

Succulente Grenade, bombe épicée et verdoyante des Antilles

Est-ce son surnom d'«île aux épices», mon attrait pour la cuisine exotique ou les aromates, toujours est-il que je rêvais de la visiter depuis longtemps. Je n'ai pas été déçue; l'île de la Grenade mérite bien son surnom! Mais outre ses forêts aux effluves de muscade et de cannelle, ce joyau des Antilles recèle bien d'autres trésors à découvrir!

24 h
sur l'île de
Carriacou



PHOTO: NATALIE SICARD

Sise au large du Venezuela, la Grenade est composée de trois îles dont la plus grande – 34 km par 19 – qui impose son patronyme à Carriacou et Petite Martinique. J'y suis débarquée à la brunante, au Blue Horizons Garden Resort, mes narines aussitôt happées par un intense parfum floral. Plus de 100 espèces de fleurs, 21 sortes d'oiseaux enjolivent les 32 bungalows aux suites coquettes. Afin de préserver leur authenticité, les hôtels de la Grenade ne sont jamais plus hauts qu'un cocotier et l'on ne compte que 1200 chambres sur

l'île entière. Me voilà donc dans ce jardin intime ne sachant pas encore que j'allais bientôt parcourir des allées bordées d'oiseaux du paradis!

GALERIE D'ART SOUS LES MERS

Le lendemain, le magnifique paysage de cette île volcanique s'offre à moi, parsemé de collines verdoyantes et de plages de sable blanc. Celle de grand Anse, à deux pas de mon hôtel, est la plus populaire. Mandoo, guide touristique à l'accent british et tout de blanc vêtu, nous convie à une expédition bien particulière. Escale à la plage de

Grand Mal, qui rappelle les 133 ans de chassé-croisé franco-anglais de la Grenade jusqu'à ce qu'elle gagne son indépendance en 1974. Départ en kayak sur la mer turquoise vers le Parc de sculptures sous-marines de Jason de Caires Taylor. Cet artiste passionné de plongée sous-marine a immergé tout un monde de pierre dont un cycliste, une méduse, un écrivain et sa machine à écrire, un cimetière, etc. Couvertes avec le temps de micro-organismes, de coraux et d'éponges, ces créatures aquatiques ont été reconnues en 2012, par le *National Geographic*,

comme l'une des 25 merveilles du monde à visiter. Après ce beau spectacle et avoir payé pendant deux heures, on mérite une bonne Shandy, bière au gingembre typique des Caraïbes.

ÉMOUVANTE HISTOIRE DES TORTUES LUTHS

En soirée, sous la pleine lune, on ira à la plage de Levara fréquentée au printemps par les tortues luths, les plus grosses des tortues marines. Les femelles viennent y pondre et enterrer leurs œufs. Ce

SUITE À LA PAGE 50 >

Me rendre jusqu'ici sans faire un saut sur l'île réputée la plus charmante des grenadines? Ah non! Me voilà donc au matin sur le ferry pour Carriacou. Mais, est-ce parce que l'on chevauche le Kick-em-Jenny – seul volcan sous-marin actif de l'archipel des Antilles – j'ai le tournis! Me reviens alors l'expression de Pierre Desproges: « Pour lutter contre le mal de mer, sucez une noix de muscade (sans l'avaler, c'est toxique). Si vous n'avez pas de noix de muscade, allez-y en bicyclette. » Qui en serait étonné, il en trainait une dans ma poche!

UNE TRADITION DE CONSTRUCTION NAVALE VIEILLE DE PLUS D'UN SIÈCLE

Carriacou est une île à la fois montagneuse et vallonnée, couverte de forêts sèches, de somptueux mahoganys, de champs de sauge et de pois d'Angole. Connue comme « l'île entourée de récifs », on parle de récifs coralliens superbes et de plages idylliques. On s'y balade en minibus ou à pied. J'ai traversé ainsi une partie de l'île jusqu'au petit village de Wynward, pour admirer des bateaux construits de manière artisanale par les descendants d'Écossais et d'Irlandais. Un art traditionnel passé de génération en génération depuis le 19^e siècle!

PRÊT POUR LE CARRIACOU MAROON AND STRING BAND MUSIC FESTIVAL?

J'ai atterri sur l'île peu après le Carriacou Maroon and String Band Music Festival, qui célèbre les ré-

SUITE À LA PAGE 51 >





ÉPICES ET MUSCADE UNE FOIS POUR TOUTE !

