

Le guide di CaraibiOnline



SAINTE LUCIE

www.stlucia.it

SOMMAIRE

| | | | |
|--|----|-----------------------------|----|
| SAINTE LUCIE | 3 | GUIDE PRATIQUE | 13 |
| Géographie et paysages..... | 3 | Hébergements..... | 13 |
| Plages et mer..... | 3 | Location Voiture/Taxi..... | 14 |
| Sport et activités..... | 4 | Restaurants..... | 14 |
| Forêt et nature..... | 5 | Activités..... | 14 |
| Un peu d'histoire..... | 5 | Numéros utiles..... | 14 |
| Ste Lucie Etat indépendant..... | 6 | | |
| Culture, population, usage et tradition..... | 6 | | |
| Economie..... | 6 | | |
| Le St Lucia Jazz Festival..... | 6 | | |
| Shopping et duty free..... | 6 | | |
| Restaurants, cuisine créole et plats typiques..... | 7 | | |
| Vie nocturne..... | 7 | | |
| INFORMATIONS PRATIQUES | 8 | | |
| Monnaie et langue parlée..... | 8 | | |
| Documents et formalités d'entrée | 8 | | |
| Fuseau horaire..... | 8 | | |
| Festivités publiques..... | 8 | | |
| Horaires des bureaux et des commerces..... | 8 | | |
| Téléphone et Internet..... | 8 | | |
| Eau et Electricité..... | 8 | | |
| Santé | 8 | | |
| Taxi, Minibus..... | 9 | | |
| Location de voiture..... | 9 | | |
| Liaisons inter îles..... | 9 | | |
| Quelques conseils..... | 10 | | |
| VISITER SAINTE LUCIE | 11 | | |
| Castries..... | 11 | | |
| Rodney Bay..... | 11 | | |
| Gros Islet..... | 11 | | |
| Pigeon Island National Park..... | 11 | | |
| Cap Estate..... | 11 | | |
| Marigot Bay..... | 11 | | |
| Anse la Raye..... | 12 | | |
| Canaries | 12 | | |
| Soufrière..... | 12 | | |
| Choiseul..... | 12 | | |
| Laborie..... | 12 | | |
| Vieux Fort | 12 | | |
| La Côte orientale..... | 12 | | |

PANORAMIQUE SUR L'ILE DE STE LUCIE

Sainte-Lucie est une charmante île tropicale qui fait partie des Petites Antilles. Le caractère spectaculaire de ses paysages, sa nature exubérante, ses belles plages, l'authenticité de ses lieux, la joie de vivre de la population qui explose pendant la jump-up du week-end, vous plongerez dans la réalité Caraïbienne où le tourisme et les villages de pêcheurs coexistent en toute harmonie dans le cadre d'une merveilleuse nature.

GEOGRAPHIE ET PAYSAGES



L'île de Sainte-Lucie fait partie des Petites Antilles, entre 60 ° et 61 ° parallèle ouest et entre 13 ° et 14 ° de latitude nord, à environ 30 km au sud de l'île française la Martinique, 25 km du nord l'île de Saint-Vincent et entourée par la mer des Caraïbes et l'Océan Atlantique.

Sainte-Lucie en forme de larme s'étend sur 43 km de long et 23 km de large, couvrant une superficie totale de 619 km. D'origine volcanique, Sainte-Lucie est une île montagneuse avec des vallées occupées par la forêt tropicale en pente douce vers la mer, donnant de la place pour les plantations de canne à sucre et de bananes. Le point culminant est le Mont Gimie 959 m, mais le plus caractéristique dans le paysage de Sainte-Lucie se sont les Pitons, deux cônes volcaniques spectaculaires Petit Piton et Gros Piton, respectivement 750m et 790 m, devenus le symbole de Sainte-Lucie et élus par l'UNESCO patrimoine de l'humanité. La partie nord de l'île, moins montagneuse et avec un climat plus sec, est le foyer de la plupart des hôtels et le long de la route Castries-Gros Islet il s'est développé la principale zone du tertiaire et du commerce, au-delà de la petite capitale entourée de collines. Le long de la côte ouest baignée par la mer des Caraïbes se trouve la plupart des villes et les plus belles plages. La côte Est, baignée par l'océan Atlantique, est beaucoup moins peuplée, il y a peu de plages et la mer est souvent hostile; la partie nord-est de Sainte-Lucie n'a pas d'accès routier pour les villes.

PLAGES ET MER



D'origine volcanique, comme toutes les îles de l'arc des Petites Antilles, Sainte-Lucie a des plages de sable noir et blanc. La plupart des plages au sable blanc se trouvent sur la côte caraïbe de l'île au nord de Castries, entre Vigie

et Gros Islet, mais nous ne devons pas nous perdre plus au sud, dans la région de Soufrière, les criques les plus spectaculaires et les petites baies entourées de palmiers démontrent une nature exubérante.

De Castries à Pigeon Island

La plage de Vigie, ou Rendez vous Beach du nom du Resort qui l'occupe), près de l'aéroport régional de Vigie, une longue plage de sable blanc.

La plage de Choc Bay, nommé aussi The Warf du nom du bar / restaurant qui la surplombe, agréable et calme.

Marisule Beach, une plage tranquille fréquentée essentiellement par des familles locales.

Reduit Beach, une longue plage équipée, dans la zone des hôtels de Rodney Bay, les eaux sont calmes et claires et parfaites pour les sports nautiques.

Causeway Beach, une longue plage qui s'étend de Gros Islet à Pigeon Island.

A l'intérieur du parc de Pigeon Island, deux autres plages fréquentées par les touristes.

De Castries à Vieux Fort

Marigot Bay, l'une des plus belles baies des Caraïbes, une langue de sable et de palmiers sur laquelle vous pouvez vous y faire emmener par bateau-taxi.

Anse Cochon, la belle plage de sable noir de l'hôtel Ti Kaye Village, à dix minutes de la route principale, bon endroit pour le snorkeling.

Anse Chastanet, juste avant d'arriver à Soufrière, qui est également idéale pour la plongée, mais malheureusement, occupée par les installations de l'hôtel. Avec un bateau-taxi vous pouvez arriver à l'Anse Mamin pittoresque plage bordée de palmiers souvent choisi comme lieu de célébration des mariages.

Malgretoute Beach et Jalousie Beach (Anse des Pitons), intégrées dans les Pitons, sont accessibles par la route de l'hôtel Jalousie Plantation. A Choiseul, vous pouvez vous reposer sur la belle plage noire de Sab Wee Sha Beach Park, une zone verdoyante et fréquentée par des familles locales.

A Laborie, à l'entrée du village arrivant du nord, une belle plage de sable noir.

Sandy Beach à Vieux Fort est une longue plage ventilée, adaptée pour le surf et le kitesurf.

Les plages de la cote atlantique

Ce sont des plages sauvages, accessibles uniquement avec un 4x4. Cas en Bas, atteignable de Gros Islet, est une plage sauvage et ventilée, adaptée pour le windsurf et le kitesurf.

