

plaisirs.

LE DEVOIR | CAHIER SPÉCIAL C | LES SAMEDI 4 ET DIMANCHE 5 JANVIER 2025

Édition spéciale

Kirghizstan
MARIE-JULIE GAGNON



Antigua
MALIK COCHEREL

Rêver le voyage

Qui dit nouvelle année dit souvent nouveaux projets. Certains ont déjà planifié leurs périples pour 2025, d'autres souhaitent trouver de l'inspiration ou encore simplement rêver ! Rêver, ou peut-être rejouer des moments heureux ? Selon l'agence de prévision voyage Globetrender en collaboration avec la société internationale de technologie de voyage Amadeus, la tendance serait à la nostalgie. Les voyageurs sont à la recherche de destinations qui ont marqué leurs souvenirs. Ils ont aussi une volonté d'établir des liens humains, d'aller à la rencontre de l'autre, de vivre des expériences en communauté au détriment des interactions numériques. Les « destinations déviées », c'est-à-dire les endroits peu ou moins fréquentés, seraient une autre tendance de l'année, selon Expedia Group. On désire s'éloigner du tourisme de masse pour se nourrir d'une expérience plus authentique. Sans oublier le tourisme de bien-être, qui serait en pleine croissance selon Milesopedia, site de référence en matière de programmes de fidélité et de conseil voyage, prédisant des « voyages [qui] mettront l'accent sur des bénéfices durables, au-delà de la simple détente ». Bref, que ce soit pour la culture, pour faire bonne chère, pour la nature ou pour le ressourcement, voici quelques idées de séjours internationaux qui sauront certainement jouer sur l'une ou plusieurs de ces cordes sensibles. Bonnes pérégrinations !



Pérou
JOSÉ VALLEJO POUR PROMPERŨ



Algarve
GARY LAWRENCE



Salvador
GARY LAWRENCE

AMÉRIQUE CENTRALE

Salvador, le petit pays qui revient de loin

Jadis trop risqué pour être exploré, le Salvador est devenu l'un des pays les plus sûrs des Amériques. C'est aussi l'un des plus authentiques, comme il a su préserver une relative virginité. Raison de plus pour y aller maintenant, au cas où le vent se mettrait à tourner.

GARY LAWRENCE
COLLABORATION SPÉCIALE

Autour de l'an 600 de notre ère, le volcan Laguna Caldera entre en éruption, couvrant ses environs d'une épaisse couche de cendres — y compris le village maya de Joya de Cerén.

Découvert par hasard en 1976, le site qu'on surnomme désormais « le Pompéi d'Amérique » n'a rien de la célèbre cité romaine. Mais depuis qu'on l'a dégagé de sa gangue de protection volcanique, « il forme le meilleur exemple connu du cadre de vie des cultivateurs mayas », assure Roberto Caledonio, guide salvadorien.

Inscrit sur la Liste du patrimoine de l'UNESCO, Joya de Cerén n'est qu'un des nombreux sites mayas du Salvador, et l'une des surprenantes trouvailles qui attendent quiconque débarque dans le plus petit pays d'Amérique centrale.

Au-delà de son centre historique revitalisé, la capitale, San Salvador, accueille ainsi de plus en plus de sièges sociaux de grandes entreprises, comme Google. Les routes du pays sont les plus belles de l'Amérique centrale, et il est possible, dans les villes, de payer un paquet de gomme en bitcoins, monnaie reconnue au même titre que le dollar américain. Mieux : on circule désormais sans être tétanisé par la peur dans ce pays qui figurait pourtant parmi les plus violents du monde il n'y a pas si longtemps.

Un président hors norme

Arrivé au pouvoir en 2019, l'actuel président, Nayib Bukele, a pris les grands moyens pour faire le ménage en envoyant en taule tout ce qui s'apparentait à un membre de gang armé. Désormais, il crie à qui veut l'entendre que son pays est le plus sûr des Amériques.

Malgré sa façon particulière de composer avec la notion de l'état de droit, celui qui se décrit comme « le dictateur le plus *cool* du monde » reçoit l'appui d'une majorité de la population. « Le pays a vraiment beaucoup changé, les gens n'ont plus peur de sortir et ils aiment leur président, même s'il y a eu des arrestations arbitraires », constate Roberto Cañas, un Québécois d'origine salvadorienne qui a fui le pays durant la guerre civile, en 1981, et qui y a séjourné en novembre dernier.

Si des touristes venaient déjà au Salvador à l'époque où il était infréquentable, ils sont plus que jamais présents dans ce pays rasséréné, où les Salvadoriens soulagés décochent des sourires au premier venu même s'ils ne roulent pas toujours sur l'or. Il faut dire que le Salvador revient de loin, après 12 ans de guerre civile alimentée par les États-Unis, plusieurs séismes majeurs (en 2001, 2014, 2019...) et d'interminables années à (sur)vivre sous le joug des maras, ces terrifiantes bandes de malfrats.

Du surf et des volcans

Plus petit pays centro-américain (21 000 km², un peu moins qu'Israël), voisin du Honduras et du Guatemala et largement ouvert sur le Pacifique, le Salvador est fréquenté depuis des lustres par des surfeurs venant y chevaucher des rouleaux bien serrés, notamment à Surf City, enclave touristique aménagée par l'État à La Libertad.

