

- Sede do Parque Natural
Siège du Parc Naturel
- Ecomuseu
Ecomusée
- Hospital/Posto de saúde
Hôpital/Poste de santé
- Acampamento turístico/Hotel
Campement/hôtel
- Canoa
Canoe
- Sede de Sector
Siège de Secteur
- CAPITAL DE REGIÃO
Capitale de Région
- Baixos
Banc de sable
- Savana
Savane
- Floresta
Forêt
- Tarrife
Mangrove

- Manatim
Manatim
- Golfinho
Dauphin
- Primatas
Primates
- Hipopótamo
Hippopotame
- Flamingo
Flamand rose
- Aves aquáticas
Oiseaux aquatiques
- Tartaruga
Tortues

Trilhas de descoberta

- Cidade de Cacheu:**
história do descobrimento
(memorial da escravidão,
fortaleza, origem do crioulo),
capela histórica
- Rio Blimbom:** tarrafe, aves,
floresta sagrada
- Cacheu - São Domingos:**
tarrafe, avifauna
- Tabancas felupes
(Elia, Jobel, Bolol):**
agricultura, pesca, tarrafe,
património cultural
- Cobiana:** património cultural
animista, florestas sagradas



PARQUE NATURAL DOS TARRAFES DO RIO CACHEU

Bissau
Sede do IBAP,
bairro de Luanda
www.ibapgbissau.org

**Cacheu e
São Domingos**
Sede do PNTC





Bissau
Sede do IBAP,
bairro de Luanda.
www.ibapgbissau.org

**Cacheu e
São Domingos**
Sede do PNTC



PARQUE NATURAL DOS TARRAFES DO RIO CACHEU

- Mapa turístico -

O mangal, árvores para os peixes

A Guiné-Bissau é um país de mangais por excelência. O país situa-se no primeiro lugar mundial em proporção da sua superfície, ou seja 9% do território. O mangal é composto de plantas capazes de sobreviver na água do mar, enraizadas na lama graças às suas raízes aéreas. A sua presença na interface dos ambientes marinho e terrestre tem como efeito proteger as costas da erosão marinha e dos eventos climáticos extremos como as tempestades ou os tsunamis.

Fora dos recursos em peixes e crustáceos que neles encontram condições ideais para a sua reprodução, os mangais oferecem uma vasta gama de produtos que participam largamente nas economias locais: madeira, frutos, mel, sal, assim como diversos ingredientes da farmacopeia tradicional. O meio também é notável pela sua biodiversidade: numerosas espécies de aves como flamingos ou pelicanos e espécies migratórias vindas da Europa, mas também crocodilos, macacos, lontras, manatins e hipopótamos que encontram no mangal um abrigo ou um local de alimentação de acordo com o movimento das marés.

La mangrove, des arbres pour le poisson

La Guinée-Bissau est un pays de mangroves par excellence. Le pays se situe à la 1^{re} place mondiale en proportion de sa superficie, soit 9% du territoire. La mangrove est composée de palétuviers capables de survivre en eau de mer et les pieds dans la vase grâce à leurs racines aériennes. Leur présence à l'interface des milieux marin et terrestre a pour effet de protéger les côtes de l'érosion marine et des événements climatiques extrêmes comme les tempêtes ou les tsunamis.

En dehors des ressources en poissons et crustacés qui y trouvent des conditions idéales pour leur reproduction, les mangroves offrent une large gamme de produits qui participent largement aux économies locales: bois, fruits, miel, sel ainsi que divers ingrédients de la pharmacopée traditionnelle. Le milieu est aussi remarquable par sa biodiversité: nombreuses espèces d'oiseaux tels que flamants ou pélicans et de migrateurs venus d'Europe, mais aussi crocodiles, singes, loutres, manatins et hippopotames qui trouvent dans la mangrove un abri ou un lieu d'alimentation selon les heures de la marée.

As populações

O Parque é ocupado por cerca de 28 000 habitantes, agrupados em 44 aldeias. Eles pertencem a várias etnias, principalmente animistas, entre as quais Felupes, Baiotes, Manjacos, Balantas e Banhuns, que acumularam saberes preciosos sobre a natureza e os seus recursos. A expressão destes saberes assume pleno significado no génio desenvolvido por algumas etnias para cultivar arroz nos solos salgados e lodosos dos mangais. As florestas são exploradas para a agricultura de desmatização e queimada e as plantações de caju, assim como para diversos produtos naturais como frutos silvestres, mel, plantas medicinais, vinho de palma, etc. Algumas delas são protegidas sob a forma de florestas sagradas que albergam os espíritos e onde são realizadas as cerimónias tradicionais. As comunidades enfrentam os desafios da modernidade e nomeadamente das mudanças climáticas, tendo em conta a extrema dependência da sua agricultura do regime das chuvas e da subida do nível do mar.

