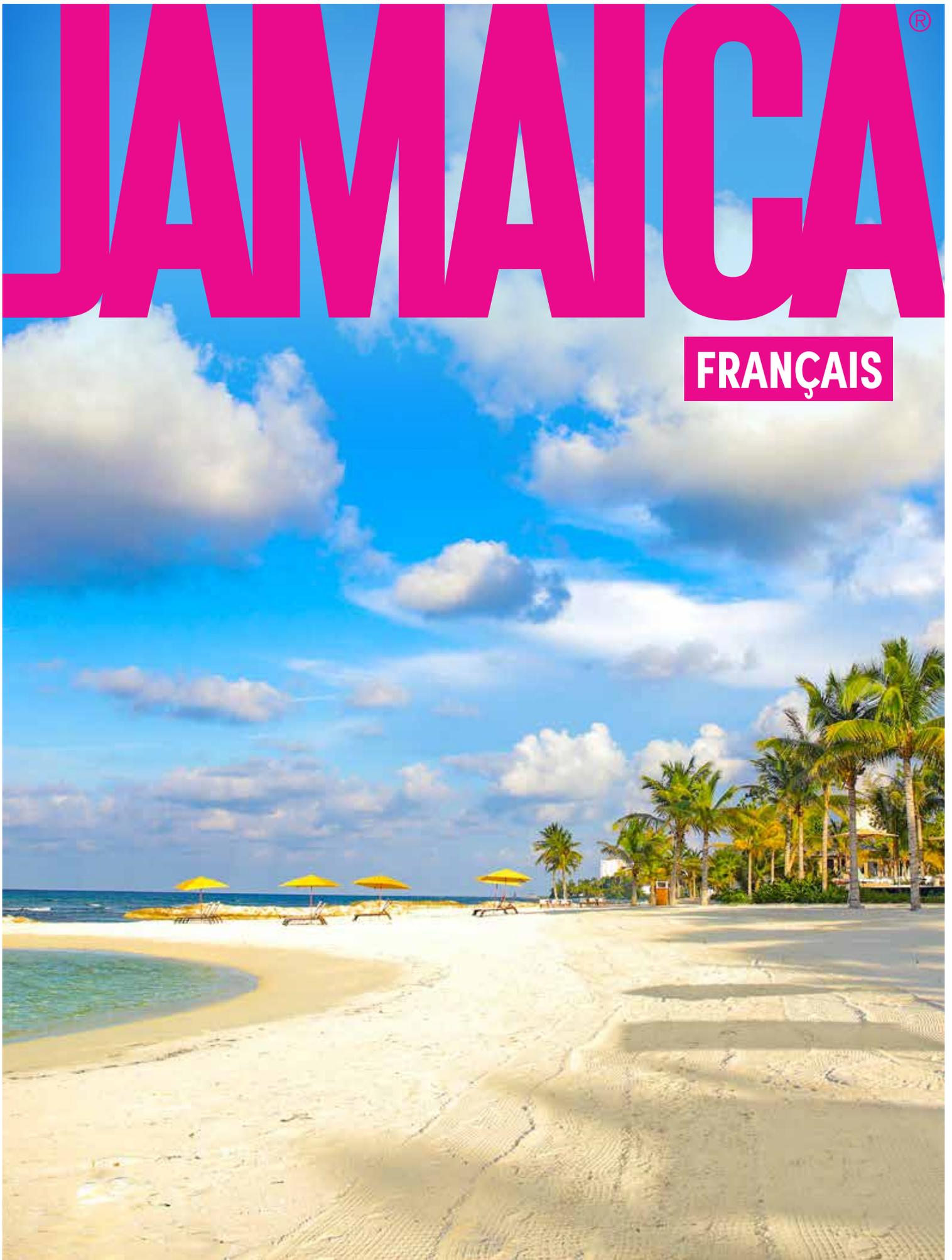


# JAMAICA<sup>®</sup>

FRANÇAIS

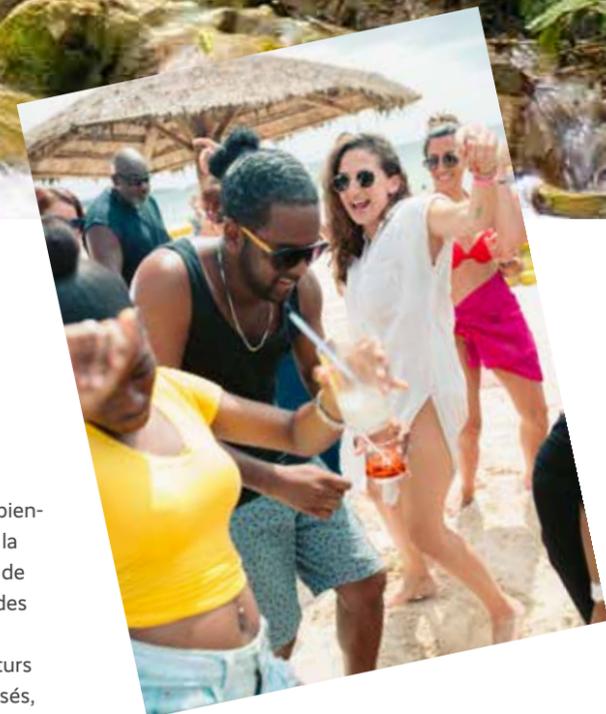


**BIENVENUE**





# VIBREZ À VOTRE RYTHME



**RENOMMÉE  
POUR SA BEAUTÉ  
SPECTACULAIRE,  
SES HABITANTS  
SYMPATHIQUES, SA  
CULTURE VIBRANTE  
ET SA RICHE HISTOIRE,  
AUCUN AUTRE  
MOT N'EST AUSSI  
APPROPRIÉ QUE  
L'ADJECTIF IRIE (COOL)  
POUR DÉCRIRE LA  
JAMAÏQUE.**

## TERRE RICHE EN BOIS ET EN EAU

La Jamaïque est une destination tellement dynamique et variée qu'il est possible d'y effectuer maintes et maintes visites et, chaque fois, vivre une expérience tout-à-fait unique.

Pays d'origine du légendaire Bob Marley, artiste de reggae incontournable et le plus célèbre du monde, la Jamaïque a exporté ce genre musical très populaire, mélange éclectique de rythme irrésistibles et de paroles envoûtantes, mais quelques fois acerbes. Il résonne aux quatre coins de l'île et des festivals musicaux annuels, tels que Reggae Sumfest et Rebel Salute, le célèbrent tout en permettant de déguster des spécialités de la cuisine jamaïcaine.

Visiter la Jamaïque et ne pas goûter au jerk (qu'il s'agisse de poulet, porc, poisson, conque ou saucisse, ou de toute autre viande et fruits de mer) est pratiquement sacrilège. La préparation du jerk consiste à faire griller une viande ou un fruit de mer, auparavant mariné dans un mélange d'épices et d'herbes traditionnelles, dans un bidon ou baril en métal, sur du bois aromatisé. Bien que la méthode ait évolué au fil du temps et varie selon le cuisinier, la saveur reste la même, indéniablement jamaïcaine et absolument savoureuse.

Il faut également absolument goûter aux patties (pâté jamaïcain traditionnel), au curry de chèvre, à la soupe de mouton (mannish water), à la queue de bœuf et, bien-sûr, au plat national, akée et morue séchée et salée.

Bordées de sable blanc fin et d'eaux turquoise des plus attrayantes, les plages jamaïcaines figurent au nombre des plus splendides du monde. Qu'il s'agisse de la célèbre Doctor's Cave Beach à Montego Bay, de la plage tout aussi renommée de Seven Mile à Negril, la Frenchman's Cove à Portland, la Treasure Beach sur la côte Sud, des chutes de Dunn's River ou de la plage sauvage d'Ocho Rios, il y en a une pour tous les goûts. Mais si se prélasser sur la plage toute la

journée n'est pas votre style, une visite en Jamaïque peut aussi devenir une cure de jouvence. Grâce à des centaines de centres de mise en forme et d'innombrables groupes de course à pied et d'exercice physique, la tendance générale en faveur de la santé et du bien-être a donné jour à des centaines d'événements annuels, tels que le Reggae Marathon et la Kingston City Run. Le mouvement de remise en forme a également influencé la création de plusieurs bars santé et bien-être, ainsi que de forfaits spa, remise en forme et yoga dans des centres de villégiature luxueux.

La Jamaïque est un lieu privilégié pour célébrer les mariages depuis longtemps. Les futurs mariés disposent de nombreuses options, qu'il s'agisse de centres de villégiatures spécialisés, de domaines privés ou de villas sur toute l'île. Les centres de villégiature tout-compris offrent un large éventail de forfaits mariage et des organisateurs de mariage dévoués à votre disposition et des options pour personnaliser votre expérience. De plus, les couples peuvent alors commencer immédiatement leur lune de miel, sans jamais devoir quitter l'île.

L'île est en outre en train d'établir rapidement sa réputation en tant que destination idéale pour des séjours de réflexion, des réunions et des séjours d'incitation de groupe d'entreprise. Bien que le centre de congrès de la Jamaïque et le centre de convention de Montego Bay demeurent les lieux favoris pour ce type de réunions, de nombreux centres de villégiature ont ajouté ou remis à neuf leurs salles de conférence, faisant de l'île une destination populaire pour organiser de grands rassemblements. Grâce à des services de transport de plus en plus importants et une autoroute reliant Kingston à la côte nord, vous pouvez organiser votre réunion dans ce spectaculaire paradis tropical! ■

### Le saviez-vous?

La technique traditionnelle de cuisson connue sous le terme de jerk aurait soi-disant été inventée par les Marroons, c'est-à-dire les esclaves en fuite.



# KINGSTON

**Le saviez-vous?**  
Au musée Bob Marley, les visiteurs peuvent observer la chambre du chanteur préservée comme au temps de son vivant. Il y a même des impacts de balles datant d'une tentative d'assassinat en 1976.

**LE PAYSAGE MONTAGNEUX DE LA CAPITALE OFFRE UNE TOILE DE FOND SPECTACULAIRE À UNE VILLE DÉCIDÉMENT MODERNE.**

## VÉRITABLE JOYAU

La capitale vibrante de la Jamaïque est nichée entre les célèbres Montagnes Bleues et l'un des ports naturels les plus importants du monde. Une ville à deux temps, Kingston vous séduira par sa beauté naturelle unique et son caractère cosmopolite. Que vous soyez à la recherche d'activités culturelles, d'activités en plein air, d'une cuisine raffinée ou d'un lèche-vitrines fabuleux, Kingston vous propose toutes ces activités.

Au nord de Kingston, les Montagnes Bleues offrent une toile de fond spectaculaire. La magnifique chaîne de montagnes fait partie du parc national des Montagnes Bleues et des monts John Crow, site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Mieux connues comme terre d'origine du café Blue Mountain, les montagnes sont une destination favorite des voyageurs à la recherche d'aventure et passionnés de la nature.

De retour en ville, vous pourrez admirer les merveilles de la nature en vous rendant au jardin botanique Hope. D'une superficie de plus de 800 hectares, il s'agit non seulement de l'espace vert le plus vaste au sein de l'agglomération urbaine de la ville, mais aussi du plus grand jardin botanique des Caraïbes qui abrite aussi le zoo Hope.