Par les temps qui courent, la longue promenade de bois flanquée de bars et de restos d'El Tunco y est plus que jamais trépidante, le long des plages couleur d'obsidienne. Plus les étrangers tâtent du sens de la *fiesta* et de l'accueil salvadoriens, plus ils ont d'ailleurs envie de s'éterniser, même si la facture — quoique raisonnable — est plus salée que prévu.

Couvert de près de 200 volcans, dont certains actifs, le Salvador présente un relief naturel resplendissant, au potentiel pleinairiste impressionnant. Déjà, l'ascension du volcan Santa Ana, surmonté d'un lac de cratère au turquoise lacté, est fichtrement décoiffante. Depuis le sommet, à 2381 mètres, on embrasse un autre lac de cratère, celui de Coatepeque, ainsi que le cône quasi parfait du volcan Izalco, ce « phare du Pacifique » dont les coulées de lave guidaient les navigateurs jusque dans les années 1950.

Infos pratiques

- Air Transat relie sans escale Montréal à San Salvador, jusqu'à deux fois par semaine jusqu'en avril. airtransat.ca
- Depuis plusieurs années, Voyages Munditour travaille de concert avec la Chambre salvadorienne de tourisme au Canada pour faire connaître le Salvador. Le voyageur offre des circuits accompagnés ou individuels et des séjours sur mesure. voyagesmunditour.ca et csatuc.org

Où dormir ?

- Boca Olas Resort, pour dormir à El Tunco. bocaolas.com
- Hyatt Centric San Salvador, chic et moderne. hyattcentricss.com
- Casa 1800, avec ses demeures coloniales rénovées. casa1800elsalvador.com
- Acantilados, hôtel haut perché en bord de mer. acantilados.sv
- Hôtel Cardedeu, situé au bord d'un lac de cratère. cardedeuhotels.com

À table !

- Café Sunzal, pour d'excellents fruits de mer. cafesunzal.com
- Betos, pour voir, être vu et être bien repu. betosrestaurantes.com
- El Jardín de Celeste, pour d'excellentes grillades. facebook.com/eljardindeceleste

Un itinéraire où affluent les splendeurs

Du reste, les flancs de plusieurs volcans salvadoriens sont tapissés de plantations de café, qui font du Salvador l'un des producteurs les plus réputés du noir nectar, comme on le découvre en visitant le domaine El Carmen, à Concepción de Ataco. Au printemps, les fleurs des caféiers tavelent les volcans de pétales blancs, ce qui rend la bien nommée Route des fleurs éminemment agréable à sillonner.

Peu importe la période de l'année, ce bucolique itinéraire panoramique permet aussi de traverser certains villages craquants. À Ataco, les façades sont couvertes de fresques naïves et pimpantes ; à Apaneca et à Salcoatitán, les églises sont si immaculées qu'on croirait qu'elles ont reçu un blanc-seing divin que personne n'a osé contresigner.

Ici et là, des cimetières gaiement peinturlurés font un pied de nez à la mort, celle qui a si souvent déferlé aveuglément en ce pays. « Pour nous, les défunts sont vivants dans nos cœurs, dit Roberto Caledonio. Si on n'en prend pas soin, ils mourront pour de bon. »

Des bouffées d'air frais

Un peu partout au Salvador, on respire l'air vivifiant d'un pays qui n'a pas été vicié par les effluves du tourisme de masse. Ainsi, peu de curieux investissent les jolies rues pavées de Suchitoto, même s'il est considéré comme le plus beau village colonial du pays. Aucun autocar ne déverse son trop-plein de touristes dans les bons petits restos salvadoriens et aucune barre de complexes hôteliers n'enlaidit les liserés côtiers.

Mais au cours des prochaines années, le vent pourrait tourner. Une Surf City II est en cours d'aménagement et un nouvel aéroport sortira de terre dans l'est du pays. Sans compter la présence lourdement croissante de la Chine, qui finira bien par demander un retour d'ascenseur.

Le moment est donc opportun pour se rendre au Salvador : avec autant de projets en cours, on ne sait trop quand la machine à développer pourrait s'emballer...

Gary Lawrence était l'invité de la Chambre salvadorienne de tourisme au Canada, de Voyages Munditour et d'Air Transat, qui n'ont eu aucun droit de regard sur ce texte.



Le cône quasi parfait du volcan Izalco, ce « phare du Pacifique »
PHOTOS GARY LAWRENCE



El Tunco est plus que jamais trépidante, le long des plages couleur d'obsidienne.



Peu de curieux investissent les jolies rues pavées de Suchitoto, même s'il est considéré comme le plus beau village colonial du pays.



En bordure du Yanayacu, un affluent de l'Amazonie
CAROLYNE PARENT

AMÉRIQUE DU SUD

Au Pérou des superlatifs

Chez les Kukamas-Kukamirias d'Amazonie, tout est très haut, archivert, ultragros et à protéger

CAROLYNE PARENT
COLLABORATION SPÉCIALE

Ça sent l'humidité. La bourgade oubliée. L'aventure à plein nez. Située dans le nord-est du Pérou, Iquitos est la plus grande localité au monde non accessible par la route. Uniquement desservie par voies fluviale et aérienne, elle est aussi la principale antichambre de l'Amazonie péruvienne, notre destination.