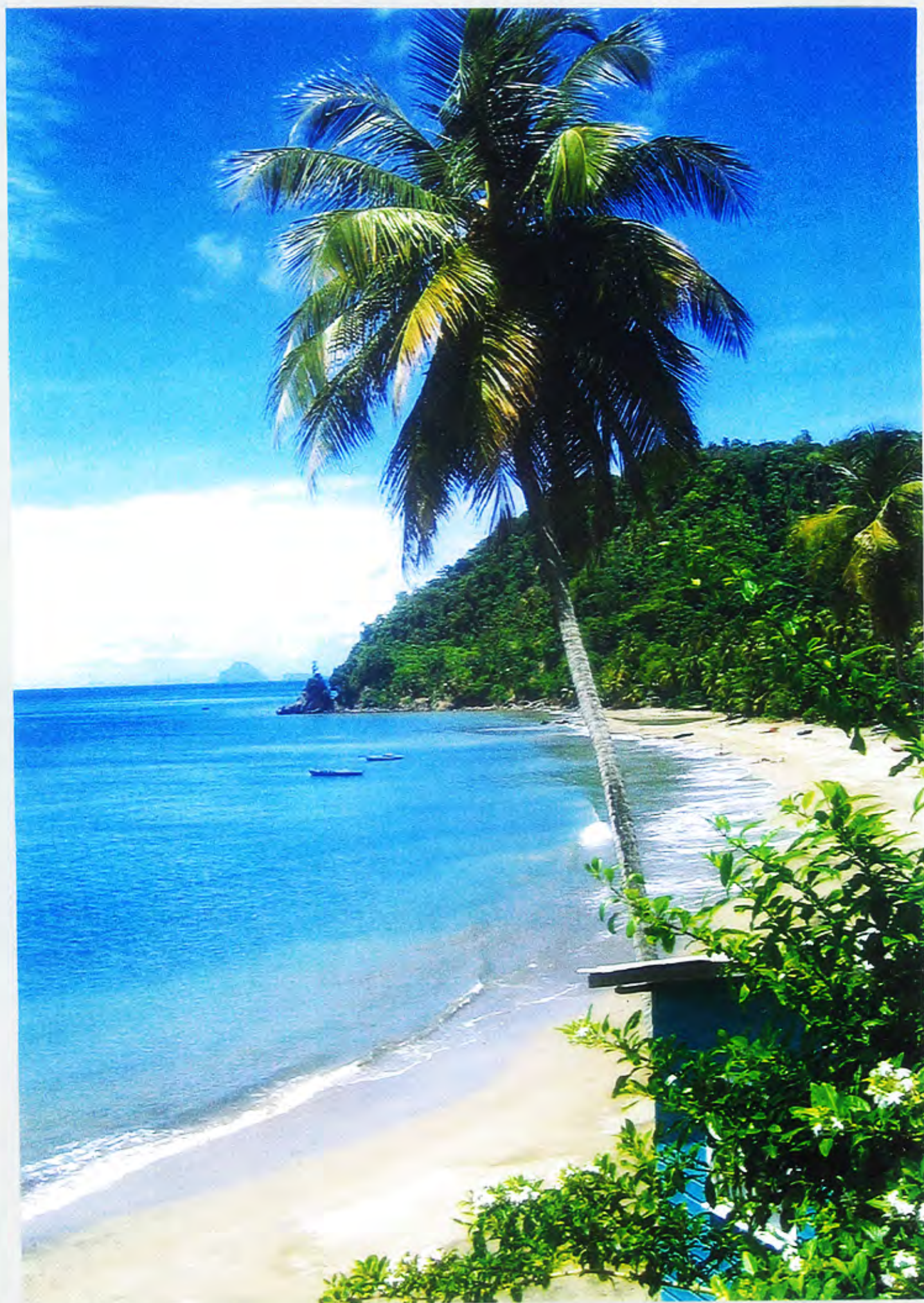
J'en avais rêvé et le voilà mon fantasme; à tout moment des effluves d'épices flottent dans les airs... La production principale, entre autres le « toute-épice », la cannelle et le laurier antillais, est celle de la muscade. Elle figure même sur le drapeau national. Venue des îles Banda d'Indonésie, la muscade a été introduite au 19^e siècle dans les Antilles: jusqu'à l'ouragan dévastateur Ivan en 2004, la Grenade en était le deuxième producteur mondial. Elle regagne peu à peu son titre. Le muscadier fait des petits fruits jaunâtres qui ressemblent à de gros abricots. Quand le fruit est prêt à être cueilli, on en retire le noyau qui est entouré d'une résille rouge appelée maccis. Le muscadier donne alors