Plage de Grande Anse, accessible depuis le village de Desbarras, est une longue plage de sable blanc, où vous pourrez y voir des tortues de mer, des iguanes et de nombreuses espèces d'oiseaux.



SPORT ET ACTIVITE

Plongées et snorkeling

Il y a de nombreux centres de plongée à Sainte-Lucie, presque tous se trouvent sur les plages des plus beaux hôtels et resort de l'île, ces sont tous de centres PADI organisés sur le modèle américain. Le coût de la plongée inclus uniquement la location des bouteilles et de la ceinture de poids, si vous ne voyagez pas avec votre équipement (combinaison, détendeur, gilet), vous devrez les louer sur place. Si cela fait longtemps que vous n'avez pas plongé, certains centres vous demanderont d'effectuer une réadaptation.

Presque tous les centres de plongée offrent aussi des excursions en snorkeling (palmes, masque, tuba).

La formation volcanique de Sainte-Lucie a créé des sites fantastiques pour la plongée accessibles à partir du premier niveau, nombreux sont accessibles directement de la plage.

Les sites de plongée à Sainte-Lucie sont tous le long de la côte Caraïbe.

Anse Chastanet: directement accessible de la plage, est une réserve marine avec des récifs coralliens magnifiques, non loin de la côte où vous pourrez observer une grande variété de coraux, d'éponges et de poissons de récif, des tortues ne manqueront pas de venir à votre rencontre et occasionnellement des pieuvres.

En plongée de nuit, vous pourrez observer «The Thing», une créature marine d'environ 150 cm qui n'est pas encore entièrement classé par les biologistes marins.

Key Hole Pinnacles: un spot fréquenté pour sa beauté, qui a été élu comme l'un des plus beaux sites de plongée des Caraïbes, quatre montagnes sous-marines recouvertes de coraux et de gorgones.

A Canaries, non loin de la plage de l'Anse Cochon, l'épave du cargo Lesleen M long de 50m repose sur le fond à 20m de profondeur dans une réserve marine.

Aux pieds des Pitons nombreux sont les sites de plongés, idéal aussi

pour le snorkeling.

Coral Gardens au pied du Gros Piton, ainsi nommé pour sa multitude de coraux, de 5 à 15 mètres; Superman Flight en face du Petit Piton, prend son nom d'une scène du film Superman II, tourné à Sainte-Lucie et il y a une plongée à faire, la « drift dive » plongée le long d'un mur de 50 mètres réputée pour la clarté de ses eaux.

Anse la Raye est l'un des sites de plongée les plus populaires, vous pourrez voir d'énormes formations rocheuses volcaniques.

Trekking et excursions

La nature exubérante de l'île de Sainte-Lucie est idéale pour la randonnée et pour le trekking dans les forêts. Des guides qualifiés vous emmèneront explorer la forêt tropicale. Le département des forêts a développé une série de parcours accessibles à tous, avec différents niveaux de difficulté. Il est possible de faire le bird watching, découverte des espèces endémiques (y compris le ara Sainte-Lucie, ou Jacquot, une espèce protégée, qui ne vit que dans les forêts centrales de Sainte-Lucie); d'autres excursions comprennent la randonnée pédestre dans la forêt et la visite des cascades; pour les plus audacieux la montée au sommet du Gros Piton sera une expérience inoubliable.

Des excursions en quad vous seront proposées dans le domaine de Micoud pour y découvrir la forêt, les plantations et les plages de l'Atlantique. Plusieurs centres d'équitation vous proposeront une ballade à cheval le long des plages et dans la campagne de Sainte-Lucie.

RAPPEL POUR LES EXCURSIONS

- Emmener beaucoup d'eau (au moins 1,5 l par personne) et à manger
- Emmener un chapeau, des chaussures adaptées et un kway en cas de pluie
- Attention, vers 17h30/18h00 le soleil commence à descendre et l'obscurité arrive très rapidement
- Respecter la nature, ne jeter pas vos ordures !
- Informez-vous sur la météo avant de partir, avec la pluie certains parcours peuvent devenir très dangereux
- Ne toucher aucunes plantes inconnues et ne cueillez aucunes fleurs!

Autres activités

La plupart des grands hôtels de Sainte-Lucie ont des terrains de tennis et offrent la possibilité de pratiquer le kayak, le ski nautique et autres sports nautiques. Il y a aussi des centres de fitness dans le nord de l'île et dans les hôtels.

Le VTT est une autre manière fascinante de découvrir l'intérieur de l'île.

Les croisières en catamaran pour la journée, avec des départs depuis les principaux centres touristiques du nord, sont un moyen d'apprécier la beauté de l'île et la mer.

Des sorties de pêche sportive vous sont aussi proposées et whale watching. Ne manquez pas de faire un tour en hélicoptère, pour une vue différente et pleine d'émotions de Sainte-Lucie.

Le cricket est le sport national de Sainte-Lucie, bien que le football soit l'activité la plus populaire.

Le Kite surf et le Wind surf sont pratiqués surtout à l'Anse de Sables à Vieux Fort et à Cas à Bas, où les conditions de vent sont idéales pour celui qui recherche de fortes sensations.

Nombreux sont les hôtels de la cote Caraïbe qui louent le matériel à leurs clients.

Le golf

Si vous aimez le golf, à St Lucie, vous y pourrez jouer toute l'année avec une vue imprenable sur la mer et la nature tropicale, profitant du soleil et la douce brise des alizés.

Il y a deux terrains de golf à Sainte-Lucie: un à Sandals Regency St. Lucia Golf Resort & Spa - où celui qui t'accompagne, même s'il n'est pas passionné de golf, pourra se détendre dans le spa à proximité - et le second à St Lucia Golf & Country Club, à la fois à Cap Estates, à l'extrémité septentrionale de l'île .

FORET ET NATURE



Sainte Lucie est fascinante pour ses vallées de forêt tropicale vierges pour ses cascades et ses ruisseaux. La forêt tropicale couvre 10% de la superficie de l'île et de nombreuses zones sont désignées comme réserve naturelle protégée. St Lucia abrite une variété de plantes tropicales et de faune tropicale. Parmi les espèces animales vivant sur l'île de Sainte-Lucie il y a le perroquet, espèce endémique et protégée, le boa constricteur, vipère Fer de Lance, différentes types de grenouilles, des iguanes et les lézards, mangoustes et les

agoutis.

La Fregate Island Réserve naturelle, sur la côte atlantique dans la région de Dennery, abrite plusieurs des espèces énumérées y compris certaines espèces endémiques d'oiseaux et plusieurs types de hérons.

La Maria Island Natural Reserve, en face de Sandy Beach à Vieux Fort, est le seul habitat de l'une des plus rares espèces de serpents du collier, de lézards Zandoli te de Maria Island, ainsi que de nombreuses espèces d'oiseaux.