Huit pays et un territoire français d'outre-mer se partagent la forêt amazonienne, le plus vaste réservoir de biodiversité de la planète. Le Brésil en abrite environ 60 % ; le Pérou, près de 13 % sur... 60 % de son territoire. Nous en explorerons une petite partie, dans les parages de la réserve nationale Pacaya Samiria, un bout de jungle qui pourrait contenir deux îles d'Anticosti et demie.

Au port de Nauta, nous apercevons le *Zafiro*, qui vogue vers nous sur la Marañón, une branche mère de l'Amazonie. Il a fière allure. Il a surtout le mérite d'avoir une capacité maximale de 40 passagers et d'appartenir à une entreprise locale, Jungle Experiences. De décembre à mai, gonflé à bloc par la pluie et la fonte des neiges andines, l'Amazonie honorera sa réputation de plus important fleuve du monde pour son débit. Des hauts sommets des Andes péruviennes, où il prend sa source, il se ruera à toute vapeur sur l'océan Atlantique, au nord du Brésil — un trajet de quelque 6400 kilomètres. Mais en cette saison de basses eaux, il s'avère un long fleuve tranquille sur lequel il nous tarde de naviguer.

Les « Big Five » amazoniens

« Toc, toc, toc », fait le guide naturaliste Hulber Paredes à la porte de notre cabine. Il est six heures, et nous sommes attendus dans une petite demi-heure pour une excursion d'observation de la faune. Tout comme en safari africain, ces sorties sont programmées tôt le matin ou à la

tombée du jour, car les animaux sont alors plus actifs et faciles à voir. À bord d'un petit bateau à moteur, nous cabotons sur le *rio* en quête de... On verra bien !

« Au-delà des grandes aigrettes ! Là-haut, à la jonction du tronc de l'arbre et de sa plus grosse branche ! » lance le naturaliste. Grâce à nos jumelles, le ficus, puis la bête, un gros nounours, sont aisément repérés. Au cœur de son « garde-manger », le paresseux à trois doigts se meut au ra-len-ti, sans doute à la recherche d'une savoureuse feuillée. Quelle sublime apparition...

« Le paresseux est l'un des animaux les plus populaires de la jungle », note M. Paredes. C'est un de nos « Big Five », comme son prédateur, la harpie féroce, le caïman, l'anaconda et la loutre géante. Mais puisque chacun vient ici avec sa « liste », le jaguar pourrait aussi y figurer. » La nôtre comprend plutôt un rare dauphin rose d'eau douce... Nous reprenons la navigation, et à la jonction des rivières Marañón et Yanayacu, tadam ! : quelques Flipper timides, certains gris, d'autres ayant l'air d'avoir attrapé un coup de soleil, affleurent à la surface de l'eau. Décidément, on a le vent derrière !

Au cours des quatre jours que nous passerons ensemble, notre guide nous rappellera souvent son rôle : instruire les touristes et les siens de l'importance de protéger la nature. « Sinon, on n'en aura plus, de jungle. » Au retour d'une randonnée, il nous confiera d'ailleurs : « Vous savez, cet anaconda qu'on vient de voir, il y a 50 ans, mes ancêtres l'auraient probablement tué. »

Un tourisme durablement humain
Braconnage, coupe d'arbres précieux, exploitation minière, extraction pétrolière... Les périls sont nombreux pour le « poumon du

monde » et ses habitants. Dans les années 1960, Iquitos a vécu un boum du pétrole. Un siècle plus tôt, elle a connu la fièvre du latex, aux conséquences tragiques. Dans la foulée de la découverte de Charles Goodyear et pendant 50 ans, à partir des années 1860, « les puissants barons du caoutchouc ont réduit à l'esclavage de nombreuses tribus et des milliers d'hommes sont morts », raconte Usiel Vasquez, un collègue de M. Paredes. Cette main-d'œuvre leur était nécessaire pour entailler les « arbres qui pleurent », les hévéas.

Entre nos virées dans la vertigineuse « cathédrale » verte, nous rendons visite aux communautés riveraines. Avec les Kukamas-Kukamirias, nous apprenons à protéger des œufs de tortue convoités en les enfouissant dans le sable. Nous libérons aussi les papillons d'une ferme d'élevage et plantons de jeunes palmiers *aguaje*, à grande valeur écosystémique. Ce sont des activités qui sortent de l'ordinaire et qui sont enrichissantes pour nous comme pour leurs responsables, que Jungle Experiences rétribue. Elles facilitent également notre contact avec les habitants — un contact qui ne se résume pas qu'à l'achat de leur bel artisanat...

« Le paresseux est l'un des animaux les plus populaires de la jungle. C'est un de nos « Big Five », comme son prédateur, la harpie féroce, le caïman, l'anaconda et la loutre géante. »

Infos pratiques

Le navire

Pour qui souhaite écouter le formidable concert de la jungle le soir, le *Zafiro* a l'avantage d'être doté de cabines avec balcon. Mention spéciale pour sa fine cuisine locale. Jungle Experiences exploite également deux bateaux plus petits, moins luxueux, dont *Amatista*. Il nous a rappelé le bateau de *Fitzcarraldo* ! Le film culte de Werner Herzog sur le projet fou d'un baron du caoutchouc a été tourné à Iquitos et dans les parages de la croisière. junglexperiences.com

Les bonnes saisons

De décembre à mai, les eaux sont hautes (et très hautes en mars et en avril). Le territoire étant inondé, on peut pénétrer profondément dans la jungle en canot ou en kayak et y apercevoir des espèces animales qu'on ne verrait pas autrement. Entre janvier et mars, les oiseaux migrateurs arrivent. De juin à novembre, les eaux sont basses, on s'aventure à pied sous la canopée et on y est au plus près de la tarentule et de l'anaconda. peru.travel

L'indispensable prophylaxie médicale

Un puissant chassemoustiques, à vaporiser sur des vêtements légers couvrant bras et jambes.

