



**SAO TOMÉ**  
**VIATGE A L'ORIGEN DEL CACAU**  
**VIATGE EN GRUP - 22 DE JUNY AL 30**  
**DE JUNY**

La petita república insular de Sao Tomé i Príncipe, situada al golf de Guinea, està formada per les dues illes principals que li donen nom i alguns illots d'origen volcànic. Comparteixen un passat colonial vinculat a Portugal des de la meitat del segle XV, quan els portuguesos van colonitzar aquestes illes aleshores deshabitades. El 1908, Sao Tomé era el productor de cacau més gran del món, però en aconseguir la independència el 1975, les roças (hisendes) van quedar abandonades. Encara que és un dels estats més petits, ofereix una natura aclaparadora, amb platges increïbles, a banda d'interessants construccions colonials. Els atractius del país es fonamenten en un turisme sostenible i el respecte envers l'entorn natural. Algunes de les platges són famoses per la fresa de tortugues marines, visible entre els mesos d'octubre a març. Els habitants de Sao Tomé i Príncipe, de condició amable i hospitalària, contribueixen a fer que l'experiència a les illes sigui immillorable.

## ACOMPANYANT EXPERTA

**Agnès Ensesa.** És una apassionada per la cultura africana, per crear connexions significatives entre persones i agregar un toc de sostenibilitat i consciència pel planeta als seus viatges. Fa més de 10 anys que viatja per terres africanes, on ha conviscut amb els Pigmeus del Camerun, ha descobert terrenys poc explorats de la República Democràtica del Congo i la República Centreafricana i ha estat una de les primeres dones que ha fet la travessia per la selva del parc nacional d'Ivindo de Gabon. Però res l'enamora tant com São Tomé i Príncipe, i per això va decidir traslladar-se allà per establir un equip de professionals locals i crear una experiència única pels viatgers.



**Agnès Ensesa.** Fundadora de TRAVEL  
WITH CONSCIENCE ECO  
EXPEDITIONS

### 22 JUNY | BARCELONA | LISBOA | SAO TOMÉ

Presentació a l'aeroport per volar a São Tomé. Arribada, assistència i trasllat al [Pedro Guesthouse](#) o similar.

### 23 JUNY | SAO TOMÉ | COSTA NORD-OEST

Esmorzar. Avui explorarem la fascinant costa nord de l'illa, de sabana i baobabs, pobles de pescadors i plantacions de cacau. També descobrirem la increïble carretera a tocar de la costa. La primera parada serà la plantació Agostinho Neto, anteriorment coneguda com a "Rio do Oro", que va ser fundada el 1865 i és la plantació més gran de São Tomé. És emblemàtica per les seves dimensions, grandesa arquitectònica i la seva capacitat tecnològica, ja que comptava amb el sistema ferroviari més avançat de tot l'arxipèlag. Pel camí obtindrem una de les millors vistes de l'illa en passar per la Ribeira Funda Praia. Més tard ens aturarem a la platja de Lagoa Blava, que no només destaca per les seves aigües turqueses, sinó també per tenir baobabs tan a prop de la platja. Dinarem a la plantació Monte Forte, d'ambient colonial. A la tarda passarem pel punt històric d'Anambô, on els descobridors portuguesos van trepitjar per primera vegada la terra de São Tomé el 1470, i el túnel de Santa Caterina fins a arribar al "final del camí". Allotjament al [Mucumbli Ecolodge](#) o similar.

### 24 JUNY | COSTA NORD-OEST | RUTA DEL CACAU | SAO TOMÉ

Esmorzar. Sao Tomé i Príncipe, el segon país més petit de l'Àfrica, va ser el productor més gran de cacau del món, per la qual cosa se li va anomenar les «illes del cacau». En els darrers anys s'han estat rehabilitant les plantacions colonials que el bosc va engolir. La indústria del cacau de São Tomé ha cobrat impuls i torna a fer honor al seu sobrenom. Els antics forns d'assecatge per processar el cacau tornen a encendre's i les tradicions ancestrals s'adapten a les noves oportunitats. Avui farem una caminada per descobrir les roças de Ponta Figo, Generosa i Monte Forte, on podrem apreciar l'herència de la cultura del cacau i coneixerem el treball de la cooperativa de cacau ecològic CECAB. Aprendre com es cultiva l'arbre del cacau.