Il est possible de faire plusieurs circuits de randonnée pour découvrir ces merveilles, un guide est toujours recommandé.

La formation géologique de Sainte-Lucie la rend attrayante pour les activités volcaniques encore présentes en particulier dans la région de Soufrière, la dernière éruption volcanique a été en 1766.

A visiter Soulfure Springs ou les cascades ou les jardins de la Soufrière, où vous pouvez vous baigner dans l'eau à 40 ° C, profitant de la nature tropicale autour de ces sites.

UN PEU D'HISTOIRE



Les premiers habitants de l'île étaient des populations amérindiennes, d'abord les Arawaks, qui se sont installés sur l'île entre 1000 et 500 avant JC, puis remplacés par les Caraïbéens Kalinago environ 800 après JC. Le nom de l'île a été Hewanorra ou Iouanalao, l'île des iguanes. Sainte-Lucie, semble n'avoir

jamais été aperçue par Christophe Colomb, il est dit que son compatriote espagnol Juan de la Cosa a accosté au début des années 1500, mais la découverte de l'île est toujours une source de controverse. Le premier Européen à l'occuper fut le Français François Le Clerc, connu sous le nom de Jambe de Bois , un pirate qui vers 1550 prit possession de Pigeon Island pour attaquer les navires espagnols.

Les Britanniques sont arrivés pour la première fois en 1605, puis de nouveau en 1638 mais ont été chassés par les Caribéens.

Ce fut ensuite au tour des Français, qui ont tenté de négocier avec les populations locales. En 1746, ils fondent la ville de Soufrière, après laquelle l'île a longtemps été disputée entre les mains des Français et des Anglais, et changée 14 ou 15 fois dans les XVIIe et XVIIIe siècles. En 1778, les Britanniques ont établi une base navale à Gros Islet et fortifièrent Pigeon Island commençant une série d'attaques contre les Français, qui abouti à la victoire des

Britanniques pendant la célèbre bataille des Saintes en 1782. En 1794, Sainte-Lucie a fait partie de la guerre de bandits, qui ont vu les français et les saints luciens, esclaves et libres, se retourner contre les Britanniques, ce fut la plus longue bataille que l'île avait rencontré et fit 6000 morts parmi la population locale. Encore plusieurs changements de mains et en 1814 les Britanniques ont finalement pris possession de l'île par le traité de Paris. L'autonomie de Sainte-Lucie a été reconnu en 1967, l'île devint une partie du Commonwealth britannique le 22 Février 1979.

STE LUCIE, UN ETAT INDIPENDENT



Sainte-Lucie est devenue un État indépendant en 1979, elle se compose d'un gouvernement démocratique dans le modèle parlementaire britannique et aujourd'hui est membre du Commonwealth.

CULTURE, POPULATION USAGES ET TRADITIONS

Sainte-Lucie compte environ 160.000 habitants, comme dans les autres îles des Caraïbes, la population est le produit d'un mélange de groupes ethniques différents, avec une prédominance d'origine africaine.

La langue officielle est l'anglais, le créole dérivé du français est largement utilisé par les populations locales. La religion principale est à 70% catholique et pour de petit pourcentages, adventiste, anglicane et évangéliste du septième jour. Les nombreux rastas qui vivent à Sainte-Lucie sont Rastafari.

Nous trouvons le patrimoine créole dans de nombreux aspects de la vie quotidienne, y compris la sérénité et le désir de faire la fête durant le week-end (voir jump-up, fish fry, etc)

En Octobre c'est le Créole Day, la culture créole est célébrée le dernier samedi du mois: des robes de madras, plats typiques, artisanat, traditions au premier plan.

ECONOMIE

Le tourisme est la principale source de revenus de l'île, les investissements étrangers et les installations touristiques sont en pleine expansion. L'agriculture est la deuxième activité de l'île, les principales exportations sont les bananes, les noix de coco et le cacao.

LE FESTIVAL DE JAZZ DE STE LUCIE

Depuis 1992, l'événement du mois de mai incontournable pour les passionnés et les amateurs, le Festival de Jazz de Saint-Lucie est devenu un événement mondialement connu. Du 30 Avril au 11 mai 2014, concerts non-stop jour et nuit, avec grands artistes de réputation internationale.

SHOPPING ET DUTY FREE

Le Duty Free Pointe Seraphine est considéré comme le meilleur Duty Free dans les Caraïbes, vous trouvez d'autres duty-free sur l'île de La Place Carenage à Castries et aux départs de l'aéroport international Hewanorra. Vous pouvez acheter des bijoux, des parfums, cosmétiques, alcools, cigarettes et cigares, cadeaux, artisanat local. A Castries, au Central Market, vous trouverez divers objets d'artisanat local, des sculptures sur bois, des poteries, paniers et objets faits de fibres naturelles. A Choiseul il y a un centre réputé pour l'artisanat.

BROTHERS INTERNATIONAL BARBER SHOP

C'est une coutume typique d'aller chez "le barbier". Les hommes y vont souvent, une fois par semaine, pour la coupe traditionnelle "cut thoat razor", pour rafraichir simplement une coupe ou pour un rasage design de la barbe. Le salon du barbier est aussi un point de rencontre pour discuter, de sport et pour s'informer sur les nouvelles locales. Certains salons sont unisexes et la partie femme offre, en plus des coiffures, certains soins de beauté tels que l'épilation des sourcils, manucure, extensions d'ongles. Les prix sont très raisonnables, mais il ne faut pas être pressé et attendre son tour. L'attente peu être l'occasion de discuter avec les habitants.



Brothers International Barber Shop

Gros Islet - St Lucia

Tel: 713-5508 or 715-3391

www.facebook.com/BrothersBarberSalon

RESTAURANTS, CUISINE CREOLE ET PLATS TYPIQUES



Le choix de restaurants à Sainte-Lucie est très grand, en particulier dans les zones touristiques. Un certain nombre de restaurants occidentaux sauront satisfaire les palais les plus exigeants grâce à un excellent service et offrent une atmosphère particulière, de la taverne de pirates au style feng shui. Vous pouvez choisir entre tous les types de cuisine, française, thaï, italienne, créole, en passant par le repas de langouste à un barbecue ou une pizza. Certains des meilleurs restaurants de Sainte-Lucie sont dans les grands hôtels de l'île, mais acceptent avec grand plaisir tous les clients.

Manger dans les restaurants locaux est une occasion de découvrir les goûts et les saveurs de la cuisine créole à Sainte-Lucie ainsi que de s'immerger dans la vie quotidienne sur l'île. Les restaurants locaux, appelés tout simplement « local bar », offrent des prix bas pour la cuisine locale comme pour l'occidentale. Avec moins de 5 € vous pourrez manger un repas complet, de poisson ou de viande avec des légumes, des haricots et du riz et servi avec une boisson ou une bière locale (Piton).

