



LA MARTINIQUE



GUIDE DÉCOUVERTES



Jardín de Balata



LA MARTINIQUE, UN BIJOU DES CARAÏBES AUX MILLE ATTRAITS

La Martinique est l'une des îles les plus respectueuses de l'environnement de toutes les Caraïbes. Pour nous et pour les experts internationaux, l'écoresponsabilité n'est pas qu'un mot à la mode. L'île entière a été déclarée réserve mondiale de biosphère de l'UNESCO et a été reconnue au titre de destination émergente préférée des utilisateurs de Tripadvisor.

Les 1 000 km² de l'île offrent des paysages grandioses, des plages idylliques, des forêts tropicales denses, des cascades somptueuses et l'emblématique et majestueux volcan de la Montagne Pelée. La Martinique regorge de sites naturels d'exception qui enchanteront à coup sûr tous ses visiteurs. L'engagement de longue date de l'île à favoriser un développement économique et social durable ainsi que sa volonté de préserver les richesses locales et culturelles se traduit par ses rhums primés, sa Route des fermes biologiques, sa production de chocolat et le récent renouveau de sa tradition avec la production d'un Café d'Excellence, l'arabica typica.

La Martinique est envoûtante et possède un patrimoine historique et culturel très riche, que les visiteurs découvriront à travers un impressionnant réseau de musées et de monuments, de l'émouvant Mémorial des esclaves de l'Anse Caffard à un espace d'art contemporain au François. Autre haut lieu historique : Saint-Pierre, l'ancienne capitale de la Martinique aujourd'hui classée « Ville d'art et d'histoire ».

Enfin, les visiteurs s'émerveilleront de la chaleur et de l'authenticité de notre peuple lors de nos nombreuses activités et célébrations, dont le Festival de danse Bèlè, les courses de voile traditionnelle en yole (patrimoine immatériel de l'UNESCO), notre Carnaval particulièrement festif ou encore la découverte du zouk, musique authentique des Antilles françaises. Cette convivialité se ressent également dans notre gastronomie, issue du métissage de nos différentes origines.

Ma promesse est de vous offrir notre « MartiniQualité », pétillante et pleine de merveilles exceptionnelles.

Bénédicte di Géronimo
Présidente du Comité Martiniquais du Tourisme

DÉCOUVREZ UNE HISTOIRE D'UNE RICHESSE EXTRAORDINAIRE

Le patrimoine de la Martinique est aussi diversifié que ses paysages et ses habitants. Cette île de montagnes, de mangroves et de forêts tropicales abritait autrefois les Arawaks et les Caraïbes, des peuples autochtones d'Amérique du Sud. Les Français y arrivent en 1635 et établissent des plantations de canne à sucre, d'ananas et de bananes. Ils importent des esclaves d'Afrique et, plus tard, engagent des ouvriers indiens pour y travailler.

L'esclavage fut aboli en 1848, un événement commémoré dans toute l'île le 22 mai de chaque année. Le mémorial de l'Anse Caffard et le musée en plein air La Savane des Esclaves aux Trois-Îlets rendent un poignant hommage aux victimes de la traite négrière.

Le 8 mai 1902, le cours de l'histoire de la Martinique change brusquement lorsque la montagne Pelée, un volcan situé au nord de l'île, entre en éruption et détruit la capitale d'alors, Saint-Pierre. Désormais connue sous le nom de « Pompéi des Caraïbes », Saint-Pierre devient une charmante ville balnéaire où l'on trouve de nombreuses ruines qui offrent un aperçu de son ancienne vie de métropole chic surnommée « le petit Paris des Antilles ». Pour saisir l'impact de cet événement, une visite au musée Frank A. Perret s'impose. Des documents écrits, des photographies et des artefacts relatant la catastrophe y sont exposés.

Devenue officiellement une région de France en 1946, la Martinique arbore aujourd'hui une culture métissée aux accents caribéen et européen, et on trouve partout sur l'île des traces de son histoire fascinante.



