOTURISMO”**

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)  
[www.ibapgbissau.org](http://www.ibapgbissau.org) | [ecoibap@gmail.com](mailto:ecoibap@gmail.com)

## **“PARQUE NATURAL DAS LAGOAS DE CUFA DA – MAPA TURÍSTICO”**

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)  
[www.ibapgbissau.org](http://www.ibapgbissau.org) | [ecoibap@gmail.com](mailto:ecoibap@gmail.com)

## **“PARQUE NACIONAL DE CANTANHEZ – MAPA TURÍSTICO”**

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)  
[www.ibapgbissau.org](http://www.ibapgbissau.org) | [ecoibap@gmail.com](mailto:ecoibap@gmail.com)

## **“PARQUE NATURAL DOS MANGROVES DO CACHEU – MAPA TURÍSTICO”**

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)  
[www.ibapgbissau.org](http://www.ibapgbissau.org) | [ecoibap@gmail.com](mailto:ecoibap@gmail.com)

## **“ARQUIPÉLAGO DOS BIJAGÓS – MAPA TURÍSTICO”**

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)  
[www.ibapgbissau.org](http://www.ibapgbissau.org) | [ecoibap@gmail.com](mailto:ecoibap@gmail.com)

# INDEX

<b>QUE VOIR EN</b>	8
<b>CIRCUITS EN VELO</b>	12
<b>PORTRAIT DE LA GUINÉE-BISSAU</b>	16
PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE	27
Aires Protégés Et Resilience Aux Changements Climatiques	27
GESTION TRANSPARENTE - Ressources Durables: Projet De Renforcement Des Capacités De La Société Civile Pour Le Suivi De La Gestion Des Ressources Naturelles En Guinée-Bissau	27
<b>LA GUINÉE-BISSAU TOUT AU LONG DE L'ANNÉE</b>	29
<b>LA GUINÉE-BISSAU PAR RÉGION ET SECTEURS</b>	30
<b>BISSAU</b>	31
PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE	35
OBSERVATOIRE DES DROITS - La Maison Des Droits	35
PARQUE EUROPA - LAGOA N'BATONHA - projet "Kau di catchu ku kau di pecadur"	43
NO CULTURA I NO RIQEZA -Promotion De L'économie Créative	43
CULTURA I NÓ BALUR - Une Stratégie D'éducation Pour La Culture En Guinée-Bissau	44
<b>RÉGION DE BIOMBO</b>	53
PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE	56
MULHERES+ - Valorisation Inclusive Et Solidaire De La Culture Guinéenne	56
<b>RÉGION DE CACHEU</b>	61
PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE	65
MÉMORIAL DE L'ESCLAVAGE ET DE LA TRAITE DES ESCLAVES DE CACHEU - Projets "Cacheu, Caminho De Escravos" Et "Cacheu Di Si Cultura I Istoria"	65
GESTION DURABLE DES RESSOURCES FORESTIÈRES DU PARC NATUREL DES MANGROVES DE CACHEU	68
<b>RÉGION DE OIO</b>	77
PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE	81
CENTRO CAMPONÉS DE DJALICUNDA - Projet " Firkidja Di Bida Digna Di Nô Mindjeres Ku Jovens I Produto Di Nô Tchon"	81
<b>RÉGION DE BAFATÁ</b>	85
PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE	89
BAFATÁ MISTI IAGU	89
TCHOSSAN SONINKÉ -Étoffes De Ponte Nova	91
BAMBADINCA STA CLARO - Programme Communautaire Pour L'accès Aux Énergies Renouvelables	93
<b>RÉGION DE GABÚ</b>	97
PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE	100
Conservation Par Les Communautés Des Valeurs Culturelles Et Naturelles Du Secteur De Boé	100