Bien que la ville de Kingston ne soit pas célèbre pour ses plages, les habitants fréquentent



le littoral de Fort Clarence. Ces plages comprennent des installations telles que des vestiaires, des douches, des toilettes et des maîtres-nageurs. Par ailleurs, deux restaurants avoisinants servent du poisson frais et bien davantage. Les amateurs de surf, à la recherche de grosses vagues, se rendent au Jamnesia Surf Camp à Bull Bay, à seulement 20 minutes de route à l'est. La famille Wilmort, appelée la première famille du surf en Jamaïque, a établi le seul camp de surf de l'île où vous retrouverez certains des meilleurs surfeurs de la Jamaïque.

Le reggae fait partie intégrante de l'île. Pour rendre hommage à l'homme qui a rendu le reggae célèbre, les fans font leur pèlerinage au musée Bob Marley, situé dans l'ancienne habitation du musicien légendaire, qu'il avait achetée en 1975. Il s'agit de l'endroit où Marley a enregistré sa musique et a vécu jusqu'à sa mort en 1981. Ne manquez pas de prendre quelques photos avec la célèbre statue du chanteur dans la cour.

Un musée, qui a ouvert ses portes en 2016, rend hommage à Peter Tosh, autre musicien de reggae célèbre et l'un des membres fondateurs du groupe The Wailers. Tosh militant pour l'égalité des droits, a malheureusement été abattu en 1987. Le musée Tosh célèbre sa vie et ses accomplissements et expose des objets tels que sa guitare, sous forme de AK-47, et son monocycle.





**KINGSTON VOUS CAPTIVERA PAR SA BEAUTÉ NATURELLE ET SON CHARME COSMOPOLITE.**

Le Devon House, ancien manoir élégant, de style géorgien, construit en 1881 par George Stiebel, le premier millionnaire noir des Caraïbes, est une autre attraction populaire. La propriété, entourée d'un vaste parc à la végétation luxuriante, a été restaurée avec goût par le Fonds du patrimoine national de la Jamaïque (Jamaica National Heritage Trust). Lors de votre visite, ne manquez pas de vous arrêter au célèbre marchand de glaces Devon House I Scream Shop.

Aventurez-vous plus à l'est pour vous rendre à Port Royal, ancienne cité de pirates, autrefois ville dépravée. Liée au port de Kingston, Port Royal était jadis un point vital pour les échanges commerciaux de la Jamaïque. Bien que la décadence et la débauche qui s'ensuivent appartiennent à la légende, ce village de pêcheurs est désormais plutôt une curiosité. Avec ses rues pavées, son architecture espagnole, ses douves et ses forts, Port Royal est un lieu pittoresque, à 45 minutes seulement en voiture de Kingston.

Les gastronomes seront séduits par le mélange de saveurs et d'épices de la Jamaïque. Qu'il s'agisse de vendeurs de rue ou de restaurants sophistiqués, la cuisine de Kingston est au rang des meilleures. Pour se rendre compte du dynamisme de la production agricole de l'île, il est essentiel de commencer au cœur de la ville : le Coronation Market. Si vous avez envie de vous gorger de savoureux fruits de mer, rendez-vous au Festival Marketplace, en bord de mer, dans le centre-ville de Kingston. Si vous souhaitez goûter à des spécialités jerk authentiques, Scotchies Jerk Centre sur la Chelsea Avenue, est renommé pour son poulet jerk préparé à la perfection.

Kingston est bien connue pour sa vie nocturne animée. Le Regency Bar & Lounge est un bar populaire au décor cosmopolite élégant. Le Blend Bar & Lounge est un autre lieu en vogue pouvant facilement rivaliser avec les meilleurs bars de New York et Miami.

L'ambiance du bar sur le toit du CRU Bar and Kitchen est plus décontractée mais la vue y est époustouflante, sans oublier les excellents cocktails et une belle sélection de vins. Situé dans le centre de New Kingston, le Sky Bar se vante également d'un superbe panorama et d'une piscine de 15 mètres de long à laquelle il est difficile de résister.

Pour passer la nuit à danser, rendez-vous au Fiction Fantasy, une boîte huppée fréquentée par les fêtards les plus branchés de Kingston et animée par l'un des meilleurs DJ de l'île.

Si vous visitez la Jamaïque en octobre, ne manquez pas le Jamaica Food & Drink Festival (Salon de la gastronomie et des boissons jamaïcaines), un festival de cinq jours proposant les meilleurs mets et boissons de la Jamaïque. Présentant 30 chefs célèbres et des personnalités du monde culinaire, huit événements de cuisine succulente et des animations en direct, l'événement est l'équivalent en Jamaïque du South Beach Wine & Food Festival (Salon des vins et de la gastronomie de South Beach) en Floride.

En octobre également, se déroule le Kingston Jerk Gospel Music Festival (Festival musical de gospel et de dégustation de jerk de Kingston) qui allie cuisine traditionnelle jamaïcaine et célèbres chefs aux principaux artistes de gospel des Caraïbes. En novembre, la Restaurant

Week (Semaine des restaurants), qui a lieu simultanément à Kingston, Montego Bay et Ocho Rios, propose des menus de trois services à prix fixe, spécialement sélectionnés, pour le dîner et des plats spéciaux pour le déjeuner dans des dizaines de restaurants primés, à des prix réduits.

La mode de Kingston offre un équilibre entre les tendances actuelles et un style tropical qui lui est propre. Des événements tels que la Jamaica's Fashion's Night Out (Soirée de mode jamaïcaine), durant laquelle les boutiques offrent des rabais intéressants, sont une preuve de l'histoire d'amour que voue le pays à la mode.

Comme le secteur de la mode, l'artisanat local est également en plein essor à Kingston. Il est possible de trouver partout dans la capitale des savons, bougies, tee-shirts, confitures, gelées, sauces et bijoux fabriqués en Jamaïque. Ces articles peuvent s'avérer être des souvenirs idéaux et des cadeaux uniques. Si vous recherchez des objets d'art et artisanaux, plusieurs points de vente tels que Grosvenor Galleries, Island Art and Framing, Craft Cottage et la National Gallery of Jamaica pourront vous convenir. Il est également possible de dénicher des œuvres spectaculaires en flânant le long des rues de Kingston.

Il convient aussi de fréquenter les nombreuses foires de Kingston. Market on The Lawn (Marché sur la pelouse) est un événement populaire organisé à Devon House plusieurs fois par an. Vous y trouverez des œuvres d'art, des objets artisanaux, des bijoux, des vêtements de mode, de la nourriture et toutes sortes d'articles. Les foires de Kingston sont non seulement un paradis pour les passionnés de shopping mais sont aussi un lieu de rencontre dans une ambiance décontractée. ■

**ATTRACTIONS DE LA RÉGION**

**Blue Mountain Bicycle Tours**  
T: 876-974-7075 / 7492-3  
W: bmtoursja.com

**Bob Marley Museum**  
T: 876-630-1588  
W: bobmarleymuseum.com

**Craighton Great House & Coffee Estate Tour**  
T: 876-929-8490 / 876-944-8033  
W: jnht.com

**Club Kingston**  
T: 876-619-1565  
W: vipattractions.com

**Devon House**  
T: 876-929-6602  
W: devonhousejamaica.com

**Fort Charles**  
T: 876-922-0290  
W: jnht.com

**Holywel Recreational Area**  
T: 960-2848-9 / 960-2848  
W: blueandjohncrowmountains.org

**National Gallery of Jamaica**  
T: 876-922-1561 / 876-618-0654  
W: natgalja.org.jm

**Peter Tosh Museum**  
T: 876-960-0049 / 876-968-1089  
W: petertosh.com/museum

**Rockfort Mineral Bath Complex**  
T: 876-938-5055  
W: jnht.com

**Trench Town Culture Yard**  
T: 876-859-6741  
W: jnht.com

**Le saviez-vous?**

La sculpture en bronze de Laura Facey, d'une hauteur de 3,35 mètres, intitulée Redemption Song, nommée d'après la populaire chansons de Bob Marley, se trouve au Emancipation Park.





# OCHO RIOS/ RUNAWAY BAY

« OCHI », COMME L'APPELLE LES HABITANTS, EST UN LIEU IDÉAL POUR LES VOYAGEURS ACTIFS SOUHAITANT S'ADONNER À UNE MYRIADE D'AVENTURES.

## BEAUTÉ NATURELLE

Ocho Rios est plus qu'un simple port populaire pour les bateaux de croisière; c'est une ville fascinante et pittoresque avec quantité d'attractions. La ville et les districts avoisinants se vantent d'une végétation luxuriante resplendissante et d'un paysage varié doté de montagnes majestueuses et de plages immaculées.

Rainforest Adventures à Mystic Mountain propose plusieurs expéditions pour partir à la découverte de l'écosystème diversifié de la région. Que vous admiriez les hauteurs ou les profondeurs, les grottes Green Grotto présentent d'énormes formations rocheuses, des voûtes distinctes et des passages dissimulés.

Les chutes de Dunn's River sont à coup sûr l'attraction en plein air la plus célèbre d'Ocho Rios. Chaque jour, des guides mènent les visiteurs de la plage vers le haut des chutes. Une fois l'ascension terminée, les visiteurs peuvent se détendre sur la plage, prendre une bouchée, ou faire des achats.

Près des chutes de Dunn's River, se trouve Dolphin Cove, considérée comme la principale attraction des Caraïbes. Bien que la principale activité proposée soit la natation et le contact



avec les dauphins, cet endroit présente également le seul spectacle nocturne de requins et dauphins dans la mer des Caraïbes. YAAMAN, Adventure Park offre plusieurs visites uniques de la plantation Prospect, un domaine datant du 18ème siècle où figure un manoir. Les visiteurs peuvent visiter la plantation de diverses façons. Chukka Caribbean Adventures, tout comme Island Routes et Jamaica Tours Limited (JTL), organise également des visites passionnantes.

Ocho Rios est renommée pour sa vie nocturne animée. Une ballade le long de la Main Street suffit pour apercevoir les animations nocturnes de la ville. Les bars des hôtels et centres de villégiature sont aussi un excellent choix pour prendre un verre ou passer la soirée en discothèque.

Ne quittez pas la Jamaïque sans emporter de souvenirs. Vous trouverez des articles uniques et peu coûteux au marché artisanal Original Ocho Rios Craft Park, Island Village, le long de la Main Street et au centre commercial Taj Mahal, dont l'architecture s'inspire du véritable Taj Mahal en Inde. ■

**Le saviez-vous?**  
Le premier film de la célèbre franchise James Bond, *Dr. No*, a été filmé en 1962 à Ocho Rios.





**Le saviez-vous?**

Il suffit de flâner le long de Main Street pour entrevoir la ville du temps jadis. De nombreux magasins et boutiques regorgent d'articles intéressants.