Au *pueblo* Veinte de Enero, ainsi nommé par les missionnaires qui l'ont fondé un 20 janvier, Antonio Dos Santos, 73 ans, a l'œil vif de celui qui a vu pleuvoir. Comment allez-vous, *señor* ? La vie est belle ? « Oui, on vit *tranquilo* ici, mais il y a trop de soleil, dit-il. La terre sèche, les tomates ne poussent plus et il y a moins d'eau dans le *rio*, moins de poissons. » Un ange passe. On a envie de lui dire que nous sommes tous dans le même bateau, mais ça, il le sait déjà. On lui souhaite plutôt que revienne vite la pluie, la vie !

Carolyne Parent était l'invitée de PromPerú, qui n'a eu aucun droit de regard sur ce texte.



Le *Zafiro* voguant sur l'Amazonie
JOSÉ VALLEJO POUR PROMPERU



Avec les Kukamas-Kukamirias, nous apprenons à protéger des œufs de tortue convoités en les enfouissant dans le sable. CAROLYNE PARENT



La vallée de Jety-Oguz,
au Kirghizistan
PHOTOS MARIE-JULIE GAGNON

ASIE CENTRALE

10 escales sur la route de la soie

Elle a fait rêver Marco Polo et nombre d’écrivains. Parcourir la route de la soie — il serait plus juste de parler « des routes de la soie », puisqu’il s’agit d’un ensemble de trajets segmentés —, c’est croiser des légendes aussi intrigantes que terrifiantes. Partout, le mythe se superpose à la réalité. Les allers-retours entre le passé et le présent sont nombreux et nécessaires pour comprendre ces contrées marquées par les conquêtes mongoles et l’Empire soviétique. Itinéraire dans quatre pays d’Asie centrale, de Bichkek à Samarcande.

MARIE-JULIE GAGNON
COLLABORATION SPÉCIALE

Bichkek, au Kirghizistan

Atterrir à Bichkek, où le tourisme est encore marginal, permet une arrivée tout en douceur. Au pied des montagnes, la ville verte d’Asie centrale semble vivre dans un autre siècle. Bien que forcé de se sédentariser pendant l’ère soviétique, le peuple kirghize garde ses traditions bien vivantes. Le bazar d’Och est l’occasion d’avoir un condensé de la vie locale.

Karakol, au Kirghizistan

À Yrdyk, à une quinzaine de minutes de Karakol, visiter une famille doun-gane le temps d’un repas offre un aperçu de la culture de ces musulmans chinois qui se sont réfugiés au Kirghizistan pour échapper à l’oppression. Le plus grand intérêt de la région reste sans doute la vallée de Jety-Oguz (« des sept taureaux »), à environ 25 km de Karakol, point de départ de nombreux randonneurs à la recherche d’expériences extrêmes.

Canyon Charyn, au Kazakhstan

Dès qu’on franchit la frontière du Kazakhstan, l’état des routes nous rappelle la richesse de cette contrée dont l’économie repose principalement sur l’extraction d’hydrocarbures. Sculpté par la rivière du même nom, le canyon Charyn se révèle aussi grandiose que désert. Rien à voir avec l’affluence du Grand Canyon ! Bien aménagé, le sentier qui surplombe le ravin offre des points de vue vertigineux sur les gorges et les falaises ocre. S’y rendre est plus aisé depuis la rénovation de la route, mais il faut tout de même compter près de trois heures pour atteindre Almaty.

Almaty, au Kazakhstan

Maintes fois détruite par des tremblements de terre, Almaty a beaucoup changé depuis l’époque où les caravaniers s’y arrêtaient. L’ancienne capitale est aujourd’hui souvent décrite comme la ville la plus européenne du Kazakhstan.

Tachkent, en Ouzbékistan

Érigé au XVI^e siècle, l’ensemble architectural Khast Imam est sans doute le site le plus impressionnant de la capitale ouzbèke. On peut notamment voir un coran datant du VII^e siècle au musée-bibliothèque Moyie Mubarek. Visiter son métro — conçu pour résister à un tremblement de terre de magnitude 9 et pour servir de refuge antinucléaire pendant la guerre froide — offre un contraste saisissant. À la station Kosmonavtlar, on découvre des scènes inspirées des astronautes russes, dont Youri Gagarine.

Khiva, en Ouzbékistan

Tant la beauté de Khiva que ses légendes captivent. Ancienne oasis, elle était l’ultime étape des caravaniers avant l’entrée dans le désert en direction de l’Iran. De l’extérieur, ses remparts lui donnent des allures de

château de sable. Une fois à l’intérieur, on découvre les étals remplis de foulards de soie, de cachemire et de chapeaux de fourrure, ainsi que ses superbes madrasas, établissements d’enseignement religieux, sa forteresse, ses mosquées et ses mausolées. Bien qu’associée aux caravanes d’esclaves, aux éprouvants voyages à travers la rudesse du territoire désertique et au fantôme du conquérant mongol Gengis Khan, la cité fortifiée est aujourd’hui très paisible.