Mémorial de l'Anse Caffard



Théâtre Aimé Césaire



Musée Frank A. Perret





SUR LES TRACES
d'un passé fascinant

UNE SCÈNE ARTISTIQUE *florissante*





PRENEZ UN BAIN DE CULTURE

L'art est partout en Martinique, des très belles peintures murales ornant les rues de Fort-de-France jusqu'aux rythmes de la danse traditionnelle du bèlè, en passant par la poterie, les textiles et les sculptures créés par des artisans.

Dans les années 1970, les peintres de la *Caribbean Negro School* ont produit des œuvres explorant leur héritage africain. Une décennie plus tard, le groupe d'artistes *Fromajé* proposait une esthétique typiquement caribéenne. Aujourd'hui, des galeries présentent des œuvres d'artistes caribéens et internationaux. L'une d'elles est la Fondation Clément, un espace multimédia établi dans une plantation historique.

De grands écrivains martiniquais comme Édouard Glissant, Joseph Zobel et Patrick Chamoiseau ont signé des ouvrages essentiels sur l'histoire et l'identité des Caraïbes, alors que Aimé Césaire, poète, dramaturge et homme politique, a cofondé la Négritude, un important mouvement littéraire. Le musée Aimé Césaire à Fort-de-France est d'ailleurs dédié à sa vie et à son œuvre.

La cinéaste martiniquaise Euzhan Palcy a mis en lumière l'histoire des Noirs et les problèmes de justice sociale en réalisant des films tels que : *Rue Cases-Nègres* (1983) pour lequel elle a remporté le César du premier film en 1984 et *Une saison blanche et sèche* (1989). Elle a reçu en 2022 un Oscar d'honneur pour l'ensemble de sa carrière.

L'histoire de la Martinique résonne également dans le mélange de musiques d'origine européenne, africaine et caribéenne. Le quadrille est originaire de la France et les musiques chouval bwa, bèlè, biguine et zouk ont des racines afro-caribéennes.



Bois lélé par Laurent Valère



La cinéaste Euzhan Palcy

GOÛTEZ LES SAVEURS DE LA MARTINIQUE

La cuisine distinctive de la Martinique mise sur des influences africaines, indiennes et françaises ainsi que sur des traditions de très longue date en agriculture et en pêche. Chaque jour, des pêcheurs jettent leur ligne dans la mer des Caraïbes et dans l'océan Atlantique et attrapent dorades, vivaneaux et thons, tandis que les terres fertiles de l'île produisent une abondance de fruits et légumes tropicaux.

Les chefs locaux font un excellent usage de ces ingrédients frais pour préparer des plats créoles comme le blaff de poisson, le crabe farci et le gratin de papaye verte, sans oublier les desserts comme le blanc-manger coco et les sorbets et glaces aux fruits de fabrication artisanale.

Des plats à base de curry comme le colombo rappellent l'héritage sud-asiatique de l'île. Le poulet, l'agneau ou le porc sont cuits dans du lait de coco, agrémenté de gingembre et de poudre de Colombo.

La pâtisserie martiniquaise révèle également son savoir-faire gourmand. Ainsi, au François, Place Hurrard est une biscuiterie haut de gamme offrant des créations gourmandes inspirées des épices locales. Depuis 1906, la Pâtisserie Surena à Fort-de-France régale les Martiniquais avec une quarantaine de recettes sucrées et salées typiques : pâtés sucrés et salés, pain au beurre, amour caché, pain doux, gâteaux coco, ou encore le Robinson, gâteau fourré à la confiture de banane, goyave ou au coco-crème. Autre classique de la pâtisserie traditionnelle de Martinique, la pomme cannelle, une brioche à la mie très dense, dont la forme rappelle le fruit du même nom, et qui se déguste avec un chocolat chaud épais, parfumé de cannelle et de muscade.

S'il est un amuse-gueule martiniquais par excellence, c'est bien l'accra de morue, un beignet tendre et croustillant, que l'on vend partout et que l'on accompagne d'un ti-punch, un cocktail préparé avec le fameux rhum agricole de l'île.