**ATTRACTIONS DE LA RÉGION**

**Bamboo Beach Club (Braco, Trelawney)**  
T: 876-347-4213  
W: bamboobeachclub.com

**Calypso Rafting**  
T: 876-974-2527  
W: calypsorafting.com

**Chukka Caribbean Adventures**  
• White River Valley Tubing  
• Original Canopy Zipline Tours  
• ATV Safari Tours  
• Horseback Ride & Swim  
• Power-snorkeling (NEW)  
T: 876-974-2017 / 382-6907 / 684-9934 / 972-2506  
W: chukka.com

**Dolphin Cove**  
T: 876-974-5335 / 795-0484  
W: dolphincoveja.com

**Dunn's River Falls and Park**  
T: 876-974-4767 / 974-2857  
W: dunnriverfallsja.com

**Green Grotto Caves**  
T: 876-974-5051 / 973-2841  
W: greengrottocavesja.com

**Hooves Jamaica**  
T: 876-972-0905 / 972-0659  
W: hooves-jamaica.com

**Island Gully Falls (Blue Hole)**  
T: 876-462-1233 / 917-3180  
W: coolblueholeochorios.com

**Jimmy Buffet's Margaritaville**  
T: 876-795-4643 / 675-8800 / 979-8041  
W: margaritavillecaribbean.com/ocho-rios

**Konoko Falls and Park**  
T: 876-622-1712  
W: konokofalls.com

**Mystic Mountain Rain-Forest Adventures**  
T: 876-974-3990-1  
W: rainforestadventure.com

**Sandals Golf and Country Club**  
T: 876-975-0119 / 549-5789  
W: sandals.com/golf/jamaica

**Seville Great House**  
T: 876-972-2191  
W: jnht.com

**Sunvalley Plantation Tours and Trails**  
T: 876-995-3075  
E: sunvalleyjamaica@gmail.com

**The River Rapids Adventure**  
T: 876-953-2722  
W: riverrapidsja.com

**Turtle River Falls & Gardens**  
T: 876-974-8508 / 974-5114  
W: turtleriverfallsandgardens.com

**LES VENDEURS VOUS ACCUEILLENT AVEC UN SOURIRE CHALEUREUX TOUT EN PLAISANTANT ET EN VOUS MONTRANT DES BIJOUX FAITS MAIN, DES TABLEAUX ET BIEN PLUS ENCORE.**



# MONTEGO BAY/ FALMOUTH

**QUE VOUS SOYEZ À LA RECHERCHE DE PLAGES DE SABLE FIN OU D'ACTIVITÉS PLUS SPORTIVES DANS DES PAYSAGES MONTAGNEUX, TOUT COMME LES JAMAÏCAINS, VOUS SUCCOMBEREZ AU CHARME DE MONTEGO BAY.**

## DEUXIÈME VILLE

MoBay pour les initiés, cette ville tropicale située sur la côte nord-ouest vibre au rythme énergétique de la vie jamaïcaine.

À MoBay se trouvent certaines des plus belles plages de l'île. Même la célèbre Doctor's Cave Beach est un lieu idéal pour rencontrer et bavarder avec des touristes tout en profitant des eaux chaudes. Cornwall Beach est un autre refuge en bord de mer. Les amis des animaux peuvent se diriger vers le sud, à Dolphin Cove, à Lucea, Hanover, à seulement 40 minutes de MoBay. Comme à Ocho Rios, l'attraction marine offre des rencontres rapprochées avec des dauphins et autres créatures aquatiques.

Les amateurs d'histoire et de légendes visiteront le manoir et les jardins Bellefield, l'une des plus anciennes plantations de sucre de canne de la Jamaïque. Imprégnée d'histoire, de mystère et de magie, le manoir Rose Hall offre un aperçu de la vie durant l'ère coloniale dans les années 1770. Selon la légende, le fantôme d'Annie Palmer hante toujours la demeure. L'église de la paroisse de St. James a été construite entre 1775 et 1782, sous la forme d'une croix grecque et

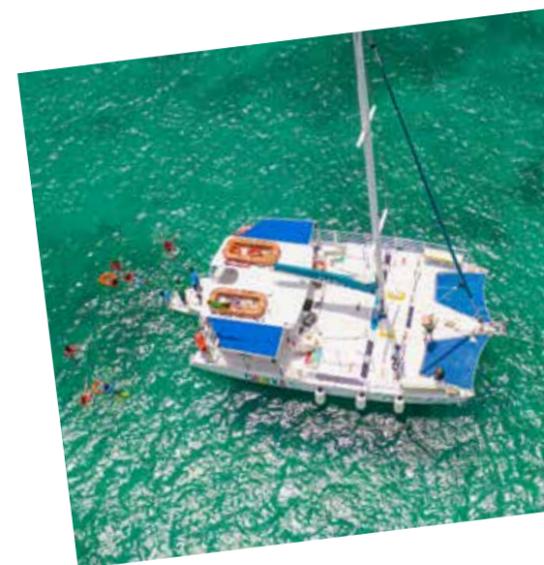


**Le saviez-vous?**  
Selon la légende, Annie Palmer, la propriétaire du manoir Rose Hall, était adepte du vaudou. Elle torturait ses esclaves et a commis plusieurs meurtres avant d'être tuée elle-même.

est considérée comme l'une des plus belles églises de la Jamaïque. À proximité, la plantation Good Hope offre une visite de la propriété qui peut être remplie d'émotions fortes, songez tubing et traversée en tyrolienne, ou plus décontractée, comme le rituel du thé britannique. Chukka Caribbean Adventures propose également une vaste gamme d'activités et d'excursions.

Si vous souhaitez faire quelques achats, vous trouverez tout ce dont vous avez besoin au centre commercial The Shoppes, à Rose Hall. Le centre commercial Half Moon Shopping Village vaut également la peine et le marché artisanal du centre-ville propose des articles faits main, tels que des chapeaux de paille et des sacs. Le marché d'artisanat Old Fort offre une grande variété d'objets artisanaux vendus par 180 marchands cherchant à attirer l'attention des touristes.

D'autres centres commerciaux populaires comprennent le centre-ville; le Holiday Village Shopping Centre sur la Rose Hall Road; Montego Freeport, près du débarcadère et le nouveau Whitter Village à Ironshore. Le marché artisanal de Harbour Street offre les meilleures affaires si vous souhaitez acheter des souvenirs de la Jamaïque.



## MONTEGO BAY/FALMOUTH

**COLUMBUS PARK  
COMPREND UNE  
MURALE ILLUSTRANT  
L'ARRIVÉE DE  
CHRISTOPHE COLOMB,  
EN PLUS D'UN  
CERTAIN NOMBRE  
D'OBJETS PROVENANT  
DE CETTE PÉRIODE, Y  
COMPRIS UN CANON,  
DES ANCRES, DES  
RÉCIPIENTS POUR  
FAIRE BOUILLIR LE  
SUCRE ET UNE ROUE  
HYDRAULIQUE.**

Pendant des années, Falmouth est restée pratiquement invisible aux yeux des touristes. Au plus, les voyageurs l'apercevaient lors de leurs déplacements entre Montego Bay et Ocho Rios. Cet emplacement stratégique, aussi tout près de la campagne, fut la raison de son développement économique dans les années 1800. Falmouth étant une ville portuaire, les produits locaux, principalement le sucre et le rhum, lui ont permis de continuer sa croissance. Son riche passé est remémoré grâce à la vaste collection de structures géorgiennes de la ville qui mettent en valeur de nombreux bâtiments en briques de la fin du 18e siècle, quelques maisons en bois du début du 19e siècle et quelques impressionnants édifices publics en pierre taillée, notamment l'église anglicane St. Peter's et le palais de justice de Falmouth.

Il est donc naturel qu'un terminal pour paquebots de croisière remette Falmouth au premier plan. Le port de croisière historique international de Falmouth, dont les deux postes d'accostage sont suffisamment amples pour accommoder les plus gros navires de l'industrie, a renouvelé l'intérêt envers la ville et revigoré les commerces locaux. Dès leur débarquement, les passagers sont maintenant accueillis par une vaste

sélection de boutiques et de restaurants logés dans des bâtiments de conception géorgienne soigneusement reconstruits. Se trouvant à proximité des destinations les plus populaires de la Jamaïque et à courte distance en taxi de deux villes importantes (Montego Bay se trouve à environ 30 minutes à l'ouest et Ocho Rios à environ 45 minutes à l'est), Falmouth mérite d'être visitée, même par ceux qui ne sont pas en croisière.

Tout près, Discovery Bay est l'endroit où l'on présume le débarquement de Christophe Colomb en 1494. Bien que la motivation de son second voyage vers le Nouveau-Monde était de trouver de l'or, peut-être que ce sont les eaux pures, les collines verdoyantes et le sable immaculé de Discovery Bay qui ont attiré le fameux explorateur et son équipe.

Columbus Park est une attraction populaire auprès des visiteurs. Ce musée en plein air comprend une murale illustrant l'arrivée de Christophe Colomb, en plus d'un certain nombre d'objets provenant de cette période, y compris un canon, des ancres, des récipients pour faire bouillir le sucre et une roue hydraulique. Les amateurs d'histoire et ceux qui souhaitent interagir avec des trésors rarement vus affluent vers cet endroit.

Aujourd'hui, de charmantes villas agrémentent le rivage et un des meilleurs endroits où déguster du jerk jamaïcain authentique, l'Ultimate Jerk Center, se trouve sur la Main Street. ■