Achkhabad, au Turkménistan

Déroutante, Achkhabad ne ressemble à aucune autre ville. On y constate rapidement le résultat de la mégalomanie des dirigeants du pays : seuls les véhicules blancs (et propres !) sont autorisés à pénétrer dans la ville. Entre les palais de marbre, les monuments insolites, les nombreux records Guinness et le Musée du tapis, on repart avec encore plus de questions qu’à l’arrivée. Une excursion à Nicée permet par ailleurs de découvrir l’ancienne capitale oubliée des rois de Parthes au III^e siècle avant notre ère.

Merv, au Turkménistan

Étape charnière de la route de la soie, Merv a connu son âge d’or aux XI^e et XII^e siècles. Même s’il est difficile d’imaginer qu’elle avait jadis l’envergure des grandes cités musulmanes comme Le Caire, Damas et Bagdad, elle reste néanmoins fascinante. On raconte qu’elle aurait inspiré les contes des *Mille et une nuits*.

Boukhara, en Ouzbékistan

Épargné par Gengis Khan, le minaret Kalon, sur la place principale, sert de point de repère dans cette ville agréable à visiter même en haute saison touristique. Plus ancien monument architectural de la ville, il fait partie du complexe Poi-Kalan, composé de quatre monuments érigés au XII^e siècle. Dans le centre historique, les boutiques de vêtements côtoient aujourd’hui les marchands de tapis. Un coup de cœur.

Samarcande, en Ouzbékistan

L’affluence est beaucoup plus importante du côté de la vieille partie de Samarcande, dont le seul nom suffit à déclencher les passions. L’éviter serait toutefois une erreur. Composé de trois bâtiments, le Régistan est aussi spectaculaire que le laissent présager les nombreux clichés aperçus dans les brochures touristiques et sur les réseaux sociaux. Le mausolée Gour Emir, où repose le conquérant turco-mongol Tamerlan, la mosquée Bibi-Khanoum, où se trouvent les restes de son épouse, et la nécropole Shakhi Zinda font partie des sites à voir absolument.

Marie-Julie Gagnon était l’invitée de Groupe Voyages Québec, qui n’a eu aucun droit de regard sur ce texte.



Achkhabad, au Turkménistan



Boukhara, en Ouzbékistan

Infos pratiques

- S’y rendre : avec Turkish Airlines, avec escale à Istanbul. L’agence Groupe Voyages Québec propose un circuit accompagné en petits groupes (collection Sélect – 18 voyageurs ou moins) au départ de Montréal. Les prochains départs auront lieu en septembre 2025 et en avril 2026.
- Conditions d’entrée : il est nécessaire d’avoir une lettre d’invitation pour obtenir un visa d’entrée au Turkménistan. Les autres pays — surtout l’Ouzbékistan — sont plus ouverts au tourisme.
- Un musée incontournable : Igor-Savitsky, à Noukous, capitale de la république autonome du Karakalpakstan de l’Ouzbékistan qui se trouve près de la frontière du Turkménistan. Surprenant tant pour les œuvres qu’il contient que pour l’histoire du collectionneur dont il porte le nom.
- À savourer : la vodka locale !

EUROPE DU SUD

L'Algarve, de l'Ancien au Nouveau Monde

Surfréquenté l'été, l'Algarve se parcourt mieux durant l'arrière-saison : l'ensoleillement demeure exceptionnel, le climat perdure dans sa clémence, et tant les villes que les bourgades, délestées de leur surcharge humaine, se laissent plus aisément aborder.

GARY LAWRENCE
COLLABORATION SPÉCIALE

Né par et pour la mer, le Portugal était destiné à prendre le large. Avec un seul voisin terrestre — l'Espagne — et l'Atlantique comme unique horizon, il allait de soi que le pays de Vasco de Gama larguerait un jour les amarres pour respirer et aspirer à plus de grandeur que son lopin de territoire ibérique.

C'est ce qu'avait compris Henri le Navigateur, ce monarque qui voyait plus loin que les limites du monde connu au XV^e siècle, et qui lança l'ère des « grandes découvertes ». Avant que d'autres nations européennes suivent son sillage, l'Algarve vit bientôt de hardis marins prendre la mer pour explorer le globe : Madère, le Cap-Vert, les Açores d'abord ; puis le Brésil, l'Angola, le Mozambique, Goa, Malacca, les Moluques...

Sagres, la proue de l'Occident

C'est depuis Sagres que furent planifiées les premières expéditions vers tant de *terra incognita*, là où le prince Henri fonda sa célèbre école où il réunit géographes, astronomes et autres mathématiciens. Sur le site de la forteresse qui trône toujours au bout d'un promontoire, le Centre des découvertes rappelle cet âge d'or du Portugal.

Aujourd'hui, la paisible Sagres est surtout prisée par les surfeurs, qui prennent eux aussi d'assaut les vagues, mais pour en épouser les rouleaux depuis les longues plages fermées par des falaises tantôt grêges, tantôt ocre.

Juste à côté, un autre promontoire défie la mer : c'est le mythique cap Saint-Vincent, la pointe ouest la plus avancée de l'Europe continentale et le dernier bout de terre que voyaient les navigateurs lorsqu'ils quittaient Sagres ou... Lagos.