Veurem els vells assecadors i ho coneixerem tot sobre el seu procés de transformació, a més d'admirar la magnífica arquitectura colonial encara present a la regió. Dinar a la plantació Monte Forte d'ambient colonial. Tornada a la capital. Allotjament al [Pedro Guesthouse](#) o similar.



### 25 JUNY | SAO TOMÉ | SAO JOAO DOS ANGOLARES

Esmorzar. Avui recorrerem la fascinant costa est de l'illa i descobrirem un paisatge de bellesa exuberant, amb penya-segats, platges desèrtiques que deixen la boca oberta, roçes emblemàtiques, llogarets pintorescos i el millor restaurant de l'illa. La nostra primera parada serà el riu Abade per observar un dels majors safareigs del món. Visitarem Roça Agua Ize, una de les plantacions de l'època colonial més importants de l'arxipèlag. Ens submergirem en un escenari de l'època colonial que manté el seu esperit viu pels milers d'habitants que encara viuen en aquesta comunitat. Ens aturarem al punt més alt, el mirador de l'hospital, per observar les dimensions de la roça i les vistes a la badia de la platja de Rei. Posteriorment veurem la Boca do Inferno i serem testimonis d'un espectacle de la natura en veure copejar les onades amb força contra les roques de basalt, i on podrem beure una refrescant aigua de coco. Dinar a Roça São João dos Angolares, que ofereix una cuina d'autor i on gaudirem d'un menú degustació de fusió tropical amb barreja de sabors europeus, africans i de Sao Tomé en un entorn inigualable. Després tindrem temps per descobrir les instal·lacions, amb un centre d'exposició d'artistes locals que inclou una galeria d'art i múltiples figures exposades al jardí. Allotjament a Roça São João dos Angolares o similar.

### 26 JUNY | SAO JOAO DOS ANGOLARES | PRAIA INHAME

Esmorzar. Avui farem una caminada endinsant-nos al bosc de la costa sud-est, passant per la cascada de Praia Pesqueira (prop del mar), les plantacions de palmeres d'Agripalma – Emolve i una visita a la plantació de Ribeira Peixe. En aquesta ruta també podeu gaudir d'una bonica vista de l'emblemàtic Pic Cão Grande, una xemeneia volcànica convertida en la icona de l'illa. Serà una caminada de quatre hores fins arribar a Praia Grande. Pícnic a una de les platges al llarg del camí. A la tarda, gaudirem d'una experiència molt relaxant en ser portats en una canoa tradicional pels manglars de les tranquil·les aigües del riu Malança. Després podrem fer una passejada per la pintoresca comunitat de pescadors de Porto Alegre. Acabarem el dia observant com les tortugues marines fresen a la platja de Jalé. Aprendre sobre la conservació d'aquesta espècie amenaçada, així com la tasca important que duu a terme l'organització sense ànim de lucre Tato. Allotjament al Praia Inhame Ecolodge o similar.

### **27 JUNY | PRAIA INHAME | ILHÉU DAS ROLAS | PRAIA INHAME**

Esmorzar. Trasllat en barca per trobar el “centre del món”. Avui arribarem al lloc més proper on s'unirien la línia de l'equador i el meridià zero, a Ilhéu de Rolas, un petit paradís en forma d'illot amb palmerars i cales de somni. Agafarem una barca per arribar a l'illot (aprox. 20 minuts de viatge). Allà passarem el matí explorant el bosc tropical ple de palmeres i les seves increïbles cales, envoltades de roques volcàniques. Després de comprovar el punt de referència de 0° de latitud i 0° de longitud (marc de l'Equador), farem una passejada per les plantacions de coco fins arribar a la increïble Praia Café, on podrem fer-nos un bany i dinar peix a la graella a la mateixa platja. Agafarem la barca de tornada a Porto Alegre. Allotjament al [Praia Inhame Ecolodge](#) o similar.

### **28 JUNY | PRAIA INHAME | SAO TOMÉ**

Esmorzar. Avui tornarem a la capital de l'illa. Abans farem una parada per conèixer el Projecte Vanilha, una empresa local, sostenible i ètica que es dedica a donar suport a les comunitats locals a través de l'agricultura de la vainilla. Un cop a la ciutat, visitarem la Fortalesa de Sant Sebastià per conèixer una mica més sobre la història colonial del país. Després podrem fer una passejada per acabar de conèixer la ciutat. Veurem la catedral, la plaça de la Independència, les cases comercials més importants del centre de la ciutat i d'altres edificis de l'època colonial. Dinar al Centre Cultural Cacao. A la tarda farem una visita guiada amb degustació inclosa a la Loja de Claudio Corallo, el creador de la millor xocolata del món, que ens atindrà personalment i ens revelarà tots els secrets del cacao. Allotjament al [Pedro Guesthouse](#) o similar.