## ATTRACTIONS DE LA RÉGION

**Barnett Plantation Tour**  
T: 876-952-2382  
W: bellefieldgreathouse.com

**Braco Stables Horseback Riding**  
T: 876-954-0185 / 954-0186  
W: bracostables.com.jm

**Cinnamon Hill Golf Club**  
T: 876-953-2984 / 953-3855 / 953-2341  
W: cinnamonhillgolf.com

**Chukka Caribbean Adventures**  
T: 876-684-9934 / 618-1895  
W: chukka.com

**Chukka Good Hope Estate**  
T: 876-619-1382 / 619-1441 /  
656-8471 / 656-8026  
W: chukka.com

**Club Mobay**  
T: 876-619-1565 / 8381-0299  
W: vipattractions.com

**Doctor's Cave Bathing Club**  
T: 876-953-2319 / 952-2566  
W: doctorscavebathingclub.com

**Falmouth Outdoor Adventures**  
T: 876-436-9230  
W: paintballjamaica.com

**Greenwood Great House**  
T: 876-953-1077 / 876-631-4701  
W: greenwoodgreathouse.com

**Half Moon Equestrian Centre**  
T: 876-953-2286 / 876-919-4621  
W: horsebackridingjamaica.com

**Hampden Estate Rum Tour**  
T: 876-482-4632  
W: hampdenrumcompany.com

**Margaritaville Montego Bay**  
T: 876-952-4777  
W: margaritavillecaribbean.com/montego-bay

**Montego Bay Arts Council**  
T: 876-971-3921 / 940-6402 / 876-550-4818  
W: montegobayculturalcentre.org

**Rastafari Indigenous Village**  
T: 876-383-9068 / 287-4750  
W: rastavillage.com

**Rafting on the Martha Brae**  
T: 876-952-0889 / 940-7018 / 940-6398  
W: jamaicarafting.com

**Rockspring Cave Exploration**  
T: 876-393-6584  
W: stea.net  
E: info@stea.net



**Rose Hall Great House**  
T: 876-953-2456 / 953-2160 /  
953-2323 / 953-9982  
W: rosehalls.com

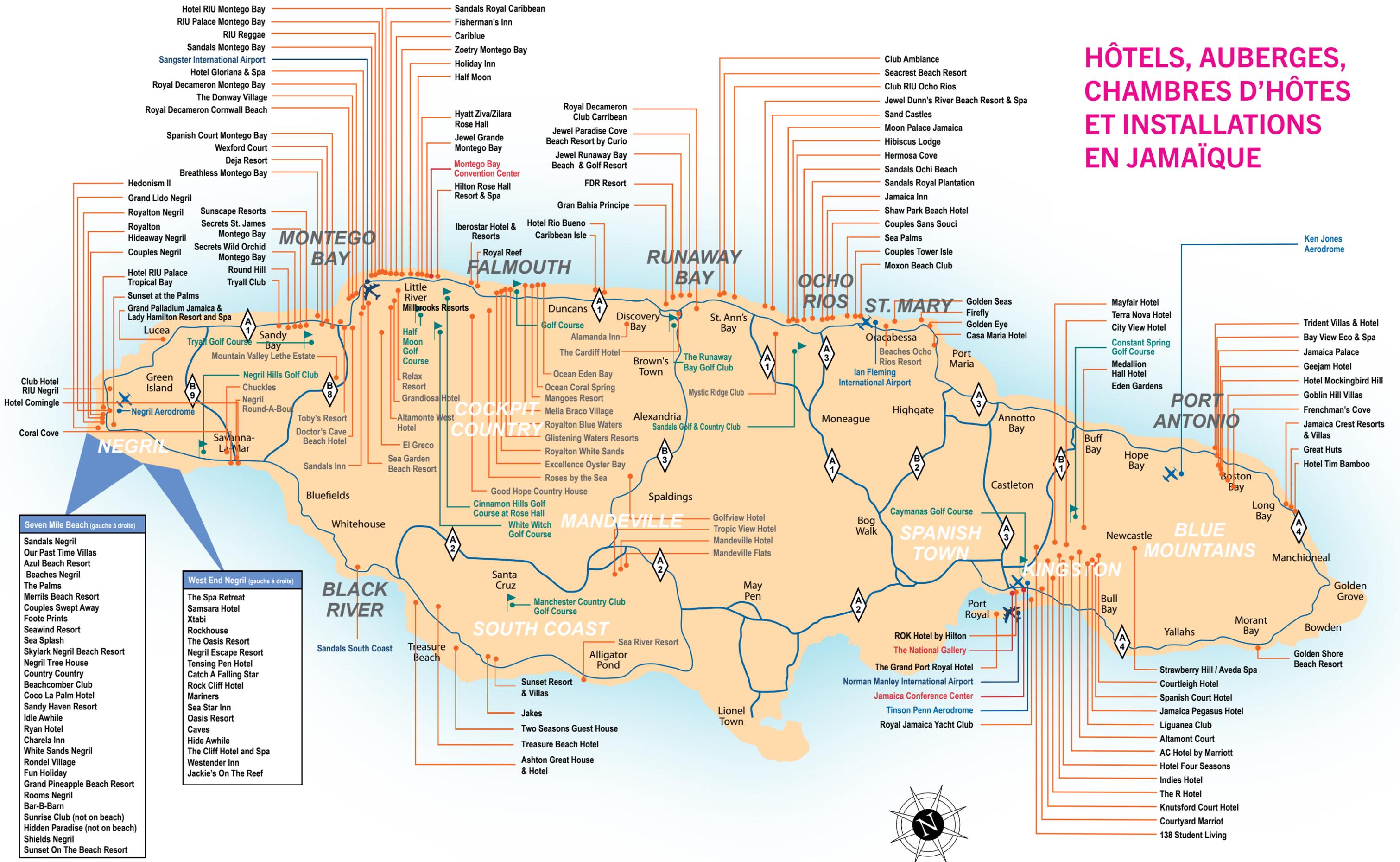
**Silver Sands Jamaica**  
T: 876-954-7606  
W: mysilversands.com

**The River Bumpkin Farm**  
T: 876-684-8672  
W: islandroutes.com/bumpkin

### Le saviez-vous?

L'installation de chargement de bauxite du port Rhoades de la Kaiser Bauxite Company a découvert les objets présentés au Columbus Park et représente une grande partie de la prospérité économique de Discovery Bay.

# HÔTELS, AUBERGES, CHAMBRES D'HÔTES ET INSTALLATIONS EN JAMAÏQUE



- Hotel RIU Montego Bay
- RIU Palace Montego Bay
- RIU Reggae
- Sandals Montego Bay
- Sangster International Airport
- Hotel Gloriana & Spa
- Royal Decameron Montego Bay
- The Donway Village
- Royal Decameron Cornwall Beach

- Sandals Royal Caribbean
- Fisherman's Inn
- Caribblue
- Zoetry Montego Bay
- Holiday Inn
- Half Moon

- Club Ambiance
- Seacrest Beach Resort
- Club RIU Ocho Rios
- Jewel Dunn's River Beach Resort & Spa
- Sand Castles
- Moon Palace Jamaica
- Hibiscus Lodge
- Hermosa Cove
- Sandals Ochi Beach
- Sandals Royal Plantation
- Jamaica Inn
- Shaw Park Beach Hotel
- Couples Sans Souci
- Sea Palms
- Couples Tower Isle
- Moxon Beach Club

- Hedonism II
- Grand Lido Negril
- Royalton Negril
- Hideaway Negril
- Couples Negril
- Hotel RIU Palace Tropical Bay
- Sunset at the Palms
- Grand Palladium Jamaica & Lady Hamilton Resort and Spa
- Lucea
- Green Island
- Club Hotel RIU Negril
- Hotel Comingle
- Coral Cove

- Seven Mile Beach (gauche à droite)
- Sandals Negril
  - Our Past Time Villas
  - Azul Beach Resort
  - Beaches Negril
  - The Palms
  - Merrills Beach Resort
  - Couples Swept Away
  - Footprints
  - Seawind Resort
  - Sea Splash
  - Skylark Negril Beach Resort
  - Negril Tree House
  - Country Country
  - Beachcomber Club
  - Coco La Palm Hotel
  - Sandy Haven Resort
  - Idle Awhile
  - Ryan Hotel
  - Charella Inn
  - White Sands Negril
  - Rondel Village
  - Fun Holiday
  - Grand Pineapple Beach Resort
  - Rooms Negril
  - Bar-B-Barn
  - Sunrise Club (not on beach)
  - Hidden Paradise (not on beach)
  - Shields Negril
  - Sunset On The Beach Resort

- West End Negril (gauche à droite)
- The Spa Retreat
  - Samsara Hotel
  - Xtabi
  - Rockhouse
  - The Oasis Resort
  - Negril Escape Resort
  - Tensing Pen Hotel
  - Catch A Falling Star
  - Rock Cliff Hotel
  - Mariners
  - Sea Star Inn
  - Oasis Resort
  - Caves
  - Hide Awhile
  - The Cliff Hotel and Spa
  - Westender Inn
  - Jackie's On The Reef

**MONTEGO BAY**

**FALMOUTH**

**RUNAWAY BAY**

**OCHO RIOS**

**ST. MARY**

**COCKPIT COUNTRY**

**MANDEVILLE**

**SPANISH TOWN**

**PORT ANTONIO**

**BLUE MOUNTAINS**

**BLACK RIVER**

**SOUTH COAST**

**KINGSTON**

**NEWCASTLE**

**YALLAHS**

**MORANT BAY**

**BOWDEN**

**GOLDEN GROVE**

**MANCHIONEAL**

**LONG BAY**

**BOSTON BAY**

**HOPPE BAY**

**CASTLETON**

**ANNOTTO BAY**

**PORT MARIA**

**ORACABESSA**

**ST. ANN'S BAY**

**DISCOVERY BAY**

**ALAMANDA INN**

**THE CARDIFF HOTEL**

**THE OCEAN EDEN BAY**

**OCEAN CORAL SPRING MANGOES RESORT**

**MELIA BRACO VILLAGE**

**ROYALTON BLUE WATERS**

**GLISTENING WATERS RESORTS**

**ROYALTON WHITE SANDS**

**EXCELLENCE OYSTER BAY**

**ROSES BY THE SEA**

**GOOD HOPE COUNTRY HOUSE**

**CINNAMON HILLS GOLF COURSE AT ROSE HALL**

**WHITE WITCH GOLF COURSE**

**MANCHESTER COUNTRY CLUB GOLF COURSE**

**SEA RIVER RESORT**

**SUNSET RESORT & VILLAS**

**JAKES**

**TWO SEASONS GUEST HOUSE**

**TREASURE BEACH HOTEL**

**ASHTON GREAT HOUSE & HOTEL**

**LIONEL TOWN**

**MAY PEN**

**BOG WALK**

**CAYMANAS GOLF COURSE**

**ROYAL DECAMERON CLUB CARRIBEAN**

**JEWEL PARADISE COVE BEACH RESORT BY CURIO**

**JEWEL RUNAWAY BAY BEACH & GOLF RESORT**

**FDR RESORT**

**GRAN BAHIA PRINCIPE**

**HOTEL RIO BUENO CARIBBEAN ISLE**

**IBEROSTAR HOTEL & RESORTS**

**HYATT ZIVA/ZILARA ROSE HALL**

**JEWEL GRANDE MONTEGO BAY**

**MONTEGO BAY CONVENTION CENTER**

**HILTON ROSE HALL RESORT & SPA**

**ROYAL REEF**

**SMALL CREEK RESORTS**

**SMALL CREEK GOLF COURSE**

**SMALL CREEK RESORTS**



# NEGRIL



**Le saviez-vous?**  
La beauté de la plage Seven Mile a été reconnue par de nombreux prix, notamment le Travellers' Choice Award de TripAdvisor dans la catégorie plage, en plus d'être classée parmi l'une des plus belles plages au monde.



## UN ENDROIT SEREIN

**DES COUCHERS DE SOLEIL DE RENOMMÉE MONDIALE ET UNE ATMOSPHÈRE DÉCONTRACTÉE FONT DE NEGRIL BIEN PLUS QU'UNE SIMPLE VILLE ESTIVALE CHARMANTE.**

La plage de Seven Mile n'est certainement pas la seule plage à visiter à Negril. La plage de Bloody Bay, souvent appelée, l'autre plage de Negril, est la plage préférée des habitants du coin et est tout aussi splendide et relaxante.

Le parc marin de Negril situé dans la zone de protection environnementale de Negril est un lieu idéal pour tous les passionnés de la nature, particulièrement ceux attirés par la vie marine. Le parc est divisé en plusieurs zones récréatives et offre une occasion unique d'observer l'écosystème marin local. Le parc comprend le littoral, des mangroves, des environnements marins situés au large des côtes et des récifs de corail.

Situé à une heure de route de Negril, dans le comté de Westmoreland, les chutes Mayfield offrent 21 piscines naturelles, 52 espèces de fougères, où un guide expérimenté vous fera découvrir un des joyaux de la Jamaïque. Celui-ci vous accompagnera lors d'une escalade au travers d'eau minérale tout en révélant divers secrets de ce site.

Les amateurs de cascades doivent absolument visiter les chutes YS, situées à proximité, à St. Elizabeth. Spécialisée dans l'approvisionnement de bois au début du 19ème siècle, la plantation YS a, en 1992, ouvert au public les spectaculaires chutes comprenant sept cascades. Des visiteurs venus des quatre coins du monde profitent des piscines naturelles approvisionnées par

des sources et s'élançant dans l'eau à l'aide d'une liane.