Flagosser à Lagos

Devant la mignonne façade de la maison de la Douane de Lagos, on peine à s'imaginer les abominations qui ont déjà eu cours ici. Dès 1441, l'endroit forma le premier marché d'esclaves du Portugal, dans la foule des premières expéditions sur les côtes africaines.

Au second étage de l'immeuble, un petit musée évoque timidement ce triste épisode de l'histoire du pays, comme s'il ne fallait pas trop insister sur le sujet. Bien plus intéressante est la visite du musée municipal, greffé à la splendide Igreja de Santo Antonio, une petite église dont les boiseries maniérées dégoulinent d'or — de l'or du Nouveau Monde, il va sans dire.

Tour à tour phénicienne, romaine, maure et ancienne capitale de l'Algarve, Lagos servit tout autant — sinon plus — de point de départ aux expéditions, aux XV^e et XVI^e siècles. De nos jours, on se souvient surtout d'elle pour les murailles crénelées de son enceinte fortifiée et pour les jolies ruelles animées et bondées de terrasses de son centre historique.

En quittant Lagos vers le nord-ouest, on gagne rapidement le placide arrière-pays, ses collines tavelées d'oliveraies, de figuiers et d'argousiers et ses longues plages exemptes d'hôtels ; en s'éloignant vers l'est, on investit plutôt les terrains de jeu des vacanciers.

Le monde d'après

Après avoir servi à faire découvrir une (petite) partie du monde, l'Algarve est désormais découvert par (beaucoup) de monde : Néerlandais, Allemands, Britanniques et autres gens du nord en mal de vitamine D viennent allègrement se la couler douce ici.

Avec 300 jours d'ensoleillement par année, une brise permanente qui rafraîchit les jours les plus torrides, des liserés sablonneux lovés au pied de falaises couleur de miel et une incroyable capacité hôtelière, l'Algarve joue à fond la carte touristique — comme à Albufeira, complètement rompue à ses diktats.

À l'est de Lagos, la côte sud forme d'ailleurs une suite quasi ininterrompue d'ensembles immobiliers et hôteliers. Ça et là, les falaises sont entrecoupées de craquants petits ports de pêche aux maisons blanches piquées de teintes bigarrées, comme Carvoeiro et Ferragudo, où

Infos pratiques

- TAP Air Portugal relie Montréal et Lisbonne toute l'année, en plus de desservir plusieurs aéroports régionaux, dont celui de Faro. flytap.com
- Si juillet et août sont très prisés, l'Algarve se visite toute l'année, y compris l'hiver si l'on ne tient pas mordicus à se baigner. visitalgarve.pt/fr
- Situé dans une « communauté hôtelière » huppée, le Martinhal Quinta do Lago forme une sorte de regroupement de ravissantes villas ultraconfortables, toutes dotées d'une piscine privée. La plage attenante, bordée par la réserve naturelle de la Ria Formosa, est splendide et immensément longue. martinhal.com/fr
- Vaste établissement hôtelier familial, le Hilton Vilamoura propose de grandes chambres, des suites et des miniappartements modernes. Présentement en rénovation, il rouvrira en février 2025. hilton.com/fr/hotels/faohihi-hilton-vilamoura-as-cascatas-golf-resort-and-spa

dodelinent les *moliceiros*, ces jolies chaloupes à la proue recourbée. Puis arrive Faro, capitale de l'Algarve.

De Faro à Tavira

Même si elle forme la principale porte d'entrée de la région, Faro a su préserver une certaine authenticité à l'intérieur de ses vieux murs. Au-delà de la porte arabe qui perce les remparts, la Igreja de Nossa Senhora do Carmo éblouit par l'orgie baroque de sa nef et étonne surtout par sa petite Capela dos Ossos.

Recouverte à l'intérieur des crânes et des ossements d'un millier de moines carmélites, cette « chapelle des os » vise à rappeler aux mortels la finalité inéluctable de l'existence dans un cadre joliment lugubre.

À l'est de Faro, la côte se fait bientôt plus joyeuse parce que moins densément bâtie, vu la présence du parc naturel de la Ria Formosa : 60 km d'îles-barrières, de zones humides, de marais salants, de dunes couleur cassonade et, bien sûr, de plages épatantes.

Même si elle forme la principale porte d'entrée de la région, Faro a su préserver une certaine authenticité à l'intérieur de ses vieux murs

On croise bien vite Olhão, mignonne ville de pêcheurs au dédale de ruelles qui suivent le tracé de l'ancienne médina arabe, puis se profile Tavira, ravissante bourgade aux romanesques façades décaties. Son pont romain enjambe toujours la Séqua et son château mauresque de 1292 domine ses hauteurs, rappelant la présence des anciens occupants.

Son immense plage aurait dû attirer des contingents de vacanciers, mais comme elle est située sur une île à laquelle on n'accède qu'en traversier, elle n'a pas suscité l'intérêt des promoteurs. Mieux : quand le tsunami qui a suivi le grand séisme de 1755 a déferlé sur Tavira, il a fortement ensablé son port. Dès lors, quantité de plaisanciers lui ont préféré d'autres ports d'attache — pour le plus grand salut de la ville.

N'est-il d'ailleurs pas agréablement paradoxal qu'une puissante déferlante venue du large ait prémuni une destination des vagues de touristes provenant d'ailleurs ?

Gary Lawrence était l'invité de *Tourisme Algarve* et TAP Air Portugal, qui n'ont eu aucun droit de regard sur ce texte.



