

LA DOMINIQUE



L'île Nature des Caraïbes





Un peu d'histoire

Les premiers habitants de l'île furent les Ortoroids, puis les Indiens Arawak, finalement vaincus par les indiens Caraïbes (Kalinagos). Le destin de l'île changea le dimanche 3 novembre 1493, lorsque Christophe Colomb colonisa l'île, et scella le destin des Caraïbes. Baptisée « Domingo », en hommage au jour où il débarqua sur l'île, Christophe Colomb n'avait pas pris en compte le nom caribéen de la Dominique, « Waitukubuli » (« Grand est son corps »). Les Anglais et les Français s'affrontèrent par la suite pour en obtenir le contrôle et la France céda la Dominique aux Anglais en 1763 qui devient officiellement britannique en 1814. L'île obtint son indépendance le 3 novembre 1978, tout en restant membre du Commonwealth.

La Dominique, île secrète

L'île de La Dominique, à ne pas confondre avec la République Dominicaine, est une petite île, située à égale distance de la Martinique et de la Guadeloupe. Il s'agit du secret le mieux gardé de la Caraïbe ! Loin du tourisme de masse, la Dominique est le coup de cœur des aventuriers et des amoureux de la nature, des plongeurs et des randonneurs. Surnommée « l'île Nature des Caraïbes », la Dominique offre un paysage tout en contrastes : montagnes, volcans, forêt tropicale, rivières, cascades, spas naturels ...

La Dominique en bref

- **Superficie** : 45 km de long sur 25 km de large
- **Population** : 73 000 habitants
- **Monnaie** : la monnaie locale est le Eastern Caribbean Dollar. 1 Euro = 3.20 EC\$. Le dollar US est accepté quasiment partout sur l'île.
- **Fuseau horaire** : 6 heures de décalage en moins avec la France l'été, et 5 heures l'hiver.
- **Capitale** : Roseau (16 000 habitants)
- **Langue officielle** : L'anglais est la langue officielle, mais les habitants parlent aussi le créole.

• **Formalités** : Pour tout séjour inférieur à 14 jours, la carte nationale d'identité en cours de validité suffit. Taxe de sortie du territoire : 59EC\$.

• Comment y aller ?

- Par les airs : vols via la Guadeloupe ou Saint Martin avec Air Caraïbes, Air France, Corsair, Level et XL Airways

- Par la mer : ferries L'Express des Iles vers Roseau (offre navigAir avec Air Caraïbes) et Val Ferry vers Portsmouth

• **Climat** : Sur la côte, la température moyenne est de 28°C toute l'année. La période la plus humide s'étale de juillet à novembre et la plus sèche, de février à mai.





La Dominique est un paradis pour les plongeurs et offre une multitude d'activités et de découvertes aux visiteurs !



La randonnée

Au sud de l'île, le Morne Trois Pitons National Park abrite de nombreux sentiers de randonnée, tel qu'Emerald Pool ou encore le Boiling Lake, deuxième plus grand lac bouillant au monde ! A l'Est, Castle Bruce offre un panorama sur l'Océan et ses côtes époustouflantes. Au nord, le volcan Morne aux Diables (861 m) permet de contempler l'Océan Atlantique.



Activités nature

Aux alentours de Roseau, cap vers Saint Joseph et la rivière Layou. Des descentes des gorges de la plus grande rivière de la Dominique y sont organisées ; à découvrir en compagnie d'un guide de préférence. Kayak, canyoning, « river tubing » ou encore promenades à cheval ne sont que quelques exemples des activités proposées sur l'île.



Observation des cétacés

La Dominique est l'un des seuls endroits au monde où les cachalots vivent à l'année. Les professionnels vous emmenant à leur rencontre respectent de strictes règles de sécurité et d'approche des animaux. En effet il s'agit de les observer, il est interdit au public de nager à leur côté pour les laisser vivre leur vie de cachalot ! Des excursions en bateau sont organisées depuis la capitale.



Détente dans les sources naturelles d'eau soufrée

Au coeur du Morne Trois Pitons National Park les amateurs de bien-être découvriront avec plaisir Wotten Waven, une source d'eau chaude naturelle et soufrée, alimentant plusieurs bassins, propices à la détente et véritable spa à ciel ouvert. Cette eau fortement minéralisée est réputée pour ses bienfaits sur le corps !

Temps forts du calendrier Dominiquais

- Pendant toute l'année, des fêtes de village avec du sport, de la musique et de la danse
- Février/mars : c'est Carnaval Mas Domnik !
- Mai : Domfesta-festival des arts de la Dominique, le festival de la randonnée et Jazz 'N Creole
- Juillet : festival de Plongée
- Septembre : la Semaine Kalinago
- Dernier weekend d'octobre : le World Creole Music festival
- Début novembre : célébrations de l'Indépendance



La capitale Roseau et ses alentours

La capitale se distingue par ses façades pastel et son atmosphère hors du temps. Les visiteurs prennent plaisir à déambuler dans les allées du **Vieux Marché**, cœur vibrant de la capitale, où objets d'artisanats et productions locales en font une étape incontournable de toute visite de Roseau. Autre étape indispensable lors de la visite de la ville, le Papillote Tropical Garden, jardin tropical présentant la biodiversité de l'île, dans un parc ombragé.