## **29 JUNY | SAO TOMÉ | ROÇAS AMAGADES | SAO TOMÉ | BARCELONA O MADRID**

Esmorzar. Hi ha roças que tothom coneix, però n'hi ha d'altres oblidades i més amagades als turons dels quals alguns locals només han sentit a parlar... El districte de Mé Zóchi, per la seva situació en les altures, concentra bona part de les antigues plantacions colonials. A més, la regió és plena de salts d'aigua, molts dels quals permeten el bany, una opció interessant per combinar amb la visita de les roças. Visitarem Roça Vista Alegre, on podrem interactuar amb la comunitat local de la plantació i amb les dones de la cooperativa, i gaudir d'unes vistes espectaculars de São Tomé. Després coneixerem Roça Santa Margarida, una de les més grans de la regió, i farem una volta per l'acollidora i tranquil·la Vila Madalena. Per últim, descobrirem Roça Boa Entrada, una de les més simbòliques. Dinar tradicional.

El cafè també forma part de la història de Santo Tomé per això aprofitarem l'últim dia per també visitar la Roça Monte Cafè, una de les hisendes colonials més antiga de Santo Tomé, fundada el 1858 i que va ser el productor més gran de cafè de l'illa.

Avui dia es produeix cafè i cacau a petita escala i la comunitat saotomenca està completament involucrada al projecte. Al museu cafè coneixerem el procés de tractament del cafè a la manera tradicional i moderna, així com la història d'aquesta finca i podrem beure un saborós cafè aràbica o robusta, produït aquí.

Hotel disponible fins a l'hora del trasllat al vespre a l'aeroport per volar de tornada a la ciutat d'origen. Nit a bord.

## **30 JUNY | BARCELONA**

Arribada i fi dels serveis.

## INFORMACIÓ IMPORTANT

### SERVEIS DE TERRA

- Mínim 6 persones: **3.300 € (vol inclòs)**
- **Descompte per a socis 150 €/persona**
- Revisió de preus: El preu del viatge es podrà modificar per les variacions del preu del transport derivat del cost del combustible, de les taxes i impostos inclosos al contracte i recàrrecs turístics d'aterratge i d'embarcament o desembarcament a ports i aeroports, així com per una variació en el tipus de canvi aplicat al novembre 2023. En cap cas es revisarà a l'alça durant els 20 dies anteriors a la data de sortida del viatge.

### SORTIDA 2024

22 de juny

### GRUP MÍNIM / MÀXIM

La realització d'aquest viatge requereix la participació d'un mínim de 6 persones i màxim 15. En cas de no arribar a aquest mínim, l'agència té dret a anul·lar el viatge a tot tardar fins 20 dies naturals abans de l'inici del viatge.

### SERVEI INCLOSOS

- 7 nits d'allotjament a hotels i eco-lodges amb esmorzar.
- 7 dinars.
- Trasllats aeroport/hotel/aeroport.
- Recorregut en vehicle privat.
- Guia local acompanyant.
- Taxa turística als hotels (3€ persona/nit).
- Excursions i activitats segons itinerari.

Assegurança d'assistència en viatge i anul·lació fins 3.000€

### NO INCLOU

- Taxes: (Tarifes en base a la companyia TAP Air Portugal en classe L). Sortida Barcelona: 1.300€ (taxes incloses al novembre/23). L'opció d'una altra companyia o tipus de tarifa comporta una variació en el preu.
- Begudes als àpats.
- Propines.
- Qualsevol altre servei no especificat.

## INFORMACIÓ IMPORTANT

### SERVEIS DE PÒLISES OPCIONALS DE DESPESES D'ANUL·LACIÓ, MORT O INVALIDESA I AMPLIACIÓ DE COBERTURES

Com que tant les companyies aèries com els prestataris dels serveis tenen condicions d'anul·lació molt estrictes, Altair Viatges posa a la vostra disposició assegurances especials de despeses d'anul·lació perquè pugueu cobrir les quantitats que considereu segons els vostres interessos. En queden excloses les activitats físicoesportives al medi natural i esports d'aventura. Consultar suplement i detall de les cobertures en cada cas.