La Praia da Marinha, entre Portimao et Albufeira
PHOTOS GARY LAWRENCE



Rue pavée de Lagos, vieille ville fortifiée



Tavira, ravissante bourgade aux romanesques façades décaties



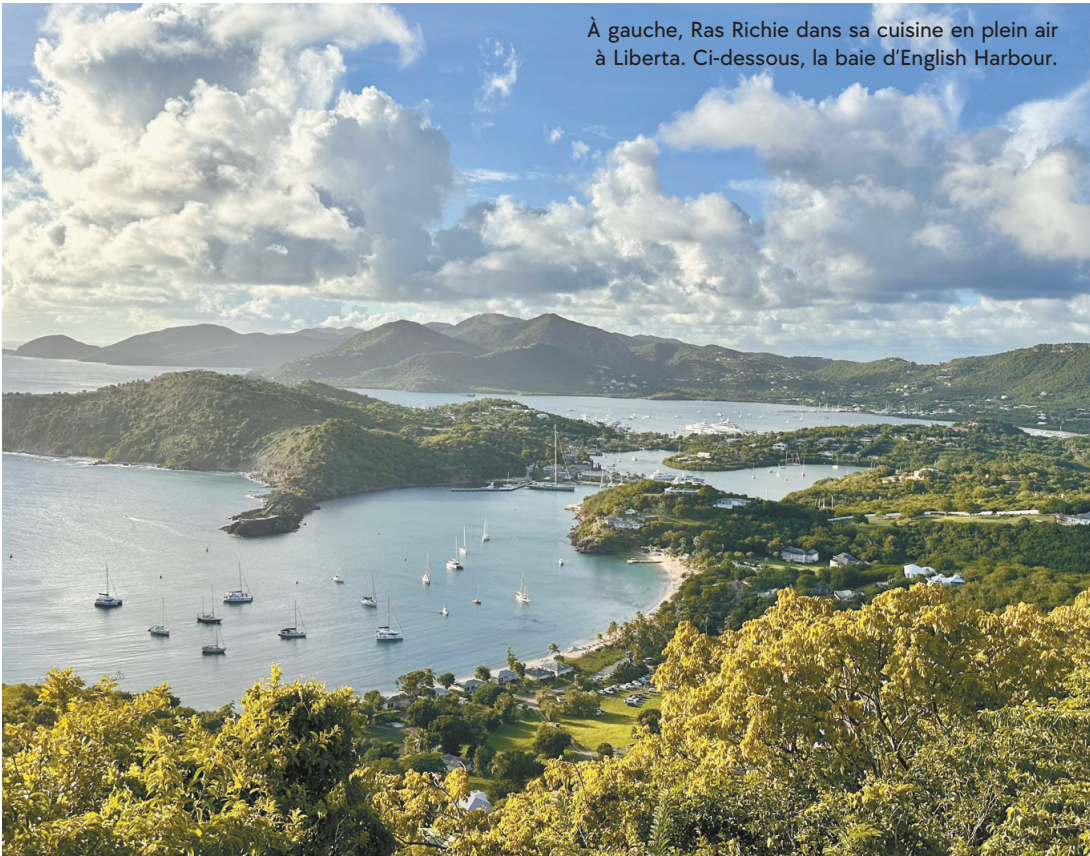
La « chapelle des os » de la Igreja de Nossa Senhora do Carmo, à Faro, vise à rappeler aux mortels la finalité inéluctable de l'existence dans un cadre joliment lugubre.



L'îlot de Prickly Pear
PHOTOS MALIK COCHEREL

CARAÏBES

Lâcher prise à Antigua



À gauche, Ras Richie dans sa cuisine en plein air à Liberta. Ci-dessous, la baie d'English Harbour.

Destination bien-être par excellence, Antigua reste une perle précieuse méconnue du grand public. Ce secret bien gardé des Antilles, blotti à la croisée de l'Atlantique et de la mer des Caraïbes, entre eaux cristallines et bries tropicales, offre un écrin idyllique pour s'évader et se ressourcer loin du tumulte du quotidien.

MALIK COCHEREL
COLLABORATION SPÉCIALE

Les années post-pandémie ont été marquées par un essor sans précédent du tourisme de bien-être. Autrefois réservé à une clientèle plutôt aisée, le secteur a connu une véritable démocratisation, attirant un public plus large et diversifié. En parallèle, une gamme d'activités variées s'est développée bien au-delà des traditionnelles retraites centrées sur la méditation ou la nutrition. À l'avant-garde de ce mouvement, Antigua a su tirer parti de son environnement paradisiaque pour répondre aux attentes des voyageurs toujours plus nombreux en quête de déconnexion et de ressourcement.

Depuis 2023, l'île des Antilles s'est associée à sa sœur jumelle, Barbuda, pour consacrer le mois de janvier au bien-être. Durant quatre semaines, les visiteurs sont invités à s'immerger dans des expériences régénérantes : randonnées au cœur de la nature, séances de yoga bercées par le son des vagues, ou découvertes culturelles immersives. Mais à Antigua et Barbuda, le bien-être ne se limite pas au premier mois de l'année. Il se vit au quotidien dans cet archipel aux 365 plages, où chaque journée offre l'occasion de lâcher prise sur une nouvelle étendue de sable fin.