Le Morne Trois Pitons National Park et ses environs

A moins d'une heure de route de la capitale, en se dirigeant vers l'Est, on accède au **Parc National du Morne Trois Pitons** et ses 6800 hectares de forêt tropicale luxuriante, au centre de l'île. Comme son nom l'indique, le deuxième sommet de la Dominique (1356 m), possède trois pics et a été inscrit par l'UNESCO au Patrimoine Mondial en décembre 1997.



Le Sud et ses plages

La pointe Sud de l'île est connue pour abriter de nombreux spots de plongée. Pour les fans de snorkeling, **Champagne Reef** est un site de plongée unique ; les hageurs évoluent au cœur de bulles, issues du gaz volcanique. On aurait l'impression de nager dans du champagne ! Une étape s'impose également au village de Soufrière pour la visite de son église colorée. Plus au sud, Scotts Head offre un panorama à couper le souffle depuis la presqu'île où la mer des Caraïbes rejoint l'océan atlantique !





Le Centre de l'île et le Territoire Kalinago

Le centre de l'île abrite le **Morne Diablotins National Park**, une réserve naturelle abritant le volcan du même nom, point culminant de l'île avec 1 447 m (soit 20 mètres de moins que la Soufrière en Guadeloupe). De multiples sentiers de randonnée permettent ainsi de contempler volcans et points de vue impressionnants. Plus à l'est, c'est en 1903, après des siècles de conflits, que les Indiens Caraïbes (Kalinagos) obtiennent près de 1 500 hectares de terre. Le territoire abrite désormais 3 500 Kalinagos, derniers représentants de cette ethnie à travers toute la Caraïbe, fière de faire découvrir aux visiteurs leurs traditions et leur culture simple et au plus proche de la nature.

Le Nord, Portsmouth et ses plages

Portsmouth, seconde ville du pays, et son port devait à une époque devenir la capitale de la Dominique. On y trouve le Parc National de Cabrits qui offre un double attrait : Fort Shirley récemment restauré, et la zone de mouillage pour les plaisanciers. Plus au sud se trouve la fameuse **Indian River**, où le film « Pirates des Caraïbes 2 » a été tourné. Des promenades en bateau y sont organisées.

Le parc marin de Douglas Bay est un must pour tous les plongeurs qu'ils soient débutants ou confirmés. On y admire coraux préservés et poissons tropicaux. La rivière Hampstead est également un endroit magique pour la baignade ; son bassin creusé dans la roche fait 4,6 m de profondeur et un plongeon des rochers à plus de 7 m de hauteur promet des sensations fortes !

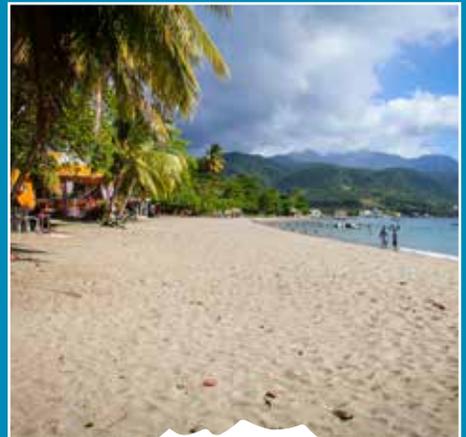


Les plages

Les plages de la Dominique offrent un large panel de couleurs : du sable noir, gris ou blanc.

Dans le secteur de Portsmouth au nord de l'île, se trouve de nombreux spots quasi déserts, en particulier dans les petites criques, où se nichent des plages de sable blanc magnifiques, et très peu fréquentées.

Les plus observateurs des visiteurs pourront également s'amuser à reconnaître les plages où ont été tournées des scènes de Pirates des Caraïbes 2 et 3 !



Quelques sites emblématiques



Les grottes de Toucari

Au nord de l'île, la plongée des grottes de Toucari commence seulement à 7,5m de profondeur mais contourne le récif jusqu'à 30m. Par l'approche frontale du récif, on passe au travers de brèches étroites couvertes de corail noir, d'éponges et de coraux souples et on explore à la recherche de tortues, pastenagues, barracudas et raies-aigle qui entrent et sortent lentement avec grâce. De leurs crevasses où elles se cachent, des murènes vous jetteront des coups d'œil furtifs. Imaginez-vous nageant dans une belle grotte avec une arche en corail pour trouver des crabes et des langoustes qui se cachent en s'accrochant au plafond de la caverne. C'est là aussi que les tortues aiment jouer et se nourrir.