Les populations présentes

Le parc est occupé par près de 28 000 habitants répartis en 44 villages. Ils appartiennent à plusieurs ethnies, principalement animistes, parmi lesquelles les Feloups, Baiotes, Manjacos, Balantes et les Banhuns qui ont accumulé des savoirs précieux sur la nature et ses ressources. L'expression de ces savoirs prend tout son sens dans le génie développé par certaines ethnies pour cultiver du riz sur les sols salés et vaseux des mangroves. Les forêts sont exploitées pour l'agriculture sur brûlis et les plantations de cajou, ainsi que divers produits naturels tels que fruits sauvages, miel, plantes médicinales, vin de palme, etc. Une partie d'entre elles sont protégées sous forme de forêts sacrées qui abritent les esprits et servent de cadre aux cérémonies traditionnelles. Les communautés font face aux défis de la modernité et notamment du changement climatique compte tenu de l'extrême dépendance de leur agriculture aux régimes des pluies et de la montée du niveau marin.



O Parque Natural dos Tarrafes do rio Cacheu

Le Parc Naturel des Mangroves du rio Cacheu

Le Parc naturel des mangroves du rio Cacheu, dans sa partie nord, protège la plus vaste zone de mangroves de la région. Au sud du fleuve, il comprend la ville historique de Cacheu, ancien port négrier et première capitale de l'ancienne Guinée portugaise ainsi qu'un ensemble de forêts et de savanes qui composent des paysages admirables. La diversité des écosystèmes se traduit par la présence d'environ 300 espèces d'oiseaux recensées à ce jour. On peut rejoindre la partie nord du Parc en bateau ou en voiture. La voie fluviale présente l'avantage de faire découvrir l'atmosphère particulière des mangroves, où le dédale des bolons s'apparente à un labyrinthe. L'arrivée dans les villages de cette partie du Parc constitue un véritable choc esthétique. L'harmonie des cases, le dessin des rizières, les bouquets d'arbres éparpillés dans la savane, tout ici respire l'intimité de l'homme avec la nature.

Os Felupes e os Balantas fazem parte das raras etnias capazes de cultivar arroz na lama salgada dos mangais. Começam por construir um dique de cintura para solar a parcela da influência da água do mar. Uma vez cortados os tarrafes, são levantados diques para separar as parcelas interiores. Os sulcos cavados são profundos, para conter importantes quantidades de água doce na estação das chuvas, enquanto os camalhões, dado serem mais altos, permitem desprender as raízes do arroz da parte salgada do solo. As primeiras chuvas são aproveitadas para dessalinizar o solo, e a seguir é feito o transplante. A colheita é feita à mão, espiga por espiga. No fim das chuvas os diques são novamente abertos para deixar entrar a água do mar que traz com ela os seus nutrientes, e então os arrozais transformam-se em lagoas invadidas pelas aves aquáticas. Os historiadores mostraram que estas técnicas de cultivo sofisticadas foram levadas para o Novo Mundo por escravos guineenses.

O arroz de mangal, técnicas de cultivo levadas para o Novo Mundo por escravos guineenses

Le riz de mangrove, des techniques culturelles amenées au Nouveau Monde par des esclaves bissau-guinéens

Les Feloups et les Balantes font partie des rares ethnies capables de faire pousser du riz sur de la vase salée des mangroves. Ils commencent par construire une digue de ceinture pour isoler la parcelle de l'influence de l'eau de mer. Une fois les palétuviers morts, des digues intérieurs sont levés pour séparer les casiers. Les sillons creusés sont profonds pour contenir d'importantes quantités d'eau douce en saison des pluies, tandis que les billons, d'autant plus hauts, permettent de dégager les racines du riz de la partie salée du sol. Les premières pluies sont mises à profit pour dessaler le sol, puis les plants sont repiqués. La récolte est faite à la main, épi par épi. A la fin des pluies les digues sont à nouveau ouverts pour laisser entrer l'eau de mer qui apportera ses nutriments, les rizières se transformant alors en lagunes envahies par les oiseaux d'eau. Les historiens ont montré que ces techniques culturelles sophistiquées ont été amenées au Nouveau Monde par des esclaves bissau-guinéens.



COMO ORGANIZAR A SUA VISITA

COMMENT ORGANISER VOTRE VISITE

Informar-se

Sede do Instituto da Biodiversidade e das Áreas Protegidas (IBAP), Avenida Dom Feliciano Artur de Serrazella - Bairro de Luanda, Bissau. Telefone: +245 320 71 06/07 ecolap@gmail.com - www.ibapgbissau.org, ou nas sedes do Parque em Cacheu e em São Domingos: recepção, informações, documentação, preço de entrada. Disponibilidade de guias locais, aluguer de canoas, píragas e baidelas. As visitas de barco dependem dos horários das marés.