À la poursuite du diamant vert

Bien que de taille modeste, Antigua regorge de possibilités d'exploration quasi infinies, entre ses collines verdoyantes, ses côtes rocheuses vertigineuses et ses petites îles inhabitées, où la nature s'épanouit dans toute sa splendeur. Au large de la côte est, Green Island est un véritable joyau accessible par bateau, le temps d'une escapade idyllique loin de l'agitation de la capitale, Saint John's. C'est un véritable bonheur de se prélasser dans les eaux cristallines de cet îlot paradisiaque à la végétation d'un vert éclatant et au récif corallien peu profond idéal pour la pratique de la plongée en apnée.

De la Semaine de l'art au Mois du bien-être

Lancée avec succès en 2023, la Semaine de l'art célèbre avant les Fêtes les artistes d'Antigua et Barbuda, au moyen d'une série de rencontres et d'activités variées. L'événement phare de ces sept jours vibrants est sans conteste la visite guidée en bus qui permet de découvrir les ateliers des artistes les plus emblématiques de la scène locale, comme Gilly Gobinet et Stephen Murphy. En janvier, le Mois du bien-être prend le relais, mettant en lumière les activités ressourçantes de l'île grâce à une série de promotions : des cours gratuits de « soca-robox », des rabais sur les séances de yoga méditatif ou sur les soins de spa. visitantiguabarbuda.com

Au sud d'Antigua, le parc national de Nelson's Dockyard, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, plonge les passionnés de randonnée et de pierres anciennes dans un océan de béatitude. Un sentier de difficulté modérée mène au sommet de Shirley Heights, offrant une vue spectaculaire sur la baie d'English Harbour, où les vaisseaux de la marine royale britannique venaient trouver refuge, à l'abri des canons et des tempêtes, durant les guerres napoléoniennes des XVIII^e et XIX^e siècles. Les bâtiments d'architecture géorgienne du chantier naval de Nelson, parfaitement conservés, veillent tou-

jours au grain sur les voiliers qui flottent désormais paisiblement dans les eaux de la baie.

À l'intérieur des terres, un autre chapitre de l'histoire locale s'ouvre aux visiteurs. Fondé au XIX^e siècle par d'anciens esclaves en quête de champs à cultiver loin des grandes plantations de leurs anciens maîtres, Liberta s'est muée en symbole de résistance et d'émancipation. « Étant né et ayant grandi dans le premier village à s'être libéré de l'esclavage, j'ai développé un lien profond et personnel avec cette terre », confie Ras Richie, figure éminente de la communauté rastafarienne de Liberta, et cofondateur de Humble and Free Wadadli. Très attaché à ses racines, l'agriculteur et disciple de Jah organise des visites guidées de sa ferme et des cours de cuisine Ital.

Communier avec la nature

« Nous privilégions les aliments non transformés et les ingrédients frais et locaux », explique Ras Richie, en préparant du riz aux légumes, qui mijote doucement dans un traditionnel pot en argile. Essentiellement végétarienne, l'alimentation Ital est l'un des piliers fondamentaux de la culture rastafarienne. Elle vise à nourrir autant le corps que l'esprit. Manger de façon saine et pure est perçu comme un moyen d'établir une connexion profonde et spirituelle avec Jah, la force divine et bienveillante qui guide, protège et éclaire les croyants. Selon la philosophie vitaliste rasta, la cuisine Ital permet également de vivre en parfaite symbiose avec la nature.

D'autres cultivent différemment ce lien avec la faune et la flore de Wadadli, l'ancien nom donné à Antigua par les autochtones arawaks. Depuis qu'elle a installé son atelier sur la côte est de l'île, Gilly Gobinet peint sans relâche les colibris, hérons et fleurs tropicales qui égayent son

Où séjourner

- Si vous cherchez un tout inclus pour voyager en couple comme en famille, le St. James's Club & Villas jouit d'un emplacement idéal, dans la baie de Mamora, à proximité du parc national de Nelson's Dockyard et du village de Liberta. Perché sur une péninsule isolée de la côte sud-est d'Antigua, ce complexe hôtelier 4 étoiles offre une multitude d'activités bien-être, ainsi que des terrains de pickleball, sport reconnu pour ses bienfaits sur la gestion du stress et l'amélioration de la santé mentale. stjamesclubantigua.com
- Plus proche de la capitale, St. John's, et de l'aéroport international V. C. Bird, le Hodges Bay Resort & Spa se trouve sur la côte nord d'Antigua. Cet hôtel-boutique à l'architecture contemporaine ne propose pas de formule tout inclus, mais met en avant d'autres atouts de taille, notamment un restaurant raffiné dirigé par le célèbre chef Edward Lee. Il offre aussi une navette gratuite pour rejoindre en bateau l'îlot de Prickly Pear, où vous pourrez vous détendre sur une superbe petite plage de corail. hodgesbay.com

quotidien. Biologiste de formation, l'artiste britannique trouve dans cette nature luxuriante une source d'inspiration et un refuge apaisant. « Je suis la plus heureuse du monde lorsque je peins et je suis toujours comblée de pouvoir transmettre ce sentiment de plénitude à travers mes œuvres », dit-elle. Et si l'art de se détendre à Antigua résidait finalement dans cette connexion profonde avec l'environnement ?

Malik Cocherel était l'invité de l'office du tourisme d'Antigua et Barbuda, qui n'a eu aucun droit de regard sur ce texte.