La cuisine française, puis l'africaine et après l'indienne ont contribué à créer la cuisine créole de Sainte-Lucie, née sous l'influence de cinq siècles d'immigrations et avec la rencontre de la cuisine amérindienne, qui a survécu dans le temps et l'on s'en souvient encore aujourd'hui avec l'utilisation d'ingrédients comme la patate douce, l'igname et le manioc.

Le plat traditionnel de Sainte-Lucie est le "green fig and salt fish», bananes vertes et poisson salé. La morue, introduite par les colons, a été adoptée par la cuisine créole pour sa richesse en protéines et son faible coût. Cuit avec des bananes vertes, des épices et des herbes c'est le plat le plus populaire. Encore aujourd'hui sur certaines plages des villages de pêcheurs, certains continuent à saler le poisson pêché mis ensuite à sécher au soleil pour pouvoir le conserver plus longtemps. La banane est également utilisée pour faire du ketchup, plutôt original, c'est le "banana ketchup"

La culture indienne, introduite en 1840 par les travailleurs indiens arrivés sur l'île pour la transformation de la canne à sucre, a introduit le «roti», une sorte de crêpe ou de tortilla pliée en forme de fagot, rempli de différents ingrédients (légumes, viande).

Le «one pot», d'origine Amérindienne, est un ragoût très liquide de légumes et de différentes viandes assaisonnées avec beaucoup

d'épices et piment, servi avec des haricots rouges et gnocchi locaux, c'est devenu un plat traditionnel de Sainte-Lucie. La soupe de potiron est un autre plat préparé avec du thym frais et du bacon ou du bouillon de poulet.

VIE NOCTURNE

À la tombée de la nuit l'amusement commence à Sainte-Lucie. À Rodney Bay, vous trouverez la plus grande concentration de restaurants, night-clubs et bars.

Bonne nourriture, bonne musique et bonne compagnie toute la nuit. Les amateurs du coucher de soleil peuvent opter pour une boisson à bord d'un catamaran en choisissant une croisière « Sunset Cruise » pour naviguer le long de la côte Caraïbe le départ étant vers 17h00. Le Friday Night Jump Up est une fête qui a lieu tous les vendredis soirs à Gros Islet, dans le nord de l'île, où l'on mange, boit et danse dans les rues jusqu'au petit matin.

À Anse la Raye, tous les vendredis soirs, c'est la Fish fiesta, avec du poisson frais et fruits de mer, cuits à la mode locale avec des animations musicales dans les rues de la ville. Le même parti, le Fish Fry, qui s'est tenue dans les villages de pêche et plusieurs Dennyers le samedi soir.

INFORMATIONS PRATIQUES

MONNAIE ET LANGUE PARLEE



La devise de Sainte-Lucie est le dollar des Caraïbes orientales (EC\$ ou XCD).

1 EC\$ = 0.283987EUR
 1 EC\$ = 0.370370 USD
 (Cours au 09/05/13)

La langue officielle est l'anglais, le créole est largement utilisé par les populations locales. Les événements historiques entre les français et les britanniques ont influencé la langue créole de Sainte-Lucie, donnant vie à un «patois» d'origine française, avec lequel les Saint Luciens peuvent communiquer avec leurs voisins les français de Martinique.

DOCUMENTS ET FORMALITES D'ENTREE

Pour se rendre à Sainte-Lucie pour les Européens et les Américains il est obligatoire d'avoir un passeport et un billet de retour ou de continuité du voyage (avion ou bateau). À l'arrivée à la douane il vous est délivré un visa valable 42 jours. En quittant Sainte Lucie par avion la **taxe de sortie** est comprise dans le prix du billet d'avion, si vous quittez l'île par la mer, la taxe de sortie est de 30 EC\$. Le paiement doit être effectué en espèces, vous pouvez payer soit en EC\$ soit en dollars américains. Pour conduire, il est nécessaire d'avoir un **permis local temporaire** délivré dans les bureaux d'immigration de l'aéroport, les bureaux de police et les compagnies locales de location de voitures. Le coût est de 54 EC\$ pour une validité de 3 mois.

FUSEAU HORAIRE

L'heure à Sainte-Lucie est moins 5 heures en hiver, par rapport à la France, 6 heures en été.

FESTIVITE PUBLIQUES

Jour de l'An: 1 et 2 Janvier
 Jour de l'Indépendance: 22 Février
 Fête du travail: 1er Mai
 Festival de Jazz : Mai

Carnaval: Juillet
 Journée de l'émancipation: Août
 Journée créole: Octobre
 Fête nationale: 13 Décembre
 Noël: 25 Décembre

HORAIRE DES BUREAUX ET DES COMMERCES

Les banques sont ouvertes de 8h00 à 15h00, le vendredi à 17h00.
 Les bureaux de poste sont ouverts du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30.
 Les magasins sont normalement ouverts de 8h30 à 16h30, certains ferment le midi et sont fermés le samedi après-midi.
 Dans les petites villes, les épiceries restent ouvertes jusqu'à 22h00.
 Les supermarchés de Castries, Rodney Bay et Vieux Fort sont ouverts du lundi au samedi jusqu'à 20h00.

TELEPHONE ET INTERNET

De Sainte-Lucie le Cable&Wireless (WI) permet des appels locaux et internationaux à partir de téléphones mobiles, téléphones publics et d'appels par la carte de crédit. Digicel est le réseau mobile GSM le plus utilisé.
 Internet est présent dans la plupart des structures touristiques et souvent par Wi Fi.
 Préfixe de St. Lucie: 758
 Pour appeler à Sainte-Lucie depuis l'étranger: +1-758- suivi du numéro à 7 chiffres.

EAU ET ELECTRICITE

L'eau du robinet est potable.
 Le courant électrique est de 220 volt, 50 hertz.
 Les prises sont à 3 broches plates de type G (Britannique à 3 broches). Pensez à prendre un adaptateur avant de partir pour Sainte-Lucie ou renseignez-vous à l'hôtel où vous séjournerez s'ils en ont à disposition pour les clients.

SANTÉ, DANGERS ET QUELQUES CONSEILS

Le service de santé à Sainte-Lucie est plutôt léger, il y a des hôpitaux et cliniques privées que vous pouvez contacter en cas de besoin. Cependant en cas d'un problème sérieux, un transfert en Martinique est conseillé.

En cas d'urgence appeler le 911, il y a plusieurs hôpitaux : l'hôpital Victoria de Castries, l'Hôpital Sainte-Lucie-St Jude à Vieux Fort, Dennerly Hôpital à Dennerly, Soufrière Hospital à la Soufrière, Clinique privée Tapion Hospital à Castries, avec un service d'urgence 24h/24 758-4592000

À Sainte-Lucie il y a un risque de bilharziose, il n'est donc pas recommandé de se baigner dans une eau stagnante. La vipère fer-de-lance est présente sur l'île, sa morsure peut être mortelle.