Avant de quitter Negril, procurez-vous quelques souvenirs. Des produits artisanaux fabriqués localement sont toujours appropriés et, à Negril, les objets d'arts abondent, sur la plage ou les trottoirs où des artisans vendent leurs articles. Le Negril Craft Market, marché artisanal local en plein air, se trouve dans le centre-ville et est bien achalandé, qu'il s'agisse de jeux d'échecs en bois, de hamacs ou de sculptures « ital ». On retrouve à Negril de nombreux magasins de souvenirs mais si vous ne voulez faire qu'un seul arrêt, le centre commercial Time Square est idéal. Vous pouvez y acheter des sauces, de la confiture, du café, et bien d'autres items produits localement. D'autres centres commerciaux comprennent la Plaza de Negril, la Sunshine Village Plaza, la Coral Seas Plaza et The Boardwalk Village sur la plage Seven Mile.

Rockhouse Restaurant et Pushcart Restaurant & Rum Bar sont deux des principaux restaurants de Negril. Au Rockhouse Restaurant, vous pouvez goûter à la nouvelle cuisine caribéenne, une version plus légère et plus moderne des mets traditionnels des Caraïbes. Au Pushcart Restaurant & Rum Bar, les clients savourent les épices et les saveurs relevées d'une cuisine jamaïcaine authentique dans un décor délibérément décontracté, mais pittoresque propre à Negril.



**ATTRACTIONS DE LA RÉGION**

**Dreamer Catamarans**  
T: 876-979-0102 / 979-0103  
W: dreamercatamarans.com

**Jamwest Motor Sports & Adventure Park**  
T: 876-381-0872 / 383-2581 / 475-7588  
W: jamwest.com

**Kool Runnings Adventure Park**  
T: 876-957-5400  
W: koolrunnings.com

**Margaritaville Negril**  
T: 876-957-9180 / 957-4467  
W: margaritavillecaribbean.com

**Negril Hills Golf Club**  
T: 876-955-2606 / 957-4638  
W: negrilhillsgolfclub.com

**Wild Crocodile Adventure and Tours**  
T: 876-955-7021 / 881-6917  
W: wildcrocodileadventures.com

Un autre endroit en vogue est le Caves Restaurant, où vous pouvez déguster une cuisine jamaïcaine authentique et gastronomique. Ne manquez pas de goûter au cocktail maison, le Cliffhanger, confectionné avec du jus de pastèque frais, du gingembre et du rhum Appleton.

Rick's Café, de renommée internationale, est la fierté du quartier West End à Negril. Situé sur une falaise rocheuse, à environ 11 mètres au-dessus du niveau de la mer, Rick's est le lieu idéal pour admirer les plongeurs ou pour plonger soi-même.

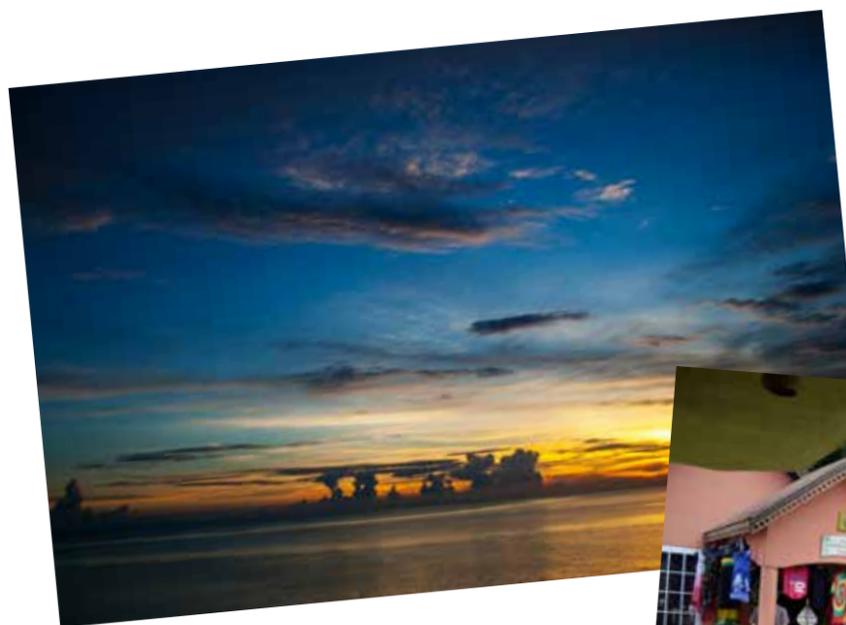
Également dans le quartier de West End, se trouve Hungry Lion, un café éclectique aux couleurs vives, offrant un menu qui varie selon la pêche et composé principalement de poisson et de plats végétariens, comme un satisfaisant hachis

de légumes ou des quesadillas garnies avec des crevettes et du fromage.

Une fois bien rassasié, vous pouvez choisir de partir à l'aventure et d'explorer les célèbres établissements nocturnes de Negril. Partout dans la ville pleine de vie, on retrouve des bars, des établissements pittoresques où l'on peut écouter du reggae et des boîtes de nuit.

Toujours bourdonnant d'activité, la boîte de nuit The Jungle se situe sur le boulevard animé Norman Manley. C'est la boîte la plus fréquentée de Negril et les meilleurs DJ de la ville y jouent les derniers hits. Vous pourrez aussi passer du bon temps en soirée au restaurant Jimmy Buffet's Margaritaville. Situé sur la plage, l'Alfred's Ocean Palace présente un groupe de reggae. ■

**ÉTANT SITUÉE SUR LA CÔTE OCCIDENTALE DE LA JAMAÏQUE, NEGRIL EST UN ENDROIT PRIVILÉGIÉ POUR CONTEMPLER DES COUCHERS DE SOLEIL SPECTACULAIRES.**



**Le saviez-vous?**

Le Boardwalk Village sur la plage de Seven Mile est un centre commercial où vous pouvez également passer une agréable journée, vous adonner à la natation et profiter de divers choix de restauration.





# PORT ANTONIO

## GLAMOUR D'ANTAN



Errol Flynn, artiste légendaire d'Hollywood et l'un des plus célèbres habitants de la ville, a décrit Port Antonio comme étant « plus belle que toutes les femmes que j'ai connues ». La ville paisible située à 37 kilomètres seulement de Kingston offre un répit à ceux qui recherchent un peu de paix.

Les cascades possèdent une certaine magie et Port Antonio offre deux des chutes les plus spectaculaires de l'île. Les chutes Reach se trouvent sur la rivière Driver et prennent leur source dans les monts John Crow pour former des piscines creusées dans la roche à l'eau cristalline avant de s'écouler en bas des rochers. Le principal bassin est l'endroit où a été tournée la scène inoubliable du film *Cocktail*, avec Tom Cruise. Entouré de légendes et de mythes, le Lagon Bleu est le plus grand lagon de l'île alimenté par une source souterraine. Avec près de 55 mètres de profondeur, l'eau de source montagneuse et glaciale se heurte aux courants chauds des marées faisant ainsi une expérience exceptionnelle de baignage.

À partir du Lagon Bleu, vous pouvez engager les services d'un guide de rafting pour goûter à une autre expérience propre à Port Antonio : faire du rafting sur le Rio Grande. Les passagers à bord de ces radeaux en bambou découvrent l'île sous un angle unique. Vous pouvez même vous arrêter à la Belinda's Riverside Canteen et déguster de succulents plats jamaïcains au bord du fleuve.

Une fois de retour sur le littoral, à la célèbre Frenchman's Cove, profitez de la fraîcheur de l'eau de source minérale mélangée à la température douce de l'océan. Pour une expérience maritime plus aventureuse, dirigez-vous vers la plage Winnifred et explorez le récif au large de la côte. Des arbres offrant de l'ombre, du sable blanc et de sympathiques marchands d'aliments en font un lieu idéal. En se dirigeant vers l'est, la plage de Long Bay offre l'une des plus longues franges ininterrompues de littoral de l'île ; les vagues y sont aussi idéales pour les surfeurs.

Sur les hauteurs de Port Antonio, il est possible de découvrir l'histoire et la culture locales des Maroons. Les Marrons sont des descendants d'esclaves ayant pris fuite et qui, au 17<sup>e</sup> siècle, se sont établis dans les montagnes rugueuses. Les voyageurs peuvent en savoir plus à leur sujet au Charles Town Maroon Community & Asafu Yard.

Les chutes de Somerset sont aussi imprégnées d'histoire. La propriété d'une superficie de plus de 39 hectares comprend des jardins luxuriants et des « chutes dissimulées » accessibles par bateau. Les visiteurs traversent une riche forêt tropicale

en suivant un chemin tortueux avant de découvrir la cascade de la rivière Daniels plongeant dans un bassin de 6 mètres de profondeur.

Le shopping à Port Antonio peut s'avérer être extrêmement gratifiant car il est possible de trouver de la bijouterie fine et autres articles de mode de haute qualité à des prix beaucoup plus intéressants que dans d'autres endroits de l'île. Le Royal Mall est une structure à double étage conçue comme un méli-mélo de styles architecturaux où vous trouverez toutes sortes de boutiques et de magasins vendant des vêtements de plage élégants, du café Blue Mountain, du rhum de qualité supérieure, des cigares, des bijoux et des objets artisanaux jamaïcains. La place du marché se trouve en centre-ville où vous y trouverez le marché de Musgrave. Vous pourrez vous y procurer une belle sélection de produits jamaïcains, qu'il s'agisse de sculpture de bois ou d'articles de vannerie.

Ne manquez pas non plus les membres de la coopérative artisanale de la vallée du Rio Grande, organisation regroupant les artisans de Port Antonio qui fabriquent et vendent leurs articles faits main dans toute la région. ■

## ATTRACTIONS DE LA RÉGION

**Alligator Head Foundation**  
T: 876-993-0336  
W: alligatorheadfoundation.org

**Charles Town Maroon Community & Asafu Yard**  
T: 876-429-1894 / 876-349-2900  
W: maroons-jamaica.com

**Frenchman's Cove**  
T: 876-993-7270  
W: frenchmanscove.com

**Moore Town Maroon Community**  
T: 876-412-0814 / 876-421-5919

**Reach Falls**  
T: 876-276-8663  
W: udcja.com/reach-falls

**Rio Grande Rafting**  
T: 876-993-5778 / 913-5434  
W: portantonio.com/tours/rio-grande-rafting-tour.html

**Somerset Falls**  
T: 876-913-0046





# CÔTE SUD

**LA CÔTE SUD EST UNE RÉGION SAUVAGE DE LA JAMAÏQUE QUI VOUS PERMET DE VOUS AVENTURER LOIN DES SENTIERS BATTUS.**



## BEAUTÉ SAUVAGE

Situé à deux heures de l'aéroport de Montego Bay, la côte Sud est relativement éloignée des centres touristiques de l'île.

Caractérisée par des baies rocheuses, des plages de sable noir et des lieux de baignade loin de la foule, Treasure Beach offre un littoral de près de 10 kilomètres de longueur bien connu pour ses quatre baies: Billy's, Calabash, Fort Charles Great et Frenchman's Bay.