Accras (beignets de morue)



Colombo de poulet



Sorbets coco

A close-up photograph of a gourmet dish featuring two halves of a tomato boat. Each boat is filled with several large, succulent prawns that have been grilled to a golden-brown, slightly charred perfection. The prawns are nestled in the hollowed-out center of the tomato. The dish is artfully garnished with fresh green leafy vegetables, including what appears to be watercress, and several small, dark red cherry tomatoes. A vibrant yellow flower, possibly a nasturtium, is prominently placed in the foreground, partially overlapping the tomato boats. The background is softly blurred, showing more of the dish and some kitchen elements, creating a sense of depth and focus on the main subject.

BON
appétit!



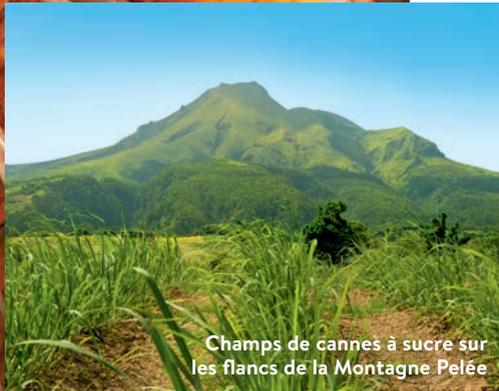
TERRE
de rhum

DÉGUSTEZ LES GRANDS RHUMS AGRICOLES DE RENOMMÉE MONDIALE

La Martinique est reconnue comme la capitale mondiale du rhum, et pour cause. Les rhums agricoles martiniquais bénéficient de la prestigieuse appellation d'origine contrôlée (AOC) et possèdent aujourd'hui une réputation internationale.

Les rhums martiniquais se distinguent grâce à la technique de production unique du rhum agricole : le jus fraîchement pressé de la canne à sucre cultivée localement est fermenté et distillé avant d'être mis au repos ou vieilli en fûts de chêne. Il en résulte une gamme de spiritueux qui vont du rhum blanc, excellent dans un ti-punch, un cocktail favori du pays préparé avec du rhum, du sirop de canne à sucre et du jus de citron vert, au rhum brun vieilli, comparable à un cognac fin et qui se déguste sec. La Martinique produit également une variété de liqueurs préparées avec du rhum et des ingrédients locaux comme la noix de coco et le fruit de la passion.

En parcourant les quatorze distilleries de l'île, vous pourrez observer de près le processus de production et aurez l'occasion de goûter les rhums les plus célèbres de la Martinique dans un cadre naturel époustouflant.



UNE ÎLE, 2 PORTS D'ESCALE, 4 ZONES DE MOUILLAGES EXCEPTIONNELS

Fort-de-France est bien connue pour l'excellence et la sécurité de ses installations portuaires, et nombreux sont les bateaux de croisière qui font escale dans cette capitale animée et dynamique. De là, vous pouvez prendre part à une excursion ou partir seul à la découverte de la culture, de la beauté naturelle, de la cuisine et des rhums de l'île.

Les deux terminaux de Pointe Simon et des Tourelles se trouvent à quelques minutes des principales attractions de la ville. Il ne faut pas manquer le très animé Grand Marché où sont vendus fruits, légumes, épices, fleurs et souvenirs. Vous pouvez faire quelques achats de dernière minute autour des deux terminaux où vous trouverez des objets d'artisanat, des bijoux et plus encore.

Lors d'une excursion d'une journée, vous aurez le temps de prendre l'un des ferry qui relie la baie de Fort-de-France à la ville côtière des Trois-Îlets et déjeuner dans un restaurant en bord de mer.

Pour les bateaux de plaisance, l'île abrite plusieurs mouillages idylliques le long de la côte sud: aux Anses-d'Arlet, au Marin, aux Trois-Îlets, à Fort-de-France et à Saint-Pierre. Que vous décidiez de vous promener sur les plages de sable blanc ou de sable volcanique, de nager avec des tortues ou d'explorer la ville de Saint-Pierre, vous y vivrez l'expérience d'une vie.