Faites attention à vos biens, surtout si vous allez à Gros Islet Friday Night. Ne portez pas de bijoux, apportez juste ce qu'il faut comme argent pour passer la soirée et soyez prudent, ne vous éloignez pas du lieu de la fête.

Il est recommandé d'apporter des vêtements frais et légers, dans les soirées plus fraîches un pull ou un gilet peut être apprécié. Les tenues de plage (shorts, maillot de bain) ne sont pas autorisés en ville ou dans les villages, ni pour visiter l'île. Le topless est interdit.



SE DEPLACER SUR L'ILE

Taxi

Le taxi est un moyen pratique et relativement peu coûteux pour se déplacer à Sainte-Lucie. Les chauffeurs de taxi vous donneront diverses informations, et vous emmèneront dans des endroits très intéressants et pourront vous servir de guide. Vous pouvez vous mettre d'accord sur le prix avec le chauffeur de taxi surtout si vous avez l'intention de le prendre pour la journée ou pour plusieurs jours. Les coûts moyens pour les trajets de taxi avec une licence (avec la plaque rouge ou bleu TX): Castries-Gros Islet 66 EC\$, RodneyBay - Gros Islet 25EC\$, Rodney Bay-Pigion Island 25 EC\$, Castries-Soufriere 239 EC\$, Castries-Anse la Raye 101 EC\$.

Minibus

Les minibus (plaque d'immatriculation M) sont nombreux dans la matinée et jusqu'à la fin de la journée. Le vendredi et samedi soir, dans le nord de l'île, beaucoup sont en service jusqu'à la fin de la nuit pour permettre à la population de rentrer chez eux après le jump-up de Gros Islet. Estimations de prix: Castries-Gros islet 2,75EC\$, Castries-Rodney Bay 2,25 EC\$, Castries-Vigie 1,50 EC\$, Castries-Vieux Fort 7 EC\$, Castries-Soufriere 10 EC\$.

Location de voiture

Louer une voiture à Sainte-Lucie implique l'achat d'un permis de conduire temporaire locale (54 EC\$), formalité possible par l'agence de location de voiture ou vous pouvez le faire vous-même en allant au bureau de l'immigration dans les aéroports ou dans les bureaux de police de Castries ou des grands centres de l'île. Outre les sociétés internationales de location de voitures, il y a différentes locations de voitures locales avec parfois des prix plus bas. Renseignez-vous que l'assurance soit bien comprise, vérifiez les conditions de location et l'état du véhicule de location. Conduire à Sainte-Lucie demande beaucoup d'attention, on roule à gauche et la signalisation locale est plutôt succincte.



LIAISONS INTER ILES

Liaisons aériennes

Sainte-Lucie est relié par avion aux autres îles de la Caraïbe par Liat (Saint-Vincent, Martinique, Barbade, Antigua, Trinidad), Air Caraïbes et Air Antilles Express (Guadeloupe, Martinique).

Liaisons maritimes

Au départ des îles avoisinantes, les liaisons maritimes sont assurées par Express des Iles, ferries pour/de la Martinique, la Dominique et la Guadeloupe. Pour la Martinique il existe une petite compagnie maritime, West Indies, reliant Castries quotidiennement avec Le Marin avec une petite vedette. Au terminal maritime de Castries il y a un guichet automatique pour retirer la devise locale, une restauration et de nombreux taxis sont à l'arrivée du ferry.

TAXE DE SORTIE

En quittant Sainte Lucie par avion la **taxe de sortie** est comprise dans le prix du billet d'avion, tandis que si vous quittez l'île par la mer, la taxe de sortie sera de 30 EC\$.
Prévoyez des espèces pour régler cette taxe, sont acceptés les EC\$ ainsi que les US\$.

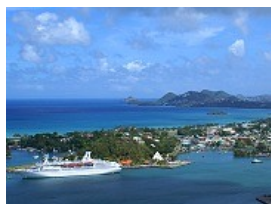
AEROPORTS DE STE LUCIE

Sainte-Lucie a deux aéroports, l'aéroport international de Hewanorra (UVF) au Vieux Fort, au sud de l'île et le petit aéroport George F.Charles Airport (SLU) à Castries, d'où partent les vols inter-régionaux vers les autres îles des Antilles.

QUELQUES CONSEILS...

- Toujours demander avant de prendre des photos de personnes
- Soyez poli et vous aurez toujours un sourire
- Ne rien laisser dans les voitures garées
- Ne pas stationner sous les cocotiers
- Conduisez prudemment et faites attention aux autres conducteurs (oublie de clignotants, arrêts soudains après les virages, etc), aux pièges possibles le long des routes (trous, canaux latéraux...)
- Alors que la nuit tombe sur les plages il y a des les espèces de moucheron qui piquent, peut être très ennuyeux
- A la plage, gardez toujours un œil sur vos affaires, surtout sur les plages les moins fréquentées
- Toujours faire attention aux courants dans la mer
- N'oubliez pas de boire beaucoup d'eau, même si vous n'avez pas soif, c'est les tropiques et il est important de s'hydrater correctement, même si la chaleur est supportable.
- Utilisez haute protection solaire, le vent peut parfois mitiger mais le soleil est toujours puissant.
- Si vous prévoyez de visiter d'autres îles, voyagez avec des bagages légers, vous serez plus à l'aise dans vos déplacements soit par avion soit par bateau.

VISITER SAINTE LUCIE



Castries

Castries est la capitale de Sainte-Lucie, une typique ville caribéenne, d'un côté la ville est protégée par sa baie, qui abrite aujourd'hui au moins deux navires de croisière par jour, et de l'autre côté par des fortifications, aujourd'hui bâtiments publics, sur le Mont Fortune, 852 m

de haut, qui offre une vue magnifique sur la ville et le port. Malheureusement, de la vieille ville antique de Castries, fondée par les Français au XVIIIe siècle, n'a survécu qu'une petite partie aux incendies survenus en 1785, 1812 et 1948. La ville s'est développée autour de ces quelques rues principales, donnant vie à différentes reconstructions et des quartiers désordonnés sont apparus. Aujourd'hui, nous pouvons admirer dans l'ancien centre la cathédrale de l'Immaculée Conception, construite en 1897, un exemple intéressant de l'architecture avec l'influence antillaise et africaine et la Bibliothèque publique de style victorien. Le marché central, en particulier le samedi matin, est très intéressant à visiter.



A NORD DE CASTRIES

Rodney Bay

C'est la zone touristique par excellence qui abrite la plus importante marina internationale de Sainte-Lucie. Le long de la plage de Reduit, se concentre une grande partie des hôtels de Sainte-Lucie, Rodney Bay au fil des ans est

devenue une référence pour ses restaurants et sa vie nocturne.

Gros Islet

Un village de pêcheurs surplombant la mer des Caraïbes, il est devenu célèbre pour son jump-up tous les vendredis soirs. C'est un village typique des Caraïbes, offrant quelques restaurants, un bar et quelques solutions de logement peu coûteux.