Le parc et la réserve naturelle de Fonhill Beach sont un autre refuge naturel. Bien que de taille relativement réduite, le parc est bien organisé et offre aux visiteurs un certain nombre d'installations, notamment une aire de natation délimitée, des douches, des vestiaires, des toilettes, des tables de pique-nique et des maîtres-nageurs, au sein d'une réserve naturelle plus étendue.

Les chutes YS sont l'une des cascades les plus spectaculaires de l'île. Ce site, comportant sept cascades et un large bassin alimenté par des sources souterraines, propose une gamme variée d'activités, qu'il s'agisse d'une traversée de la forêt en tyrolienne, de bassins d'eau de source rafraîchissants ou de vastes jardins tropicaux.

La rivière Black est un arrêt typique lors d'une visite de la côte Sud. Le second fleuve le plus long de la Jamaïque est le point de départ d'une traversée passionnante à travers le marécage jamaïcain.

Visitez Lover's Leap, falaise qui tient son nom d'un couple d'esclaves passionnément amoureux qu'ils ont choisi la mort plutôt que d'être séparés. Une sculpture en bois leur rend hommage en haut de la falaise de 518 mètres de haut. À proximité, le phare de Lover's Leap est le plus haut édifice de la sorte dans l'hémisphère occidental.

Sur la côte Sud, on retrouve de nombreux villages de pêcheurs, exploitations agricoles et de vastes étendues de terres agricoles à perdre de vue. St. Elizabeth est le grenier de l'île et abrite 40 000 exploitants agricoles. Pour profiter d'une expérience tout à fait unique, allez au Pelican Bar. Ce bar est construit sur pilotis à une distance d'environ 1,5 km de la côte à Parottee Bay. Dégustez une bière avec Floyd tandis que vous jouez aux dominos. Et n'oubliez pas de sculpter votre nom dans le bois! ■



## ATTRACTIONS DE LA RÉGION

**Appleton Estate Rum Tour**  
T: 876-963-9215-7 / 876-448-2237  
W: [appletonestate.com](http://appletonestate.com)

**Irie Safari**  
T: 876-847-5592 / 965-2466 / 965-2211 / 472-4644 / 535-6484 / 876-847-2128

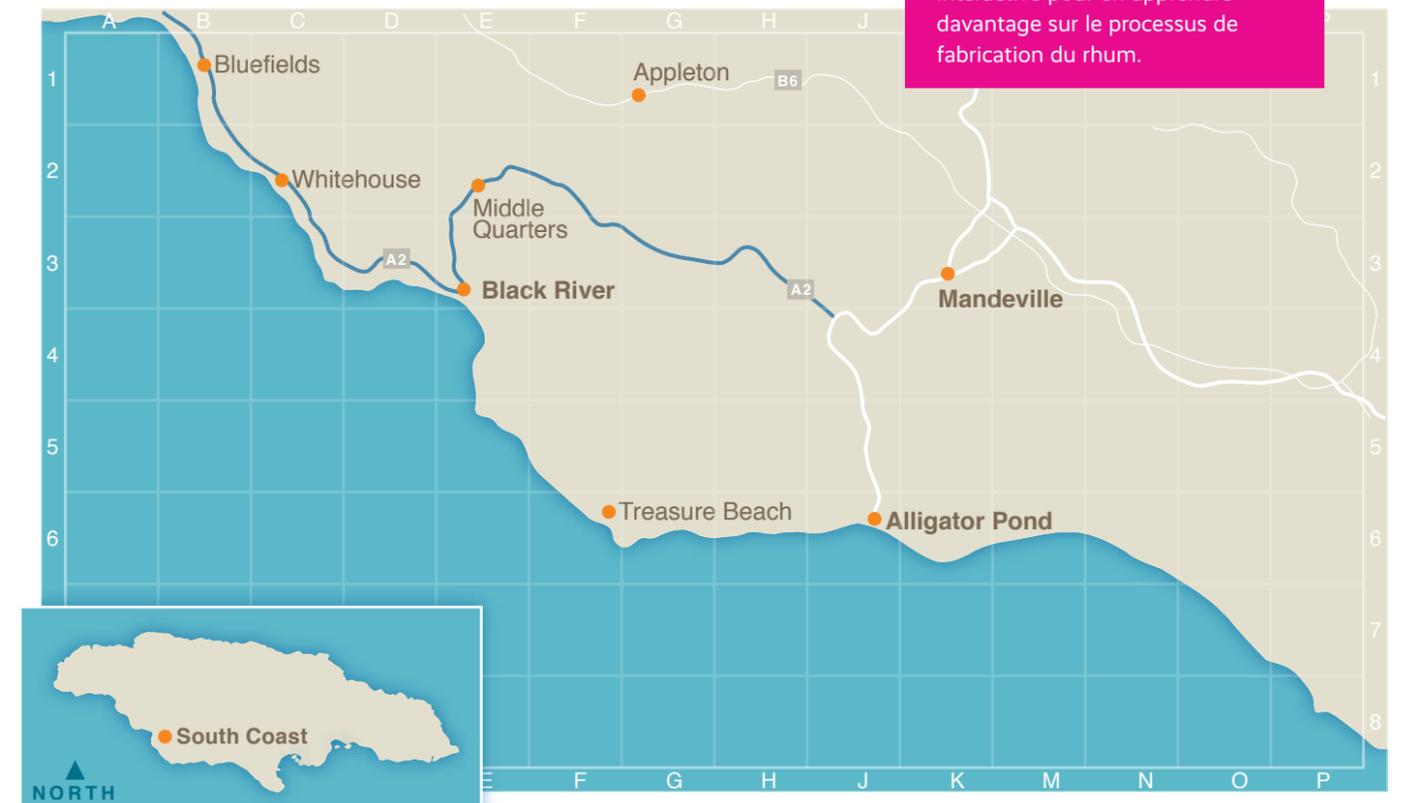
**J. Charles Swaby's Black River Safari**  
T: 876-965-2513 / 876-965-2086  
E: [jcsafari@hotmail.com](mailto:jcsafari@hotmail.com)

**Y.S. Falls**  
T: 876-534-2454 / 876-634-2455 / 876-634-2454 / 876-997-6360  
W: [ysfalls.com](http://ysfalls.com)  
E: [ysfalls@cwjamaica.com](mailto:ysfalls@cwjamaica.com)

**Y.S. Falls Zipline Canopy**  
T: 876-997-6360  
W: [ysfalls.com/attractions/canopy](http://ysfalls.com/attractions/canopy)

### Le saviez-vous?

Vous pouvez déguster le rhum de renommée mondiale de la Jamaïque à l'Joy Spence Appleton Estate, tout en profitant d'une visite guidée interactive pour en apprendre davantage sur le processus de fabrication du rhum.





# CUISINE

## DU CAFÉ JUSQU'AUX BANANES, LA PRODUCTION LOCALE EST INFUSÉE D'UNE RICHESSE TOUT À FAIT JAMAÏCAINE.

Jamaïque. Les productions agricoles ayant une telle importance dans l'économie nationale, il n'est donc pas surprenant que des expériences gastronomiques de la ferme à la table aient pris de l'essor.

Les jamaïcains font preuve d'un esprit d'entreprise, ils ont donc misé sur une demande croissante pour des produits biologiques. Des périodes de croissance sur les marchés agricoles et des événements permettant aux exploitants d'exposer leurs produits ont créé une plate-forme pour les entrepreneurs végétaliens. Qu'il s'agisse de services de livraison à domicile, de pâtisseries végétaliennes ou de jus naturels, le mouvement ital s'est rapidement répandu au-delà de cercles traditionnels.

Un nombre infini d'occasions se présente aux visiteurs de déguster les aliments naturels de la terre. ■



## NOURRIR L'ÂME

**LE CLIMAT TROPICAL DE LA JAMAÏQUE, ALLIÉ À UN SOL FERTILE, FOURNIT QUANTITÉ DE FRUITS ET LÉGUMES ORGANIQUES ET D'HERBES MÉDICINALES.**

L'île offre de nombreuses possibilités permettant d'explorer et de suivre un régime végétarien. Des dénominations telles que végétalien ou végétarien sont proposées pour décrire un régime alimentaire sans viande. En Jamaïque toutefois, un tel mode de vie s'appelle tout simplement 'ital.'

Le mouvement rastafarien fait partie distinctive de l'identité culturelle de la Jamaïque et exerce une influence indéniable sur la cuisine locale. Les Rastafariens préconisent par tradition un mode de vie durable et la récolte des fruits de leur propre labeur. Ital est un mot utilisé dans la culture rastafarienne pour décrire des aliments naturels préparés sans sel. Cependant, le terme est aussi utilisé pour décrire des aliments sans viande.

« Il y a quelque chose de spécial et de spirituel lorsque vous vous asseyez dans un restaurant Rasta et que le cuisinier prépare un repas ital à votre intention, » explique Keisha McDonald, co-propriétaire de Kushite's Vegetable Cuisine. Keisha et son partenaire, Kush Tafari, font partie d'un nombre croissant d'entrepreneurs qui sont en train de changer le secteur de l'alimentation végétalienne locale.

St. Elizabeth est la région agricole la plus importante de l'île. Située dans la région Pedro Plains du comté, la ferme Dool's Organic offre des repas à base de légumes préparés au moyen d'ingrédients fraîchement récoltés, ainsi qu'un coin dîner en plein air et des soirées-repas mensuelles organisées par Jakes Hotel.

Lisa et Chris Binns décrivent leur aventure gastronomique Stush in the Bush, comme étant une expérience « végétarienne sexy ». Le couple et partenaires d'affaires offrent des déjeuners et des dîners végétariens, ainsi que des visites de leur ferme de plus de 2 hectares, à St. Ann. Ils ont transformé leur passion pour une alimentation naturelle et dépourvue d'OGM en une gamme de sauces et condiments végétaliens sous la marque Stush in the Bush, ainsi qu'en une cuisine raffinée.

Plus de 175 000 exploitants agricoles répertoriés sont répartis à travers les 14 comtés de la



**Le saviez-vous?**  
L'akée, le fruit national de la Jamaïque, est souvent cuite et utilisée comme légume. Le plat national du pays est l'akée et le poisson salé.





### CHOIX ABONDANT

La Jamaïque est une destination pour la plage, la nature, la culture, la musique et les vacanciers à la recherche de rayons de soleil. Bien que les visiteurs ne pensent pas forcément à la Jamaïque comme un lieu où faire des achats, la créativité et l'esprit d'entreprise de ses artisans ont transformé l'île en un centre commercial régional.

Qu'il s'agisse de bijouteries hors taxes, de boutiques élégantes, de centres commerciaux ou de marchés artisanaux, il existe un lieu convenant à tous les goûts et toutes les bourses.

« Comme tout le monde est toujours pressé et que les achats se font de façon impulsive, il est à mon avis plus efficace d'avoir les articles prêts à l'achat, » déclare Janel Jolly, créatrice de la marque tropicale de maillots de bains Jae Jolly, qui opère un salon d'exposition privé à Kingston.