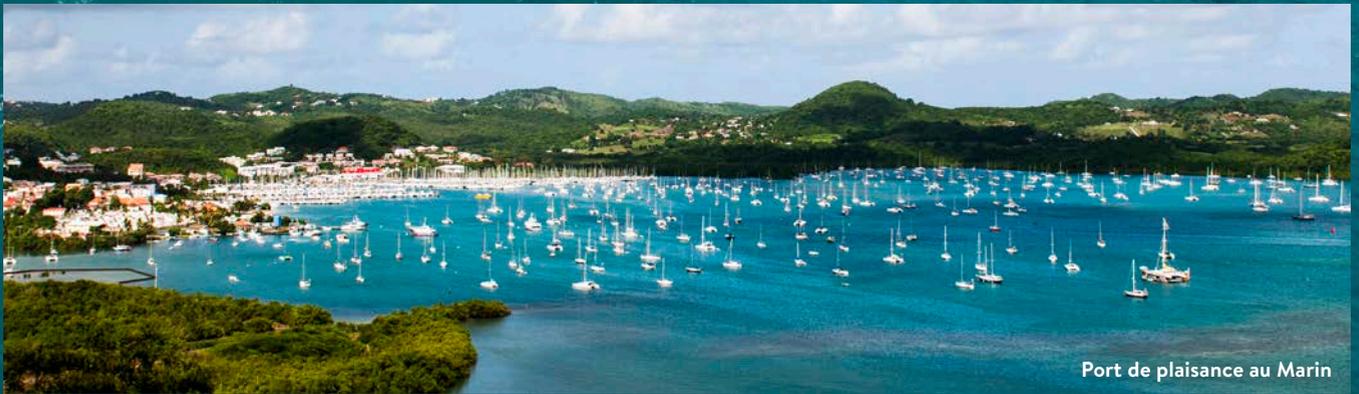


Marché couvert de Fort-de-France



Passagers de croisière

UNE ESCALE *au paradis*



Port de plaisance au Marin

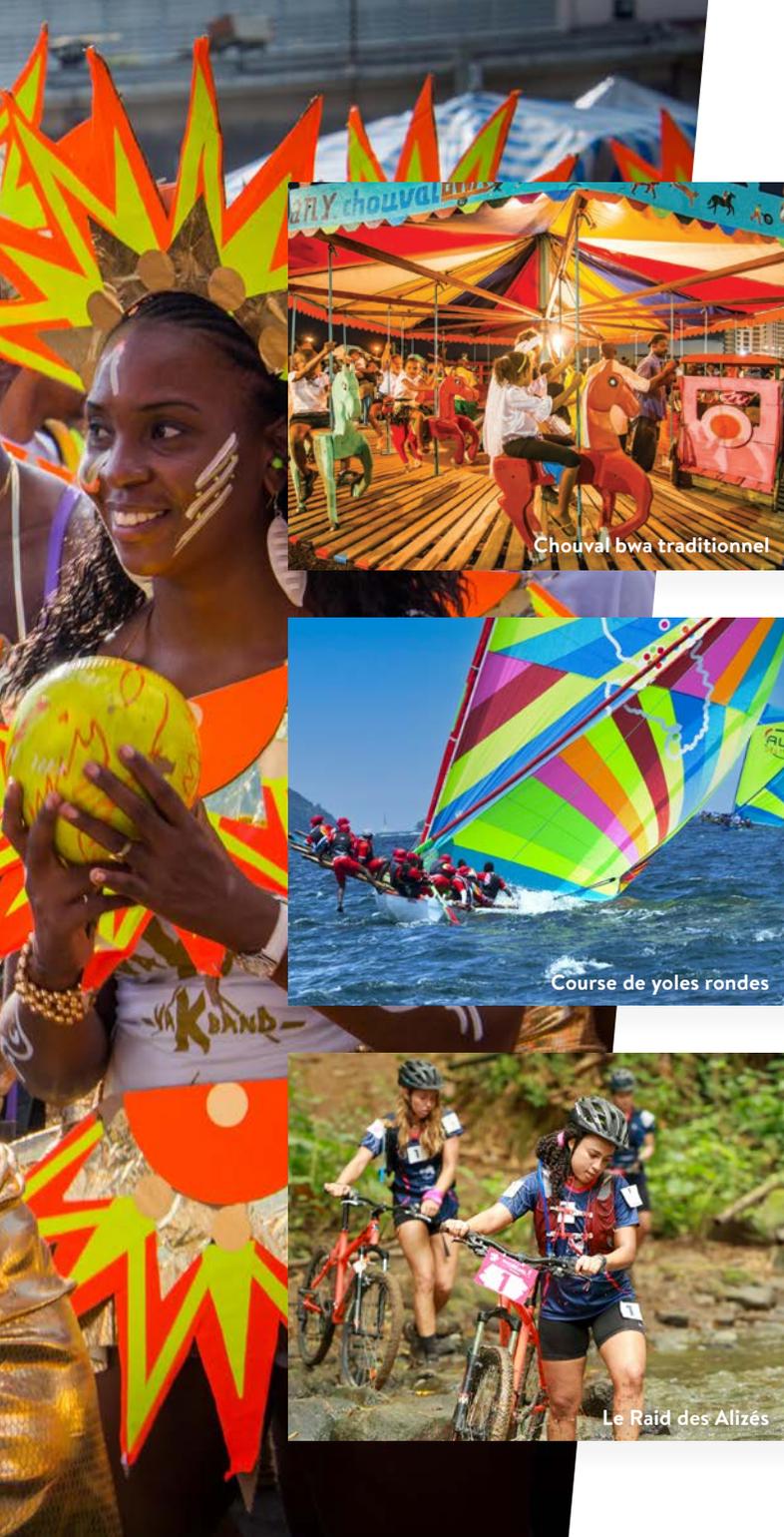
Baie de Fort-de-France



UN LIEU *de célébrations*



Les diables rouges



PRENEZ PART À LA FÊTE !

La manifestation la plus célèbre de la Martinique est sans aucun doute le Carnaval, la célébration annuelle précédant le carême, alors que costumes, masques, musique et danses envahissent les rues. Les festivités commencent en janvier par des défilés qui ont lieu tous les week-ends dans toute l'île et se terminent à la fin de février ou début mars par quatre jours de défilés, de fêtes et de spectacles : Dimanche gras, Lundi gras, Mardi gras et mercredi des Cendres (en Martinique, même le mercredi des Cendres est propice à la fête!).

Tout au long du mois de mai, les Martiniquais commémorent l'éruption de la montagne Pelée en 1902 dans le cadre du Mai de Saint-Pierre, un événement qui regroupe un ensemble de spectacles de musique, de danse et de théâtre.

Le clou de l'été est certainement le Tour de Martinique des Yoles Rondes, le plus grand événement sportif de Martinique. Lors de cette régata toujours très attendue, des bateaux connus sous le nom de yoles rondes prennent part à une course autour de l'île, alors que des milliers de spectateurs sur la rive et à bord des catamarans qui les suivent les acclament. Il s'agit d'une compétition haute en couleur à ne pas manquer.