> SUITE DE LA PAGE 49

sont les bénévoles œuvrant dans cette réserve pour préserver l'espèce qui recueilleront les œufs et les feront éclore. Difficile de croire qu'elles puissent atteindre de 9 à 12 pieds de long et peser jusqu'à 900 kilos! Avec de faibles lampes de poche – une lumière trop forte les effraierait –, on en a observé trois d'environ 6 pieds, de leur pont à leur retour à la mer. Dire qu'elles nageront seules jusqu'au large de l'Afrique du Sud avant de revenir ici dans 10 ou 15 ans et qu'elles vivront 50 ans et plus! Elle n'est pas belle l'histoire des tortues luths? Penser que des braconniers les chassent encore me fait pleurer!

RANDONNÉE TROPICALE

L'intérieur de l'île, composé d'une végétation luxuriante est un paradis pour les marcheurs. L'endroit idéal est le Parc national de Grand Étang avec son grand lac de cratère ceint de hautes collines verdoyantes dont la crête du mont Qua Qua dominant l'île à 700 mètres d'altitude. On emprunte le chemin des sept chutes (Seven Sisters trail) avec Telfor Bedeau en tête, guide de 70 ans qui en paraît 35 avec sa forme athlétique! La balade débute dans une allée d'oiseaux du paradis pour atteindre une forêt fluviale regorgeant de lianes, fougères géantes, bananiers, palmiers, arbustes de toutes sortes et fleurs tropicales. Il fait humide mais presque 20 degrés de moins qu'ailleurs sur l'île! Ouvrant le chemin à la machette, Telfor nous pointe au passage quantité d'espèces végétales aux noms aussi jolis que *coco chatte*, *Marie-honte*, *z'aïles à mouches*. La baignade dans les chutes sera fraîche et revigorante!



deux épices : la muscade et le macis au parfum subtil de cannelle et de poivre.

ARRÊTS TOURISTIQUES HAUTEMENT ÉDUCATIFS

Il faut faire un tour à la Dougaldston Spice Estate, une plantation de muscadiers, cocotiers, canneliers, giroffiers et cacaoyers – la Grenade est devenue un grand exportateur de cacao – où l'on nous fait découvrir les épices à l'état brut. On visitera ensuite la Gouyave Nutmeg Station où travaillent 88 personnes. Les femmes séparent à la main le macis de la noix que les hommes empaquettent dans des sacs de jute. Dans ce bâtiment tricentenaire, l'odeur de muscade se mêle à celle de l'acajou des immenses séchoirs où des millions de noix de muscade sécheront pendant deux mois. Elles seront ensuite craquées, triées, mises à flotter pour vérifier leur qualité, séparées par taille, et finalement mises en sac pour l'exportation partout sur la planète.

RENCONTRE INSOLITE AU MARCHÉ DE SAINT-GEORGES

Tous les matins, le marché de Saint-Georges s'anime dans une joyeuse pagaille. Sous les parasols, les tables débordent de papayes, bananes, ignames, manioc, plantains, mangues, chayottes et autres fruits tropicaux. La partie recouverte du marché abrite les nombreux étals d'épices. J'y ai fait une rencontre hors du commun. Au milieu des épices et des râpes à muscade, dans un cubicule bondé d'outils et de chaussures, depuis 30 ans, Lee Philipps, cordonnier, répare les chaussures des locaux comme des villégiateurs ! Il a appris le métier de son père, repris l'espace où jadis sa mère vendait la muscade et il a 14 enfants ! Je le regarde, dubitative et sourire aux lèvres. Il me fixe alors droit dans les yeux : « Pourquoi vous raconterai-je une histoire ? C'est MA vie dont on parle ! » Fiers, rieurs, chaleureux ; voilà comment ils sont les Grenadiens ! <



PHOTO : NATALIE SICARD

> SUITE DE LA PAGE 49

coltes annonciatrices de la saison des pluies. C'est un événement typique. On assiste à des spectacles des *Big Drum* de Carriacou, superbe mélange de chants, de danse et de percussions dont la tradition unique dans les Antilles remonte aux racines africaines et européennes de la Grenade. Le *stringband* est une sorte de country grenadien. Bref, on chante, on danse, on mange et on boit du rhum pendant trois jours consécutifs !

GOÛTEREZ-VOUS AU OIL-DOWN ?