<b>RÉGION DE QUINARA</b>	105
PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE	108
Projet De Soutien Intégré Au Développement Rural Dans Les Régions De Bafatá, Quinara Et Tombali (Psidr)	108
<b>RÉGION DE TOMBALI</b>	111
PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE	117
ECOCANTANHEZ - Écotourisme Dans Le Parc National De Cantanhez	117
<b>RÉGION DE BOLAMA E BIJAGÓS</b>	119
ÎLE DE BOLAMA	119
ARCHIPEL DOS BIJAGÓS	124
ÎLE DE BUBAQUE	126
PROJETS FINANCÉS PAR L'UNION EUROPÉENNE	131
BUBAQUE VILLE OUVERTE	131
FESTIVALS DE CULTURE - Soutenir L'homme Et La Biosphère	132
ÎLE DE RUBANE	133
ÎLE DE CANHABAQUE	134
ÎLE DE SOGA	134
PARC NATIONAL D'ORANGO	135
ÎLE DE ORANGO	135
PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE	138
Renforcement Du Tourisme Naturel, Historique Et Culturel Comme Activité Économique Croissante Pour Le Développement De La Guinée-Bissau	138
ÎLE DE ORANGOZINHO	139
ILLES DE CARAVELA, CARACHE ET KERÉ	139
PARC NATIONAL MARIN DE JOÃO VIEIRA E DE POILÃO	142
ZONE MARINE COMMUNAUTAIRE PROTÉGÉE DES ÎLES DE FORMOSA, NAGO ET TCHEDIÁ (UROK)	145
PROJET FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE	146
LA CONSERVATION ET LE DÉVELOPPEMENT DES ÎLES UROK - PROJETS " UROK OSHENI! ", "BEMBA DI VIDAI!" ET " ETIKAPUN N'HA - UROK"	146
<b>MANUEL DE SURVIE</b>	148
<b>GLOSSAIRE</b>	159
<b>PROJETS DE L'ONGD AFECTOS COM LETRAS</b>	160
<b>NOTE FINALE</b>	162
<b>PUBLICATIONS UTILES AUX TOURISTES</b>	163

# INDEX ALPHABÉTIQUE

Anguruma (Île)	147	Nhampassaré	101
Archipel des Bijagós	124	Orango (Île)	135
Bafatá	85	Orangozinho (Île)	139
Bambandinca	92	Parc National des Lacs de Cufada	107
Biombo	53	Parc National Marin de João Vieira et de Poilão	142
Bissau	31	Parc National de Orango	135
Boé	101	Parc National des Forêts de Cantanhez	112
Bolama (Île)	119	Parcs Nationaux Dulombi et Boé	102
Buba	105	Prábis	58
Bubaque (Île)	126	Pecixe (Île)	70
Bula	71	Piquil	58
Cacheu	61	Poilão (Île)	142
Canchungo	69	Porto Gole	83
Canhabaque (Île)	134	Quinhamel	54
Capé	89	Rubane (Île)	133
Carache (Île)	139	Safim	59
Caravela (Île)	140	Saltinho	94
Caió	70	São Domingos	71
Cavalos (Île)	144	Soga (Île)	134
Cussilinta	94	Suru	58
Farim	77	Tabatô	90
Gabú	98	Tombali	111
Galinhas (Île)	124	Unhocomozinho (Île)	147
Guiledje	115	Varela	72
Îlot de Meio	144	Xitole	94
Jeta	70	Zone Marine Communautaire Protégée Des Îles De Formosa, Nago Et Tchediã (Urok)	145
João Vieira (Île)	143		
Kéré (Île)	141		
Mansoa	83		

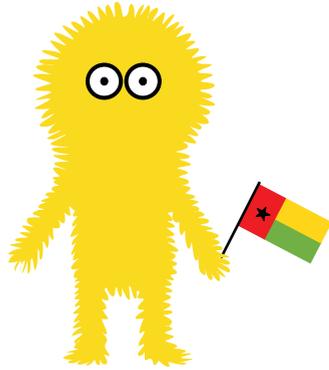












Le personnage nommé « Kankoo », de Nuno Tavares, a été créé à partir du Kankuran mythique, un être qui protège le Fanado, en particulier les jeunes qui accomplissent ce rite de passage à l'âge adulte dans la plupart des groupes ethniques et indépendamment de leur religion. Le rituel se pratique encore mais il ne suit plus les pratiques animistes ancestrales traditionnelles afin d'assurer sécurité, hygiène et dignité humaine aux jeunes qui y participent. Malgré les changements au fil des ans, le Kankuran demeure important et dans les tabancas, dans les villes et dans toutes les régions de Guinée-Bissau, il provoque toujours panique, peur et curiosité. Tout le monde connaît le Kankuran et aujourd'hui encore les enfants sont effrayés par cet être étrange, invasif et provocateur. La figure de Kankoo a été inspirée par le Kankuran, mais l'idée était aussi de déconstruire cette image d'un être effrayant en en faisant un personnage sympathique, affectueux et un peu enfantin pour le rendre plus proche des enfants, des adolescents et des adultes. Le nom Kankoo vient de l'abréviation du nom Kankuran, ce qui donne au personnage l'identité mythologique de Kankuran, mais en même temps nous transporte dans un monde imaginaire plus coloré, humble, simple, affable et affectueux, caractéristiques de Kankoo qui représentant également le peuple Bissau guinéen.

CE PROJET EST FINANCÉ PAR L'UNION EUROPÉENNE

MIS EN ŒUVRE PAR: AFECTOS COM LETRAS - ONGD