Pigeon Island National Park

L'histoire de Pigeon Island remonte à 1550, lorsque le pirate français appelé Jambe de Bois en a fait sa base pour attaquer les galions espagnols qui traversaient les Petites Antilles. Deux siècles plus tard, les Britanniques fortifièrent l'île afin de contrôler le

passage des navires français à destination des Antilles, c'est de là que l'amiral Rodney en 1782, se lancera à la poursuite des navires français partis de Fort-Royal de la Martinique (aujourd'hui Fort de France) pour s'unir aux Espagnols et attaquer la Jamaïque. Après une course poursuite de deux jours, les flottes ennemies se sont affrontées au large des îles des Saintes créant l'un des plus célèbres batailles navales. A la fin des hostilités franco-britannique le fort a été abandonné jusqu'à la Seconde Guerre mondiale, où il a été construit une base radio de l'armée américaine. Aujourd'hui Pigeon Island, reliée au continent par une digue construite en 1970, est un parc national et vous pourrez admirer les vieux bâtiments militaires, dont l'un abrite un musée qui retrace l'histoire de Sainte-Lucie. De la colline fortifiée on domine la baie de Gros Islet avec une vue imprenable sur la côte caraïbe de Sainte-Lucie jusqu'aux Pitons avec la Martinique juste en face. Le parc abrite également un restaurant bar et deux plages de sable blanc équipées, très fréquentée par les croisiéristes.

Cap Estate

La partie la plus méridionale de l'île et la plus sèche, c'est une zone résidentielle de villas et on y trouve quelques hôtels resort et le Golf.



A SUD DE CASTRIES

Marigot Bay

Décrite par l'écrivain Anglais James Michener comme la plus belle baie des Caraïbes, à été au cours des siècles la protagoniste d'événements terribles. Pendant des années, un refuge pour les pirates et dans le 18^{ème} siècle lieu des

batailles entre les Français et les Britanniques, pendant la Seconde Guerre mondiale elle a été un refuge pour les U-Boat nazis. Ces dernières années, grâce à la beauté du lieu, Marigot Bay a connu un développement impressionnant du tourisme: au-delà de la construction d'hôtels et de villas de luxe, il est devenu un port de plaisance avec des restaurants et bars et un complexe d'appartements avec des spa, destination presque obligatoire des yachts et des croisières à la voile. Pour sa beauté elle a été choisie comme décor pour de nombreux films dont le Dr Doolittle, Water and Fire Power avec Sophia Loren.

Anse la Raye

C'est un village de pêche pittoresque qui préserve l'atmosphère des Caraïbes d'origine, c'est encore un lieu où la magie noire, le obeah, pareil au vaudou, survit sur l'avancée des temps modernes et les chamans, les hommes obeah, sont respectés et craints. La caractéristique de la fête de rue du vendredi soir c'est le fish fry. Dans les plus petites baies à proximité, il y a un certain nombre de resort, d'hôtels, véritable havre de paix, protégés par la végétation luxuriante de la forêt tropicale qui s'étend jusqu'à la mer.

Canaries

C'est un petit village de pêcheurs sur la mer des Caraïbes.

Soufrière

Fondée par les Français en 1746, c'est une ville animée nichée dans la magnifique baie dominée par les Pitons, prend son nom des sources d'eau sulfureuse riche dans la région. Cela maintient une atmosphère agréable et c'est le point de départ pour de nombreuses excursions et visites dans la région. Le Soulfure Springs, unique volcan au monde joignable en voiture, a été appelé par les Caraïbéens «Qualibou» et était un lieu plein de mystère et de superstition: pendant les périodes de haute activité hydrothermale étaient sacrifiés de jeunes vierges pour apaiser la colère de Dieu, et avant eux, 200 après JC les Arawaks croyaient que les puits de boue bouillante étaient la maison du dieu du feu «Yokahu». Le Diamond Botanical Gardens avec son bain minéral, la cascade Toraille entourée par son jardin tropical et la Piton Waterfall avec des eaux sulfureuses sont quelques-uns des endroits à visiter, et pourquoi pas avec un bon bain. Grace aux paysages spectaculaires plusieurs hôtels et Resort de luxe se sont installés dans le voisinage de la Soufrière, mais il y a aussi des hébergement moins onéreux.

Choiseul

Autrefois appelé baie des limes et nommé par les Français en 1763 comme le duc de Choiseul, ministre du roi Louis XV, c'est un village de pêcheurs avec son église au bord de la mer ayant une vive couleur bleue et, à côté d'elle, le petit marché de poissons. Juste au nord de Choiseul une jolie petite plage de sable noire peu fréquentée par les touristes. A Choiseul il y a un centre d'artisanat.

Laborie

Comme Choiseul, Laborie vie loin du tourisme. C'est un village de pêche animé caractérisé par ses maisons en bois avec ces typiques vérandas de style «ginger bread» et surplombe la mer des Caraïbes avec sa plage volcanique à l'extrémité nord du pays.

Vieux Fort

Laissant Soufrière derrière nous, les paysages changent radicalement, passant de montagnes escarpées et de profondes vallées, à de douces collines pour atteindre une large plaine à l'extrême sud de Sainte-Lucie où la mer de Caraïbes rencontre l'Atlantique et d'où surgit Vieux Fort. Cette ville, qui tire son nom d'un fort construit par les Hollandais en 1654, n'a en soi rien d'intéressant au niveau touristique. Second port commercial de l'île il abrite également l'aéroport international Hewanorra. A l'est de la ville la longue plage de Sandy Beach du côté Atlantique est idéal pour le kite-surf et le windsurf. Les îles Maria sont une réserve naturelle et abritent la seule espèce de lézard dans le monde Zandoli té, dont il ne reste que seuls quelques centaines de spécimens, et différents serpents rares dont le kouwess. Une vue panoramique imprenable c'est la phare de Moule à Chique (223m) d'où vous dominez les îles Maria et l'île de Saint-Vincent au sud et de cet endroit une vue magnifique sur la côte des Caraïbes et l'Atlantique. Certains hébergements sont possible, des hôtels de luxe sur la plage à l'hôtel plus accessible.



LA CÔTE ORIENTALE

De Vieux Fort la route continue touchant les villages des pêcheurs de Micoud et Dennery, la nature le long de ce tronçon est sec et vous pouvez voir de belles vues sur la côte atlantique.

A noter, la Fregate Island Natural Reserve, qui accueille plusieurs types de hérons, les boas conscriptor et les vipères fer-de-lance. Dans la zone sont proposés des randonnées ou des excursions en 4x4 et parcs d'aventure. De Dennery la route reprend vers le centre de l'île, plus montagneuse et avec une forêt luxuriante, pour arriver à Castries, il faut compter environ 1h30 'de Vieux Fort.