La fin de l'année est aussi synonyme d'animation avec la tenue de la course féminine connue sous le nom de Raid des Alizés, qui voit des dizaines d'équipes s'affronter dans des défis de course à pied, de cyclisme et de canoë qui les conduisent dans les paysages naturels les plus spectaculaires de l'île.

FAITES LE PLEIN DE SOLEIL ET D'ÉNERGIE

Il est facile de trouver un petit coin de paradis en Martinique, car le littoral est accessible partout et les plages sont ouvertes au public toute l'année. Dans le sud, la côte caraïbe prend des allures de carte postale, avec ses longues étendues de sable blanc baignées par des eaux bleues calmes. La côte atlantique est tout aussi séduisante, avec de nombreuses baies isolées bordées de palmiers. La côte nord, elle, a un caractère qui lui est propre, avec des bandes de sable volcanique noir sur fond de montagnes verdoyantes.

Comme tout le littoral de la Martinique demeure merveilleusement protégé, ses plages conservent leur beauté sauvage, et il est possible de poser sa serviette et de se prélasser durant des heures sans voir âme qui vive. Il n'en demeure pas moins que de nombreuses zones de baignade sont dotées de certaines commodités, y compris des restaurants décontractés et des cafés où vous pouvez déguster des spécialités locales le midi et siroter des cocktails au coucher du soleil.