### CANCEL·LACIONS

El viatger pot renunciar al contracte en qualsevol moment abans de la data d'inici del viatge, però haurà de pagar una penalització que equivaldrà al preu del viatge combinat menys l'estalvi de costos i els ingressos de la utilització alternativa dels serveis de viatge.

### PERSONES AMB MOBILITAT REDUÏDA (PMR)

Persona la mobilitat de la qual es troba reduïda per participar en el viatge per motius de discapacitat física, sensorial o locomotriu, permanent o temporal; discapacitat o deficiència intel·lectual; o qualsevol altra causa de discapacitat, o per l'edat i la situació de la qual requereixi una atenció adequada i l'adaptació a les seves necessitats particulars del servei posat a disposició de la resta de participants. Si algun dels interessats en fer un viatge a mida és PMR haurà d'informar-nos per poder consultar si el viatge a mida pot ser o no dissenyat per cobrir les seves necessitats.

### RESERVES I FORMES DE PAGAMENT

Per formalitzar la reserva s'abonarà un dipòsit mínim del 40 % del preu total del viatge. Aquest percentatge podrà variar en funció de les condicions dels diferents proveïdors. La resta es liquidarà com a molt tard 10 dies abans de la data de sortida. S'accepten com a mètodes de pagament la transferència bancària, el xec nominatiu i la targeta (excepte Amex i Dinners). Per a pagaments en efectiu consultar condicions legals.

### INFORMACIÓ PRÀCTICA

#### VISATS

No cal visat per a estades inferiors a 15 dies. El passaport ha de tenir una validesa mínima de 6 mesos.

#### SALUT



Recomanem consultar la web del Servei d'Atenció al Viatger Internacional.  
Amb la col·laboració del Servei de Salut Internacional de l'Hospital Clínic de Barcelona.



## INFORMACIÓ IMPORTANT

### CARACTERÍSTIQUES DEL VIATGE

Sao Tomé i Príncipe és un arxipèlag que a poc a poc es posiciona com una destinació que fomenta un turisme sostenible i respectuós amb la natura. Un paradís encara verge que ofereix una oferta hotelera correcta sense massificacions, naturalesa espectacular, una cultura mestissa rica en folklore i gastronomia, i una costa fantàstica per descansar o fer activitats marítimes. L'ordre de les visites i excursions es pot modificar segons les condicions locals (estat de la carretera, dies de mercat, etc.). Si algunes visites o excursions no es poden dur a terme a causa de causes externes, seran reemplaçades sempre que sigui possible. Les distàncies no són gaire llargues entre les ciutats i els pobles, però sovint les carreteres o els camins estan en males condicions. Es recomana portar una sola maleta "tova", no gaire rígida, i una motxilla petita. La connexió a internet funciona en alguns llocs i en altres menys o simplement no hi haurà connexió. Es pot comprar una targeta SIM amb connexió a Internet.

Els allotjaments, encara que correctes, són senzills.

### DIVISES

A Sao Tomé no es poden treure diners amb una targeta estrangera als caixers normals (només al Banc Central de Sao Tomé i Príncipe, en finestreta i amb targeta de crèdit), és millor portar tots els diners que es necessitin en euros.

La moneda oficial és el dobra (STN), consultar el canvi a [XE converter](#).

### CLIMA

El clima és tropical amb pluges abundants. Els mesos d'hivern són més plujosos que els d'estiu. La precipitació és més baixa al juliol, amb una mitjana de 16 mm. La major part de la precipitació cau al novembre, amb una mitjana de 219 mm. La temperatura mitjana és de 26.1 °C, el març és el mes més calorós de l'any i el juliol el més fred, amb temperatures de 23.2 °C. És convenient portar una mica d'abric per a les nits i en llocs d'altitud.

### SEGURETAT


Sobre qüestions de seguretat, recomanem consultar la pàgina web del [Ministeri d'Assumptes Exteriors](#).

### PER SABER MÉS DE SAO TOMÉ

Des servir l'ampli fons bibliogràfic de la Llibreria Altaïr. Hem recopilat un conjunt de guies, mapes i llibres sobre [Sao Tomé](#) que pots consultar amb la finalitat de submergir-te en el territori a través de la literatura.

### CONDICIONS GENERALS

Les condicions generals es troben a la nostra [web](#).

Amb la col·laboració de 

Per més detalls podeu escriure a [info@geografica.cat](mailto:info@geografica.cat)