HEBERGEMENTS

Gros Islet – Alizé Inn

Hotel de 12 chambres près des plages de Reduit et Pigeon

Prix: à partir de 50US\$/nuit

Site: www.alize-inn.info

Téléphone: 758 452 0960

Adresse: Mongiraud – Gros Islet

Gros Islet – La Panache Guest House

Petite maison d'hôtes avec des appartements et des studios avec vue sur la baie de Rodney

Prix: à partir de 55US\$/nuit

Site: www.lapanache.com

Téléphone: 758 450 0765

Adresse: Cas en bas road – Gros Islet

Gros Islet – Palm Haven

En face de la marina de Rodney Bay, hôtel 3 étoiles de 35 chambres, accueil chaleureux, tranquillité.

Prix: à partir de 77 US\$

Site: www.palmhavenhotel.com

Téléphone: 758 456-8500

Adresse: Rodney Bay - Gros Islet

Gros Islet – Stephanies Hotel

Un petit hôtel, simple et pas cher, à quelques pas de la fête du Friday Night à Gros Islet et de la Marina de Rodney Bay.

Prix: à partir de 60 Euro petit déjeuner inclus

Site: www.stephanieshotel.com

Téléphone: 758 450 8689

Adresse: Massade - Gros Islet

Castries – Stephanies Apartments

Dans un beau quartier de Castries, appartements avec balcon donnant sur un jardin tropical. On dispose aussi d'une maison pour 9 personnes en location à Gros Islet.

Prix: à partir de 40 Euro/pers

Site: www.stephanieshotel.com

Téléphone: 758 721 6081

Adresse: Castries

Castries – Windjammer Landing

Dans une propriété qui arrive jusqu'à la plage, en colline, villas de 1 à 4 chambres avec piscine privée, spa, restaurants et activités.

Prix: à partir de 225 US\$/nuit

Site: www.windjammer-landing.com

Téléphone: 758 456 9000

Adresse: Labrelotte Bay – Castries

Soufrière – La Haut Resort

Sur une colline avec vue splendide sur les Pitons, la mer des Caraïbes et la forêt tropicale, 16 chambres en formule B&B avec un service de haute qualité et un

restaurant, dans le contexte d'une plantation en activité, piscine.

Prix: Double standard 175US/nuit

Site: www.lahaut.com

Téléphone: 758 459 7008

Adresse: Soufrière

Soufrière – Crystals

Situé à 5 minutes de Soufrière, Crystals propose plusieurs maisons romantiques dans la nature, élégamment meublées, avec piscine privée et vue imprenable.

Prix: à partir de 260 US\$

Site: www.stluciacrystals.com

Téléphone: 758 285 1984 / 758 716 5692

Adresse: Colombette - Soufrière

Marigot Bay – Mango Beach Inn

A Marigot Bay, l'une des plus belles baies de la Caraïbe, Mango Beach est un Bed & Breakfast Inn historique, ouvert toute année, excellent restaurant.

Prix: à partir de 100 US\$ /nuit

Site: www.mangobeachmarigot.com

Téléphone: 758 485 1621

Adresse: Marigot Bay

Cap Estate – Belle Kaye

Hébergements de luxe pour les vacances, 1 villa et 4 appartements de 2 à 6 personnes, à proximité du golf, Pigeon Island et des plages, vue panoramique.

Prix: à partir de 89 US\$

Site: www.bellekaye.com

Téléphone: +44 (0) 20 813 32569 / +1 (758) 460 7049

Adresse: Cap Estate

Laborie – Balenbouche Estate

Dans une plantation historique, maison d'hôtes qui propose 4 chalets privés dans des anciennes maisons en bois rénovées pour 2 à 5 personnes Sur demande, nous proposons de délicieux repas faits maison à base de légumes et fruits bio cultivés dans la propriété. Nous parlons allemand, anglais, français et un peu d'italien et espagnol aussi!

Prix: à partir de 90 US\$

Site: www.balenbouche.com

Téléphone: +1 (758) 455 1244

Adresse: Laborie

LOCATION VOITURE / TAXI

Castries - Best Rates 24 Hours Car Rental

A partir de US\$260/semaine, location et leasing de nouveaux modèles de voitures et de VUS aux meilleurs prix, service et assistance 24/24 heures, livraison gratuite à l'aéroport ou autre lieu, permis de conduire US\$22. Age minimum: 22 ans + 2 ans de conduite, Kilométrage illimité, 1 jour gratuit sur les locations de 7 jours.

Site: www.bestratescarrental.com

Téléphone: 758 452 1330 / 758 450 1505 / 758 584 4502

Adresse: Sans Souci - Castries

Gros-Islet - Courtesy Car Rentals

Large choix de véhicules, du basic au luxe. 4x4 entièrement équipés, voitures, minivans. Livraison aux aéroports ainsi que près des villas de location et hôtels. Tarifs compétitifs. Un jour gratuit sur une semaine de location. Locations court et long terme. Kilométrage illimité. Permis de conduire.

Site: www.courtesycarrentals.com

Téléphone: 758 452 8140 / 758 519 1321

Adresse: Bois D'Orange - Gros-Islet

Rodney Bay - St Lucia Luxury Car Rentals

Location de Land Rover, Suzuki, BMW X3 et Subaru Forester, prix de 65 à 250 US \$ par jour. Ouvert 7/7 jours, livraison voitures dans les deux aéroports, à votre hôtel ou à notre bureau à Rodney Bay. Excursions sur l'île avec guide d'une demi-journée ou la journée. Location de voitures avec chauffeur. Permis de conduire local US \$ 21. Age minimum pour la location 25 ans.

Site: www.stlucialuxurycars.com

Téléphone: 758 450 4192 / 758 285 3387

Adresse: Rodney Bay

St Lucia Tour

Guide local

Telephone: 758 7158577 / 758 7171882

Adresse: Rodney Bay

Smally's Island Tours

Guide local

Telephone: 758 4843618 / 4514406

Adresse: Marigot Bay

King Nigel

Guide local

Telephone: 758 7200178

Adresse: Soufrière

RESTAURANTS

Rodney Bay - Jacques Waterfront Dining

Depuis 1999, l'un des plus célèbres restaurants de Ste Lucie, cuisine et service de qualité, superbe vue sur la Marina. Le chef Jacques propose un frais et délicieux menu méditerranéen avec une touche caribéenne par l'utilisation d'ingrédients

locaux frais. Plats du jour, plats à emporter, service traiteur. Ouvert midi et soir.

Site: www.jacquesrestaurant.com

Téléphone: 758 458 190

Adresse: Rodney Bay

Rodney Bay - Spice of India

Au coeur de Rodney Bay. le chef Adil propose des plats raffinés en apportant avec passion une touche moderne à la cuisine traditionnelle indienne Tandoor. Pour le déjeuner, le menu dégustation change tous les jours en proposant des plats des différentes régions de l'Inde, le dîner est à la carte. Ouvert du mardi au samedi (fermé le lundi) de 12h00 à 16h00 et le soir à partir de 18h00.