Outre la baignade et les bains de soleil, les plages de la Martinique ont beaucoup à offrir, et une multitude de possibilités sont à la portée de ceux qui cherchent à profiter de l'eau: le surf, le kitesurf, la planche à voile et le « Flyboard » sont tous populaires, et la location de matériel est proposée partout sur l'île. En kayak, les amateurs peuvent également se frayer un chemin dans les mangroves ou encore apprendre à manœuvrer une yole, un type d'embarcation unique à la Martinique.





DES PLAGES
paradisiales

LARGUEZ *les amarres!*

NAVIGUEZ AU COUCHER DU SOLEIL

À bord d'un voilier, la Martinique offre des vues spectaculaires et un accès inégalé au littoral varié de l'île – vous pouvez mouiller au pied de la majestueuse montagne Pelée un jour et, le lendemain, jeter l'ancre dans les îlets ensoleillés au large de la côte est. En fait, la Martinique compte le plus grand nombre de mouillages de toutes les îles des Petites Antilles. Des services et des infrastructures de premier ordre sont offerts aux plaisanciers, tels que stations de ravitaillement, Wi-Fi et restaurants.

La marina du Marin, située dans l'une des plus belles baies protégées des Caraïbes, est le plus grand complexe portuaire de l'île. Des catamarans, des voiliers et des bateaux à moteur y sont offerts en location, et des excursions touristiques avec équipage, nourriture et boissons y sont proposées. Vous pouvez également louer un yacht, avec ou sans capitaine, et naviguer pendant des jours ou des semaines.

D'anses en îlets, une escale inoubliable



EXPLOREZ UN UNIVERS SOUS-MARIN DES PLUS DIVERSIFIÉS

La Martinique possède des centaines de sites de plongée fabuleux et bien protégés pour les plongeurs de tous niveaux. Bien qu'il n'y ait pas deux sites pareils, tous offrent une excellente visibilité, de l'eau dont les températures vont de 26 à 30 degrés et une vie marine remarquablement diversifiée : tortues à écailles, raies aigles, barracudas et bancs de poissons tropicaux nageant dans des récifs coralliens immaculés, sans oublier les éponges de mer gigantesques et les gracieuses gorgones.

Parmi les nombreux sites de classe mondiale de la Martinique figurent les épaves de Saint-Pierre, des bateaux qui ont fait naufrage lors de l'éruption de la montagne Pelée en 1902. Ne manquez pas non plus de plonger au monolithique rocher du Diamant, une immense île de basalte située en face de la ville du Diamant.

L'île compte plus de 20 centres de plongée professionnels et accrédités, la plupart certifiés PADI et/ou CMAS. C'est également une destination idéale pour la plongée en famille puisque l'endroit compte de nombreux sites sûrs pour les débutants et les enfants de huit ans et plus.

DES EXPÉRIENCES DE PLONGÉE

uniques

DÉPAYSEZ

vos rêves

DÉTENDEZ-VOUS AVEC STYLE

En matière d'hébergement en Martinique, il y en a vraiment pour tous les goûts. Où que vous décidiez de vous installer – à Fort-de-France, sur la côte caraïbe ou atlantique ou dans le nord tropical – vous trouverez une variété d'endroits où dormir, des plus chics aux plus originaux.

Il existe des dizaines de charmants hôtels boutiques et quelques complexes haut de gamme parmi lesquels choisir, dont certains proposent des forfaits tout compris avec les commodités de premier ordre comme des terrasses et des piscines privées.

Les locations de vacances sont une autre option populaire. Des propriétés allant de villas de style créole à des appartements bien aménagés, en passant par des bungalows confortables sont proposées. Des hébergements **non** conventionnels comme des caravanes et des dômes transparents permettent aux visiteurs de se rapprocher de la nature sans renoncer au confort d'un vrai lit.

Réveillez-vous avec un déjeuner préparé avec attention dans un hôtel, profitez des vues sur la montagne depuis votre villa ou écoutez le bruit des vagues depuis votre bungalow en bord de mer – le choix vous appartient.