Pour des produits jamaïcains, dirigez-vous vers les magasins All Things Jamaican. Ce détaillant collabore avec des artisans locaux dans le but de promouvoir leurs produits par l'intermédiaire de réseaux plus vastes. Les services offerts comprennent le marketing et la vente dans la chaîne de magasins, lors d'expositions, de salons de vente et d'activités promotionnelles.

Plusieurs boutiques de Kingston ont créé un paradis pour les amateurs du magasinage, mais les designers talentueux de la Jamaïque ont posé leur enseigne partout sur l'île.

Sur presque tous les coins de rue, les visiteurs trouveront une gamme variée d'objets artisanaux et de bijoux faits à la main. Nos artisans talentueux possèdent un style et une esthétique uniques, rendant nos produits locaux particulièrement attrayants. Les marchés artisanaux et les magasins de souvenirs sont des endroits populaires, et les programmes comme « Christmas in July » (Noël en juillet), cherchent à promouvoir les commerces locaux sur une plate-forme plus vaste. ■

**AUTRE QUE LES  
OBJETS SOUVENIRS  
TRADITIONNELS, LA  
JAMAÏQUE OFFRE  
DE MAGNIFIQUES  
ŒUVRES D'ART ET  
ARTICLES DE MODE.**



### À LA RECHERCHE DE SENSATIONS FORTES

Partez à l'aventure avec Chukka Caribbean Adventures, entreprise offrant des forfaits pour des activités sur mer comme sur terre. Pour profiter tant de l'équitation que de la natation, choisissez l'activité Horseback Ride N Swim, où les clients partent à la découverte d'une plantation de sucre de canne datant du 18<sup>ème</sup> siècle, le parcours se termine par une traversée exaltante dans les vagues. Dolphin Cove a deux sites en Jamaïque : Ocho Rios et Lucea, Hanover. Ce dernier abrite le lagon naturel de dauphins le plus important du monde. Le parc marin de Montego Bay est un lieu incontournable pour les aventures aquatiques. Les centres de villégiature de la Jamaïque proposent de nombreuses activités aquatiques, notamment, sans toutefois s'y limiter, des croisières en catamaran, des sorties en bateau à fond de verre, la planche à pagaie et la plongée libre.

Ne manquez pas les courses automobiles, actuellement en plein essor en Jamaïque. Rally Jamaica est le deuxième rallye international le plus long des Caraïbes et l'une des courses automobiles annuelles les plus importantes de la région. Les passe-temps promouvant la santé et le bien-être sont également très populaires et presque tous les mois, des sportifs participent à des courses plus ou moins longues, de 5 à 13 kilomètres ainsi que des semi-marathons.

On trouve en Jamaïque certains des terrains de golf les plus célèbres du monde; imaginez des pelouses verdoyantes entretenues à la perfection avec, en toile de fond, des eaux d'un bleu cristallin. Les golfeurs peuvent profiter d'un parcours luxueux sur les terrains de golf Cinnamon Hills et White Witch à Rose Hall, Montego Bay ou au Tryall Club à Hanover, pour n'en citer que quelques-uns. ■

**LES JAMAÏCAINS  
SONT TRÈS SÉRIEUX  
LORSQU'IL S'AGIT  
DE PASSER DU BON  
TEMPS ET DE VIVRE  
DES AVENTURES  
PASSIONNANTES.**





**AMOUR**

Internationalement reconnue pour être synonyme de l'amour, la Jamaïque offre ses paysages grandioses comme cadre à certains des mariages les plus éblouissants. La diversité des lieux est impressionnante : de l'énergie mystique des montagnes Bleues à la sensualité des chutes d'eau luxuriantes, sans oublier les couchers de soleil écarlates sur les plages immaculées et la présence majestueuse de grands manoirs. Les couples à la recherche de l'endroit idéal où se dire « oui, je le veux » n'ont que l'embaras du choix sur une île dont la beauté naturelle n'a d'égale que les planificateurs d'événements professionnels, les musiciens, les DJ, les fleuristes, les photographes, les traiteurs et tous les experts en mariage, qui n'attendent que de faire étalage de leurs talents. Une chose est certaine : se marier en Jamaïque est une expérience inoubliable.

Les très nombreuses de plages et d'enclaves privées qui jalonnent les côtes de l'île offrent un cadre chaleureux et paisible, prisé par les couples. Frenchman's Cove, près de Port Antonio, a été reconnue comme l'une des cinq plus belles plages du monde par Condé Nast Traveller, RU. Elle constitue un cadre simple, mais splendide pour n'importe quelle célébration. Si vous préférez quelque chose de moins intime, Montego Bay abrite de nombreuses grandes propriétés, notamment le centre de villégiature primé Half Moon Resort, dont les villas et les appartements individuels donneront à vos invités l'impression de participer à un mariage organisé dans un quartier exclusif. Les centres de villégiature tout-compris de Negril s'enorgueillissent d'une tradition de longue date consistant à organiser des mariages pittoresques, et les sites panoramiques d'Ocho Rio sortent tout droit du rêve des amoureux. Le tout agrémenté de tout un éventail d'attractions et d'activités attrayantes pour que tous vos invités vivent le voyage de leurs rêves. ■

**UN LIEU DE RENCONTRE**

Facilement reconnaissable à ses spectaculaires plages de sable blanc et noir, ses montagnes classées au patrimoine mondial de l'UNESCO, ses chutes d'eau fascinantes, sa culture vibrante, sa palette de restaurants variés et la richesse de son histoire, la réputation de la Jamaïque en tant que destination de voyage n'est plus à faire. La combinaison d'un cadre idyllique à l'ambiance chaleureuse et énergique, créée par ses sympathiques habitants en font une destination de choix pour les réunions, les voyages incitatifs, congrès et les événements. Cette île est non seulement située à un emplacement géographique enviable, mais elle est entièrement équipée pour satisfaire un large éventail d'entreprises et a l'habitude d'accueillir des événements importants depuis longtemps. De plus, ceux qui arrivent des États-Unis, profitent d'un traité fiscal leur permettant de déduire de leurs impôts les dépenses encourues pour assister à une convention, un séminaire ou un événement similaire en Jamaïque.

Les visiteurs de tous les pays peuvent profiter des vols directs proposés au départ de nombreuses villes à destination des trois aéroports de l'île, dont deux sont équipés de salons VIP de qualité, qui facilitent l'arrivée à destination et font rimer départ avec plaisir. Les nombreuses stations balnéaires, notamment à Kingston, Port Antonio, Montego Bay, Ocho Rios, Negril et sur la côte sud, reflètent la diversité de l'île et offrent toute une palette d'options de logements, centres de congrès et lieux de conférence, parcours de golf, sites naturels, trésors historiques, excursions et attractions, ainsi que des agences réceptives, qui peuvent vous emmener, ainsi que votre groupe, vers la destination de votre choix, tout en confort. Et tout le monde bénéficie de la philosophie jamaïcaine d'un service hors-pair, quelle que soit l'importance ou la nature de l'événement. Pour ceux et celles qui veulent faire de bonnes affaires, la Jamaïque est le partenaire idéal. ■



**LA JAMAÏQUE EST UN LIEU DE CHOIX POUR TOUT ÉVÉNEMENT GRÂCE À SES SITES ET SES ORGANISATEURS DE CALIBRE MONDIAL.**



# CONSEILS UTILES

**Banques/Devise.** Des centres de change agréés et des banques commerciales sont accessibles dans tous les centres de villégiature. Le taux officiel de change varie chaque jour, il est donc conseillé de rechercher les meilleurs taux avant de changer de l'argent. La plupart des guichets automatiques acceptent des cartes bancaires internationales, telles que Visa, MasterCard, Cirrus et Plus logos. Les banques accordent aussi des avances sur des cartes de crédit, échangent les chèques de voyage et fournissent des services financiers.

**Climat.** La Jamaïque bénéficie d'un climat tropical chaud et humide durant toute l'année, ce qui est exactement ce dont vous avez besoin pour des vacances décontractées. Les températures s'élèvent entre 19 et 32 degrés Celsius. Bien que renommée pour son climat ensoleillé, la Jamaïque connaît aussi une saison pluvieuse, de mai à juin et de septembre à novembre. Entre juin et novembre, des ouragans peuvent survenir, il convient donc de surveiller les actualités.

**Habillement.** Des vêtements tissés légers et respirables sont recommandés. Des shorts, des maillots de bain et des sandales vous permettront de rester confortables. Prévoyez un léger chandail pour les soirées. Un habillement semi-formel pour les femmes et une veste pour les hommes vous garantiront l'accès dans les restaurants gastronomiques. Quoi que vous fassiez, ne chargez pas trop votre valise, car vous souhaitez ramener quelques vêtements achetés sur place.

**Communications.** La Jamaïque est bien connectée au reste du monde. Un service téléphonique international direct fonctionne dans tous les endroits, 24 heures sur 24, et les standardistes vous aideront volontiers pour placer un appel en PCV, un appel tiers ou par carte de crédit. L'accès au courrier électronique et à l'Internet est également disponible, généralement dans les hôtels et les bibliothèques du comté ainsi que dans les cafés Internet. Trois quotidiens et cinq journaux

publiés le week-end vous permettront de rester au courant des actualités. Certains hôtels et magasins de souvenirs reçoivent aussi des publications internationales.

**Conduite.** La conduite se fait à gauche. La limite de vitesse est de 50 km par heure dans les agglomérations et 80 km par heure sur l'autoroute. Tous les chauffeurs doivent être munis d'un permis de conduire valide. La Jamaïque reconnaît les permis de conduire internationaux valide mais les visiteurs en provenance de l'Amérique du Nord sont autorisés à se servir du permis de conduire issu dans leur pays durant les trois premiers mois de leur séjour. La location de voitures est disponible dans la majorité des villes principales et des aéroports, vous devez toutefois avoir au moins 25 ans pour louer une voiture.

**Drogues.** En Jamaïque, la consommation, la vente et la possession de drogues, telles que la marijuana, la cocaïne, le crack, l'Ecstasy, l'héroïne et autres stupéfiants, sont illégales. Les transgresseurs seront punis sévèrement, ils peuvent être arrêtés et encourront des amendes et des peines d'emprisonnement. Ne gêchez pas vos vacances.

**Électricité.** Le courant électrique en Jamaïque est de 110 volts/50 cycles standard et les appareils électriques utilisent des prises plates à deux broches (comme aux États-Unis et au Canada). Munissez-vous de toute prise multiple ou convertisseur dont vous pouvez avoir besoin. La plupart des hôtels vous fourniront un sèche-cheveux, un réveil, des radios et un fer à repasser mais vérifiez si c'est bien le cas.

**Langue.** L'anglais est la langue officielle, les jamaïcains toutefois mélangent aussi l'anglais à leur propre version de patois. Il faut un peu de temps pour s'y habituer mais vous vous amuserez à pratiquer de nouvelles expressions.

**Animaux domestiques.** Les animaux sont appréciés sur l'île mais ils doivent être en bonne santé pour être autorisés à vous accompagner.

En respect des normes internationales, il faut obtenir un permis d'importation auprès de la division des services vétérinaires du ministère de l'Agriculture avant d'importer des animaux vivants en Jamaïque. Il convient de prouver que l'animal n'est pas atteint de la rage et qu'il est vacciné contre cette maladie. Seuls les chiens et les chats (munis d'un permis) en provenance de la Grande-Bretagne, de l'Irlande du Nord et de l'Irlande sont autorisés en Jamaïque. Pour de plus amples informations, veuillez contacter la division des services vétérinaires au 876-977-2489 ou au 876-977-2492. Pour obtenir un permis, envoyez une lettre de demande par télécopieur au 876-977-0885.