Le trou de Rina

Le Trou de Rina est la meilleure expérience de plongée pour les débutants. Situé plus au centre de l'île, il offre un plongeon peu profond avec la possibilité de nager au travers de groupes de formations rocheuses incrustés de coraux, grouillant d'anémones géantes, de gorgones (éventails fragiles) et de fonds de plumes marines. Le sable blanc et le site peu profond éclairé par le soleil contribuent aux couleurs éclatantes. Le Trou de Rina est un habitat parfait : les surplombs, les failles et les fentes abritent toutes sortes de vie marine. Attendez-vous à voir de grands bancs de chevaines ainsi que de rares pastenagues, des raies aigle tachetées et des requins nourrices.



Scotts head pinnacle

A la pointe sud de la Dominique, où les Petites Antilles fusionnent avec les Iles du Vent, allez à la découverte du Scotts Head Pinnacle, à la topographie sous-marine extraordinaire. En arrivant au pic même, on suit le fond en pente du bord d'un cratère volcanique. On nage au travers d'une caverne dans le cratère et regarde la dénivellation du fond devenu une falaise spectaculaire. A partir de la paroi, on nage jusqu'au récif en pente de la grotte de Poisson-soldat. Vous émergerez au-dessus de Gruyère, une formation de grosses roches et pourrez passer votre pause de sécurité à chercher des poissons-grenouille et des rascasses.

Le Festival de Plongée de La Dominique

Organisé chaque année en juillet par la Dominica Watersports Association, le festival propose aux plongeurs, des séminaires, des sorties plongées et des compétitions stimulantes !

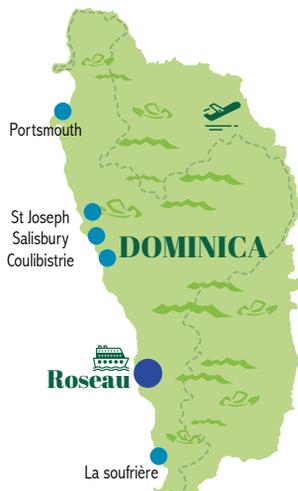
dominicawatersports.com



La Dominique propose des fonds sous-marins grandioses à la faune et la flore préservées.

La faune présente une très grande richesse qu'il est rare de trouver dans cette partie du monde : hippocampes, poissons-crapauds, murènes, corail noir, éponges-cratères coiffées de crinoïdes, magnifiques éponges tubulaires, massifs coralliens... on ne sait plus où donner de la tête.

Les sites, propices à la plongée, sont concentrés sur trois pôles : au sud le plus important, Soufrière et Scott's Head, au centre St Joseph/Salisbury/Coulibistrie et au nord Portsmouth.



Le secteur de Portsmouth a préservé un caractère plus sauvage et plus authentique avec des récifs multicolores et particulièrement vivants. Moins fréquenté jusqu'à présent, le nord reste encore à découvrir.

Le secteur de St Joseph/Salisbury/Coulibistrie est sans nul doute à ne pas manquer également. Un mélange d'architecture particulière et de faune abondante à seulement 20 minutes de la capitale Roseau !

Le secteur de la Soufrière/Scott's Head est le site le plus remarquable de par son relief et son tombant vertigineux. La zone a d'ailleurs été déclarée «réserve marine naturelle».

Destination confidentielle et appréciée pour cela, la Dominique est un ravissement pour tous ceux qui aiment explorer les fonds sous-marins !



VOYAGE PLONGÉE À LA DOMINIQUE


Ultramarina
ultramarina.com

Agences à Nantes,
Paris, Lyon, Marseille,
Genève et Villeneuve

TELEPHONE 0 825 02 98 02

0.15 € TTC / MN

En Suisse : 022 786 14 86



Les centres de plongée

CABRITS DIVE CENTER - Portsmouth
Virgine & Remi Granger
info.cabrits@gmail.com

DIVE DOMINICA - Castle Comfort
Daniel Perryman
dive@divedominica.com

EAST CARIB DIVE - Salisbury
Beatrice & Harold Contrera
eastcaribdive@gmail.com

ISLAND DIVE OPERATIONS - Portsmouth
Fabien Honore
islanddiveoperations@gmail.com

ISLAND STYLE FISHING - Roseau
Jerry & Shainel Daway
islandstylefishing@gmail.com

JC OCEAN ADVENTURES - Portsmouth
Jorge & Cindy
cindy.gamarra@yahoo.com

NATURE ISLAND DIVE - Soufriere
Simon Walsh
natureislanddive@gmail.com

SUNSET DIVE - Salisbury
Marcella Cools
sunset@cwdom.dm



Office de Tourisme de La Dominique
www.discoverdominica.com
ladominique@groupeexpression.fr



LE MAGAZINE GRATUIT DE LA PLONGÉE SOUS-MARINE

Magazine édité par Beltrami Côte Unique
78 bis rue Louis Becker, 69100 Villeurbanne, tél : 04 78 42 84 31

Directeur de la publication : Yann Beltrami - e-mail : yann@chercheursdeau.com

Crédit Photos : © Dominique-Barray , Donald Van Der Putten, Office de Tourisme de La Dominique