S'il ne fallait citer qu'un seul plat national, ce serait forcément l'*oil-down*. C'est un pot-au-feu que l'on cuisine à plusieurs dans d'énormes bols en fer. Il contient du poulet ou du bœuf, du porc salé, fruits de l'arbre à pain, bananes vertes, oignons, carottes, épinards, le tout cuit patiemment dans du lait de coco relevé de toute épice, curry et thym. J'ai croisé une bande regroupée joyeusement autour de grands bols fumants qui m'ont offert d'y goûter. Étonnant, le mélange entre le lait de coco et la viande salée, ici de la queue de cochon que j'ai dégustée comme une vraie « kayak » ! On appelle ainsi les habitants de Carriacou, un nom qui vient possiblement des indiens Arawaks qui l'ont habitée.

PLONGÉE PARADISIAQUE !

Si vous débarquez à Carriacou à bord d'un yacht étincelant, vous pourrez rejoindre le Yatch Club de Baie de Tyrell, la zone de mouillage de l'île. Mais l'intérêt de l'endroit est plutôt le Lumbadive, un club de plongée tenu par un charmant couple de Québécois, passionnés de plongée et installés ici depuis trois ans ! Après avoir crapahuté sur l'île pendant des heures, j'aboutis dans leur coin de paradis. L'endroit est reconnu pour offrir des expéditions parmi les plus belles des Antilles – tortues, raies aigles, baleines sont au menu – et attire des plongeurs du monde entier dont près de 60 % qui arrivent par les mers, en voilier ou en yacht. J'ai rencontré un couple d'Anglais qui avait navigué depuis Sainte-Lucie. À ma question « depuis comment de temps êtes-vous partis, trois semaines ? », ils m'ont répondu en riant : « Non, depuis 2009 ! » C'est ça la vie dans les Antilles ! Les proprios du Lumbadive en voient de toutes les couleurs et pas seulement dans les fonds marins !

Je n'aurai malheureusement pas le temps de faire une plongée, la nuit est tombée et je dois regagner mon hôtel pour attraper le ferry du lendemain à 5 h 30. Mais j'apprends que vu l'état de la mer, trop houleuse, il n'y aura pas de ferry ! Aux premières lueurs du jour, j'embarque donc dans un mini avion de huit places à l'allure d'un jouet. J'ai eu chaud ! Mais l'expérience fut jubilatoire et le panorama, vu d'en haut, à tomber... par terre ! Par chance, je suis arrivée saine et sauve !

Festival de Carriacou : www.carriacoumaroon.com
Club de plongée Lumbadive : www.lumbadive.com



PHOTO : NATALIE SICARD

La Grenade en bref...



Saison sèche
Janvier à mai

Monnaie
Dollar de la Caraïbe orientale (XCD)

Langue
Anglais

Transport
Vols de Montréal de décembre à avril via Toronto avec Air Canada ou en forfait avec Vacances Air Canada. Vols directs deux fois par semaine de Toronto avec Carribean Airlines.

Liens utiles
grenadagrenadines.com
carriacoupetitmartinique.com

Hôtels
Blue Horizons Garden Resort : www.grenadabluehorizons.com (pour la quiétude des lieux et ses jardins !)

www.spiceislandbeachresort.com (pour être directement sur la plage)

Centre de préservation des tortues marines
www.oceanspirits.org

Parc de sculptures sous-marines
www.underwatersculpture.com

L'équipe de Lumbadive offre le service d'organiser tous les détails d'un voyage de plongée sur l'île (itinéraire et réservation des billets d'avion, transfert des bagages sur le ferry, réservation d'un hôtel sur place, etc.).

Étude de référence

Références : 1. Monographie de ZUACTA[®], sanofi-aventis Canada inc. 30 novembre 2010. Essai multicentrique comparatif avec randomisation, d'une durée de 84 jours (12 semaines), mené en mode parallèle et à double insu visant à comparer l'innocuité et l'efficacité de ZUACTA[®] (crème de zucapsaïcine à 0,075 %) (n = 344) à celles d'un produit témoin inactif (crème de zucapsaïcine à 0,01 %) (n = 351) chez 695 patients recevant des doses stables d'un AINS (58 %) ou d'un inhibiteur de la COX-2 (42 %) administré par voie orale.
2. Données internes. Winston Laboratories, Inc. Study WL-1001-05-01.

La monographie de produit est disponible sur demande.

Fabriqué par sanofi-aventis Canada inc., Laval (Québec) H7L 4A8.
Distribué par Valeant Canada S.E.C. sous licence de Valeant International (Barbados) SRL.
ZUACTA[®] est une marque de commerce de sanofi-aventis, employée sous licence de sanofi-aventis Canada inc.
Ce dépliant a été rédigé par sanofi-aventis Canada inc.