Hôtel Bakoua aux Trois-Ilets

UN PHÉNOMÈNE GÉOLOGIQUE

Lorsque la marée est basse le long de la côte atlantique de la Martinique, vous apercevrez peut-être un long banc de sable reliant le continent à un îlet voisin. Il s'agit d'un **tombolo**, un type de relief rare qui se forme chaque année entre novembre et avril résultant du changement de direction des vents et des courants marins. Le tombolo le plus spectaculaire se trouve à Sainte-Marie, où le banc de sable s'étire sur plus de 200 mètres pour relier la plage de Petite-Anse à l'îlet Sainte-Marie.



PAUSE CAFÉ

Bien que le café ne soit plus un important produit d'exportation en Martinique, l'île a peut-être joué un rôle central dans la popularité mondiale de cette boisson. La légende raconte qu'au XVIII^e siècle, un officier de marine français a apporté un plant de café et l'a planté en Martinique, où il a pris racine avant de se répandre dans les Caraïbes et en Amérique du Sud. Certains pensent qu'une grande partie du café que nous buvons aujourd'hui peut être attribuée à ce seul plant!



DES SIRÈNES À SAINT-PIERRE

Les épaves ne sont pas les seules merveilles sous-marines que vous verrez dans la baie de Saint-Pierre. L'artiste Laurent Valère a installé deux sculptures massives sur le plancher océanique, à environ 50 mètres de la côte. Connues sous le nom de Manman Dlo et Yemaya, les sculptures représentent des sirènes partiellement submergées dans le sable. L'œuvre se veut un hommage à la mer et un appel à protéger la vie marine.



LE

saviez-vous?

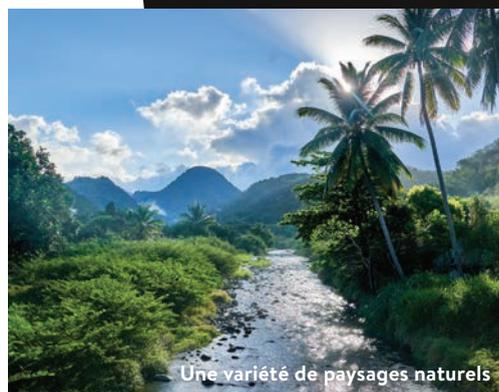
UNE BIODIVERSITÉ MONDIALEMENT RECONNUE

La biodiversité impressionnante de la Martinique est déjà mondialement reconnue notamment par l'UNESCO grâce à son titre de Réserve mondiale de Biosphère obtenu en 2021.

Il faut voir la grande diversité des paysages naturels de la Martinique pour y croire. La randonnée est l'un des meilleurs moyens de découvrir l'exceptionnelle beauté de l'île sous toutes ses formes : plus de 250 kilomètres de sentiers relient le littoral accidenté, les forêts tropicales et les montagnes brumeuses. Et comme les deux tiers de l'île sont couverts de parcs protégés, le territoire est magnifiquement préservé.

La biodiversité marine exceptionnelle de l'île attire les amateurs de plongée sous-marine et de plongée avec tuba du monde entier. Au nombre des autres activités de plein air, mentionnons le kayak ou le canoë dans les forêts de mangroves (arbres qui poussent dans les eaux côtières saumâtres), l'observation des oiseaux, l'équitation, le cyclisme et le canyonisme.

Les Caraïbes qui se sont installés en Martinique l'appelaient « l'île aux fleurs », et il est facile de comprendre pourquoi : des bougainvilliers rouge flamboyant, des frangipaniers blancs parfumés et une centaine d'espèces d'orchidées s'épanouissent dans ce climat chaud et humide. Plusieurs vastes parcs et jardins dont le Jardin de Balata près de Fort-de-France, le Domaine d'Émeraude près de la ville du Morne-Rouge, etc. – abritent de magnifiques jardins paysagers et des forêts où vous pourrez admirer d'innombrables espèces de plantes et d'arbres indigènes.



A vertical photograph of a waterfall cascading down mossy rocks in a lush forest. The water is white and frothy as it falls. The surrounding rocks and foliage are covered in vibrant green moss and ferns. The lighting is soft and natural, highlighting the textures of the moss and the movement of the water.