S'informar

Síge de l'Institut de la Biodiversité et des Aires Protégées (IBAP), Avenida Dom Feliciano Artur de Serrazella - Bairro de Luanda, Bissau. Téléphone: +245 320 71 06/07 ecolap@gmail.com - www.ibapgbissau.org, ou aux sièges du Parc à Cacheu et à São Domingos: accueil, information, documentation, droits d'entrée. Disponibilité de guides locaux, location de canots, de pirogues, de vélos. Les visites en bateau dépendent des horaires de marées.



Onde se hospedar ou comer no Parque e arredores?

Ou loger, se restaurer dans le Parc et alentours ?

Em Cacheu

Sede do Parque (+245) 955 70 31 72 / 955 59 74 26
ecolap@gmail.com - www.ibapgbissau.org
Babu Restaurante e Bar (+245) 965 25 10 10

Em Canchungo

Casa Canchungo (+245) 955 65 12 72 / (+33) 6 73 30 77 51
www.casacanzungo.com

Em São Domingos

Octávio Hotel - Restaurante (+245) 966 64 22 05 / 966 61 79 96
Keta Hotel - Restaurante (+245) 966 61 83 82

Em Varela

Chez Hélène (+245) 966 64 01 80 / 955 30 13 73 valscorpion@hotmail.com
www.facebook.com/Aparthotel-Chez-Helene

Em Bolot e Alalab (aldeias felupes / villages feloups)

Casas comunitárias Maisons communautaires

Guias / Guides:

Alalab - Lucas +245 955 86 41 13 / Alexandre +245 955 35 66 63

Elia - Jose Carlos +245 969 24 09 46

Bolot - Ibo +245 966 45 36 87

Operadores
turísticos
Opérateurs
touristiques

Mélie Ninnin em São Domingos

(+245) 929 0408 - melodie.ninnin@free.fr

Transafrica (+228) 22 21 68 23

transafrica.transafrica.biz / roberto@transafrica.biz

www.transafrica.biz/en/tour-guinea-bissau.php

Cacheu, cidade histórica

A cidade de Cacheu emite irresistivelmente uma atmosfera carregada de história. Será a presença do forte militar, vestígio do descobrimento português situado junto às águas do rio que banham as suas as muralhas? É a memória antiga e os sofrimentos do caminho dos escravos que partiam de Cacheu em direção às margens improváveis do Novo Mundo? É incontestável que a cidade irradiava uma poesia muito particular que convida a deixar-se levar por ela. Além do forte colonial, pode-se visitar o museu da escravatura e a primeira capela cristã construída no país.

Cacheu, une ville chargée d'histoire

La ville de Cacheu dégage irrésistiblement une atmosphère chargée d'histoire. Est-ce la présence du fort militaire, vestige du découvrimto portugais et dont les eaux du fleuve viennent lécher les remparts: est-ce la mémoire ancienne et les souffrances du chemin des esclaves qui partaient de Cacheu vers les improbables rivières du nouveau monde? Le fait est là, incontestable, la ville distille une poésie toute particulière vers laquelle il faut se laisser porter. En dehors du fort colonial, on pourra visiter le musée de l'esclavage et la première chapelle chrétienne construite dans le pays.

Visitar, descobrir

Os guias podem fazê-lo descobrir os circuitos seguintes:

- A cidade histórica de Cacheu com o forte construído pelos portugueses em 1588 para controlar o tráfico de escravos na região, o museu da escravatura, a capela
- Passeio de canoa nas proximidades de Cacheu, no rio Blimbom: tarrafes, avifauna, floresta sagrada
- Viagem de piroga entre Cacheu e São Domingos: tarrafes, arrozais, avifauna
- Aldeias felupes: paisagens, arrozais, tarrafes, património cultural, festa da colheita do arroz
- Aldeia de Cobia: floresta sagrada, património cultural, peregrinação dos Manjacos

Visiter, découvrir

Des guides pourront vous faire découvrir les circuits suivants :

- La ville historique de Cacheu avec le fort construit par les portugais en 1588 pour contrôler le trafic négrier dans la région, le musée de l'esclavage, la chapelle
- Balade en canot à proximité de Cacheu, sur le rio Blimbom : mangroves, avifaune, forêt sacrée
- Parcours en pirogue entre Cacheu et São Domingos : mangroves, rizières, avifaune
- Villages Feloups : paysages, rizières, mangroves, patrimoine culturel, fête des récoltes du riz
- Village de Cobia : forêt sacrée, patrimoine culturel, pèlerinage des Mandjaks