Site: www.spiceofindiastlucia.com

Téléphone: 758 458 4243

Adresse: Baywalk Mall - Rodney Bay

Gros Islet - Sizzlers

Typiquement Saint Lucien, ambiance animée, forte et véritablement caribéenne. Restaurant local pendant la journée, Sizzlers le soir se transforme en discothèque. Soirées BBQ, Karaoké, machines à sous, billards, dominos. Service de snacks très tard le soir, places à l'intérieur comme à l'extérieur, prix correct.

Site: www.facebook.com/SizzlersStLucia

Téléphone: 758 713 5508

Adresse: Gros Islet

Marigot Bay - Rainforest Hideaway

Rainforest Hideaway, le restaurant sur le quai de Marigot Bay, est un endroit magique pour passer une soirée. Traversez la baie avec un petit ferry et descendez au Rainforest, un cadre romantique où vous pourrez siroter un verre de champagne ou un cocktail en regardant les danses des poissons dans les eaux transparents du lagon, en choisissant en toute tranquillité votre dîner préparé par le chef Asa qui allie les saveurs de la cuisine française / Caraïbe. Ce restaurant d'une beauté unique, éclairé par des lanternes, est devenu une référence et un lieu de rencontre pour les célébrités. Les mercredis et samedis il y a des concerts de jazz avec Emerson et The Empress, et si vous souhaitez organiser un dîner spécial pour deux ou un groupe d'amis la réservation est recommandée. Ouvert tous les jours, le bar à partir de 16h00, dîner à partir de 18h00

Site: www.rainforesthidawaystlucia.com

Téléphone: 758 286 0511 / 758 451 4485

Adresse: Marigot Bay

ACTIVITES

CROISIERES A LA JOURNEE

Sea Spray Cruises – Castries

TOUT BAGAY - Balade en mer long de la côte ouest de Sainte-Lucie jusqu'à Soufrière. Visite guidée du volcan, bains de boue, cascade Toraille, visite à la propriété historique du Morne Courbaril où vous pouvez vivre l'expérience d'un vol en tyrolienne avec une magnifique vue sur les Pitons vers le sud et la Soufrière vers le nord! Après le déjeuner, on reprend la navigation du retour, avec un arrêt snorkeling (matériel fourni) et visite à Marigot Bay. En fin de journée vous pourrez

danser aux rythmes des musiques des Caraïbes. 08h30-17h00 - 105US \$
 SUNSET CRUISE - Le coucher du soleil à bord d'un catamaran en sirotant un
 apéritif, accompagnés par les rythmes du Steel Band. 17h00-19h00 - 55US \$.
 Visites et des croisières sur mesure à la journée possibles.

Site: www.seaspraycruises.com
 Téléphone: 758 452 – 8644 / 458 – 0123
 Adresse: Rodney Bay Marina - Castries

WHALE/ DOLPHIN WATCHING

Castries - Captain Mike's

Les eaux tropicales de l'île de Ste Lucie abritent une multitude d'espèces marine, comme la baleine sperm, les cachalots, les pilotes, les orques, les dauphins tachetés, fraser et les dauphins communs. Nous proposons une randonnée de trois heures pour l'observation des baleines et des dauphins sur notre bateau "Free Willy", un Defender de 60 pieds, avec un pont en hauteur et un plus bas couvert pour une observation idéale. Les chances d'observer des baleines sont en moyenne de 85% et vous pourrez profiter du beau paysage de la cote ouest de Ste Lucie.

Site: www.captmikes.com
 Téléphone: 758 452 7044
 Adresse: Castries

PECHE AU GROS

Castries - Captain Mike's

La pêche sportive est notre passion! Depuis trois générations, nous pratiquons ce sport et nous avons reçu plusieurs récompenses et trophées. Nous détenons le record à St Lucie pour le plus gros Marlin, de 940 livres! 5 bateaux de pêche Bertram pour 6-8 personnes, équipés de matériel de compétition Penn ou Shimano. Nous pêchons le marlin bleu et blanc, l'espadon, la carangue, le thazard, le thon, la dorade, le barracuda et autre variété de poisson. Il est possible d'organiser des groupes privés ou charter.

Site: www.captmikes.com
 Téléphone: 758 452 7044
 Adresse: Castries

GOLF

Sandals Regency St. Lucia Golf Resort & Spa

Parcours de 9 trous parfaitement entretenu avec une vue spectaculaire, avec l'avantage d'un spa à proximité. Le parcours est court, mais assez difficile, le vent peut parfois être un défi! La vue y est spectaculaire. Leçons de golf, location de matériel sur demande.

St Lucia Golf & Country Club

Parcours de 18 trous. Le club dispose d'un bar en plein air, d'un restaurant et d'une boutique de golf. Il est connu comme l'un des plus difficiles des Caraïbes. Elle accueille deux tournois prestigieux : le Moët / Hennessy en Octobre et le Tournoi du Rotary Club, qui a lieu ici depuis environ 13 ans. Le Club dispose d'un practice de 320 mètres. Nous organisons des cours. Pour y accéder il est nécessaire de s'habiller correctement (les t-shirts, débardeurs, jeans et shorts ne sont pas acceptés). Tarifs: 9 trous \$95US - \$105US 18 trous \$120US - \$145US (cart inclus). Location de matériel possible. Tél 758 450 8523

KITESURF & WINDSURF

The Reef Kite + Surf - Vieux Fort

Depuis 1994, le Reef Beach Cafe se trouve à Sandy Beach à Vieux Fort, dans le sud de Sainte-Lucie. The Reef Kite & Surf, ouvert toute l'année, propose des cours professionnelles de kitesurf et de planche à voile, location et stockage de matériel. Sandy Beach est l'un des 20 meilleurs spots au monde pour le kitesurf, avec 1 mile x 1 mile d'espace entre mer et plage: sans danger, passionnant et presque du jamais vu! The Reef gère également un B&B avec quatre chambres simples avec salle de bain privée: simple US \$ 55/nuite, double US \$ 66/nuite, petit déjeuner et taxes inclus. Le Beach Cafe Reef propose un menu créole et internationale à base de produits de la mer, pizza maison, smoothies frais, des cappuccinos, bières froides et des cocktails à bas prix. The reef est un centre d'activité qui rassemble les habitants locaux, les surfeurs et les visiteurs.

Site: www.facebook.com/reefstlucia
 Téléphone: 758 454 3418
 Adresse: Vieux Fort

NUMEROS UTILES

| | |
|--|-------------|
| Ambulance | 911 |
| Pompiers | 911 |
| Police | 999 |
| Clinique privée Tapion Hospital, Castries, urgences 24h/24 | 758-4592000 |
| Hewanorra International Airport (Vieux Fort) | 454-6355 |
| George Charles Airport (Vigie - Castries) | 452-1156 |



Le guide di CaraibiOnline
www.stlucia.it
 Dernière mise à jour: 10 Juin 2013