UN BAIN
de nature



BON À SAVOIR

Superficie: 1 128 kilomètres carrés (80 km de long et 35 km au point le plus large de l'île)

Population: 354 800 habitants

Capitale: Fort-de-France

Devise: Euro

Langues parlées: Français et créole; l'anglais et l'espagnol sont parlés dans les zones de villégiature.

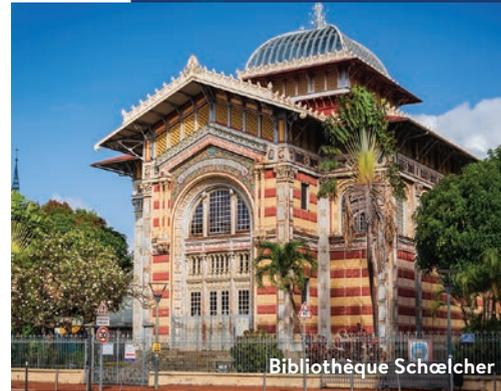
Électricité: La tension est de 220 volts. Un adaptateur de courant peut être nécessaire pour un sèche-cheveux, un rasoir électrique et autre appareil qui ne dispose pas de prise européenne.

Climat: Temps chaud toute l'année, avec une température moyenne de 26 °C. Les vents alizés qui soufflent sur l'île aident à la garder au frais.

Situation: Nichée au cœur des Petites Antilles, entre la Dominique et Sainte-Lucie, la Martinique est à cinq heures de vol de Montréal ou New York et à huit heures de Paris.

Pourboires: Dans les restaurants, les prix comprennent des frais de service de 15%.

Se déplacer: Des sociétés de location de voitures locales et internationales (Avis, Budget, Europcar, Hertz, Alwego, etc.) sont présentes en Martinique. On y trouve aussi des taxis et des services de transport en commun. À Fort-de-France, il est facile de trouver un taxi aux stations situées à proximité des attractions touristiques.



COMITÉ MARTINIQUEAIS DU TOURISME / FRANCE-EUROPE

Téléphone : +33 (0) 1 44 77 86 00

vosvacances@martiniquetourisme.com

martinique.org

COMITÉ MARTINIQUEAIS DU TOURISME

Tour Lumina Pointe Simon

5 avenue Loulou Boislaville

B.P. 7124

97276 Fort-de-France, Martinique

Téléphone : (+596) 596 61 61 77

infos.cmt@martiniquetourisme.com

martinique.org

COMITÉ MARTINIQUEAIS DU TOURISME / CANADA

1800 McGill College, suite 2910

Montréal, QC H3A 3J6 Canada

Téléphone : (514) 844-8566

information@lamartinique.ca

ca.martinique.org

COMITÉ MARTINIQUEAIS DU TOURISME / USA

150 Est 52^e rue, 12^e étage

New York, NY 10022 USA

Téléphone : (212) 838-6887

info@martinique.org

us.martinique.org

 @LaMartiniqueTourisme  lamartinique  cmtmartinique

Publié par le Comité Martiniquais du Tourisme sous la présidence de Bénédicte di Géronimo.

Comité éditorial: Muriel Wiltord, Géraldine Rome, Monique Macaire Sprott.

Conception et réalisation : Espresso communication.

© Comité Martiniquais du Tourisme. 2023. Tous droits réservés.

Photos: Alamy Images, A. Omere, A. Petton, Dclik, D. Giral, Fondation Clément, F. Smith, F. Xerri, G. Germain, G. Grenier, Hôtel Bakoua, Hôtel la Pagerie, H. Salomon, J.-B. Barret, K. Tanaka, L. Olivier, Micha, M. Gilbert, M. Jamet, M. Sambu, Pixaby, R. Haughton, R. Pakiela, Scoopdyga_cedricvlemmings, Shutterstock, Ti Fox, T. Salinière, TropiX Photo, V. Pacaut The Explorers.

Couverture : Commune Les Anses-d'Arlet – 2^e village préféré des Français en 2021