**Fuseau horaire.** La Jamaïque se trouve dans le fuseau horaire de l'Est (heure UTC/GMT -5 heures) et n'observe pas les heures d'été. Située approximativement 18 degrés au nord de l'Équateur, l'île se trouve dans les tropiques. Par conséquent, l'heure du lever et du coucher de soleil ne varie pas énormément selon la saison. Durant toute l'année, l'île bénéficie de 11 heures et demie à 12 heures et demie d'ensoleillement par jour.

**Eau.** La Jamaïque possède des centaines de sources et de rivières, souterraines et en surface. Au fil des ans, le pays a mis sur pied de vastes systèmes de traitement et d'approvisionnement en eau sur toute l'île, l'eau potable en Jamaïque est donc purifiée et filtrée au moyen de méthodes modernes. L'eau est donc potable, salubre pour se brosser les dents, se baigner et laver le linge. Si vous ne souhaitez pas boire l'eau du robinet, rassurez-vous, il existe quantité de marques jamaïcaines d'eau minérale conformes, voire excédant, les normes internationales les plus strictes, disponibles dans la majorité des boutiques et des restaurants.

**Conseils utiles.** Quel que soit le pays où vous séjournez, il est important de vous tenir au courant des actualités, de veiller à votre sécurité, de voyager en groupe lorsque vous n'êtes pas sûr de votre destination et de constamment surveiller vos possessions. Vous trouverez ci-après quelques conseils pour garantir que vos vacances soient sûres et agréables :

- Vérifiez que vous êtes en possession d'un passeport ou d'un visa (le cas échéant) valide. Munissez-vous aussi d'une autre pièce d'identité valide avec une photographie et des photocopies de ces deux justificatifs d'identité en cas de perte ou de vol.
- Renseignez-vous sur les lois et les pratiques locales avant de partir en vacances.
- Communiquez vos coordonnées et votre itinéraire à vos amis et votre famille.
- Inscrivez-vous au registre de l'ambassade ou du consulat de votre pays d'origine avant votre départ. De cette façon, les représentants de votre pays sont au courant de votre présence en cas d'urgence.
- Ne perdez jamais de vue vos bagages, sacs à main ou sacs à dos.
- Transportez vos possessions près de vous en tout temps.
- Ne transportez pas de grosses sommes d'argent.
- Ne portez pas de bijoux ou d'autres objets de valeur lors de visites ou d'excursions.

## JANVIER

**Accompong Maroon Festival**  
Accompong, St. Elizabeth;  
maroons-jamaica.com

**Bacchanal / Jamaica Carnival**  
Kingston; jacarnival.com

**Rebel Salute**  
St. Ann; rebelsaluteprod.com

**Dub Club - every Sunday**  
Kingston; facebook.com/officialkingstondubclub

**Jamaica Jazz & Blues Festival**  
Kingston; mmmcdonnough@gmail.com

**Cart Fair**  
Mandeville; cart26plus.com

## FÉVRIER

**Official Reggae Month**  
Kingston; jariajamaicamus.com

**Bob Marley Celebrations**  
Islandwide; bobmarleyfoundation.org

**Rainforest Seafood Festival**  
Montego Bay; rainforestseafoods.com

**Jamaica Fat Tyre Festival**  
Ocho Rios; singletrackjamaica.com

**Sugar Cane Ball**  
Montego Bay; hanovercharities.com

**Hanover Charities / Chukka Polo Tournament**  
Hanover; hanovercharities.com

**Jamaica Rum Festival**  
Kingston; jarumfestival.com

## MARS

**Brit Jam Party Series**  
Montego Bay; facebook.com/BritJam

**Bacchanal / Jamaica Carnival**  
Kingston; jacarnival.com

**Kingston City Run**  
Kingston; kingstoncityrun.com

**ISSA / Grace Kennedy Boys & Girls Athletic Championships**  
Kingston; issasports.com

**RJYC Spring Tournament**  
Kingston; rjyc.org.jm

**MoBay Yacht Club Easter Regatta**  
Montego Bay; mobayyachtclub.com

**Venus Volleyball**  
Kingston; venusvolleyballclub.com

**Blue Mountain Coffee Festival**  
Kingston; bluemountaincoffeefest.com

**Earth Hour**  
Kingston; facebook.com/EarthHourJA

## AVRIL

**Treasure Beach Jake's Off-Road Triathlon**  
Treasure Beach; jakeshotel.com

**Jamaica Frenzy**  
Negril; jamaicafrenzy.com

**Jamaica Carnival / Road March**  
Kingston; xodusfestival.com

**Destination Experience**  
Montego Bay; mydestinationexperience.com

**St. Ann Kite Festival**  
Ocho Rios; jamaicainternationalkitefestival.com

**Liguanea Art Festival**  
Kingston; liguaneaartfestival.com

**Tmr Tday Culture Fest**  
Negril; tmrwtday.com

## MAI

**Jamaica Observer Food Awards**  
Kingston; jamaicaobserver.com/foodawards

**MoBay City Run**  
Montego Bay; mobaycityrun.com

**Style Week Jamaica / Fashion Block**  
Kingston; saintmodels.com

**Mocha Fest**  
Negril; mochafest.com

**Calabash (Biennial)**  
Treasure Beach; calabashfestival.org

**Jamaica Senior Trials**  
Kingston; facebook.com/athleticsja

## JUIN

**Caribbean Fashion Week**  
Kingston; caribbeanfashionweek.com

**Jamaica International Ocho Rios Jazz Festival**  
Kingston/Ocho Rios; ochoriosjazzja.com

**Charles Town Maroon Conference**  
Portland; maroons-jamaica.com

**RuJohn Foundation Celebrity Sports Camp**  
Montego Bay; rujohnfoundation.com

## JUILLET

**International Reggae Day**  
Kingston; ireggeaday.com

**Boston Jerk Festival**  
Portland; bostonjerkfestival.com

**Little Ochi Seafood Carnival**  
Alligator Pond, Manchester;  
littleochie.com

**Fun in the Son**  
Kingston; funinthesonjam.com

**Guardsman Games**  
Kingston; guardsmangames.com

**Reggae Sumfest**  
Montego Bay; reggaesumfest.com

**The Seville Emancipation Jubilee**  
Seville Heritage Park, St. Ann

## AOÛT

**Jamaica Festival/Emanci-Pendence Celebrations**  
Kingston; jcdc.gov.jm

**Montego Bay Jerk Festival**  
Montego Bay; montegobayjerkfestival.com

**Jamaica Festival Series**  
All island; jcdc.gov.jm

**SPF Weekend**  
Ocho Rios; spfweekend.com

**Dream Weekend**  
Negril; jamaicadreamweekend.com

**Ocho Rios Seafood Festival**  
Ocho Rios;  
facebook.com/Ocho-Rios-Seafood-Festival

**Unity in the City**  
Kingston; unityinthecity.com

**Plié for the Arts - Amalgamation**  
Kingston; facebook.com/plieforthearts

## SEPTEMBRE

**Jamaica Product Exchange (JAPEX)**  
Montego Bay; visitjamaica.com

**Jamaica Bridal Expo**  
Montego Bay Convention Centre;  
jamaicabridalexpo.com

**Port Antonio Marlin Tournament**  
Portland; jamaicasportfishing.com

**Race for Hope 5K**  
Hope Gardens, Kingston;  
runningeventsja.com

## OCTOBRE

**Merritone Homecoming & Reunion**  
Kingston/Ocho Rios;  
merritonemusic.com

**Fashion Showcase Weekend**  
Montego Bay; myoceanstyle.com

**South Coast Hook & Line Canoe Tournament**  
Treasure Beach, St. Elizabeth

**MoBay Marlin Tournament**  
Montego Bay; facebook.com/MobayMarlin

**Jamaica Food & Drink Festival**  
Kingston; jafoodanddrink.com

**Digicel 5K Night Run**  
Kingston; runningeventsja.com

## NOVEMBRE

**Restaurant Week**  
Kingston; go-jamaica.com/rw

**Misty Bliss**  
Kingston; jcdt.org

**Reggae Sunsplash**  
Ocho Rios; reggaesunsplash.com

**NORCECA Beach Volleyball**  
Ocho Rios; jamaicavolleyball.org

**Collection Moda**  
Kingston; thecollectionmoda.com

**Jamaica International Pro-Am Tournament "Annie's Revenge"**  
Montego Bay; jamaicaproam.com

**Jamaica Classic Basketball Tournament**  
Montego Bay; jamaicaclassic.com

## DÉCEMBRE

**JMMC All Stages Rally**  
St. Catherine; jamaicamotorsports.com

**Reggae Marathon**  
Negril; reggaemarathon.com

**Milk River Seafood & Jerk Festival**  
Clarendon; sdc.gov.jm

**LTM National Pantomime**  
Kingston; ltmpantomime.com

**Portland Paradise Weekend**  
Portland; facebook.com/  
PortlandParadiseWeekend

**Jamaica Open Golf Tournament**  
Montego Bay; thejga.com.jm

**Harbour Fest and Fireworks on the Waterfront**  
Kingston; onecaribbean.org



## COORDONNÉES

### JAMAÏQUE

#### Kingston

876-929-9200  
information@visitjamaica.com

#### Montego Bay

876-952-4425  
information@visitjamaica.com

### AMÉRIQUES

#### États-Unis/Amérique latine

1-800-JAMAICA  
305-665-0557  
info@visitjamaica.com

### GROUPES ET CONVENTIONS

1-800-294-7687  
305-665-0557  
groups@visitjamaica.com

### CANADA

416-482-7850 • 1-800-465-2624  
jtbcanada@visitjamaica.com

### EUROPE

#### Londres

Bureau régional pour le Royaume-Uni,  
l'Irlande et la Scandinavie  
44-207-225-9090  
mail@visitjamaica.com

#### Berlin

Bureau regional pour l'Europe  
49-30-55-28-8246  
eu@visitjamaica.com  
https://wa.me/31625134276

#### Pays de langue allemande

49-30-8058-592-80  
info@visitjamaica.de

-  [Pinterest.com/MyJamaica](https://www.pinterest.com/MyJamaica)
-  [Twitter.com/VisitJamaicaNow](https://twitter.com/VisitJamaicaNow)
-  [Instagram.com/VisitJamaica](https://www.instagram.com/VisitJamaica)
-  [Facebook.com/VisitJamaica](https://www.facebook.com/VisitJamaica)
-  [YouTube.com/VisitJamaicaOfficial](https://www.youtube.com/VisitJamaicaOfficial)

**Pour obtenir de plus amples renseignements sur l'office de tourisme de la Jamaïque, consultez le site [visitjamaica.com](https://www.visitjamaica.com) ou appelez le bureau de l'office de tourisme de la Jamaïque le plus proche.**

**Pour de plus amples détails concernant les plus récents protocoles de voyage, consultez le site [visitjamaica.com/travelauthorization](https://www.visitjamaica.com/travelauthorization).**