

An aerial photograph of a tropical island, likely in the Philippines, showing a dense canopy of palm trees and other lush vegetation. In the center, a small boat with two people is visible on the clear blue water. The overall scene is vibrant and scenic.

lonely planet

Philippines

Un chapitre
sur la plongée

Les activités
de plein air

Un focus
sur la culture
et la société
philippines

Les quatre sections de ce guide

Préparer son voyage

Les expériences incontournables, les itinéraires et de nombreuses idées inspirantes



Sur la route

Des conseils pour découvrir la destination, vivre des expériences locales, tester les meilleurs restaurants...



Carnet pratique

Toutes les informations pratiques essentielles dont vous avez besoin pour votre voyage

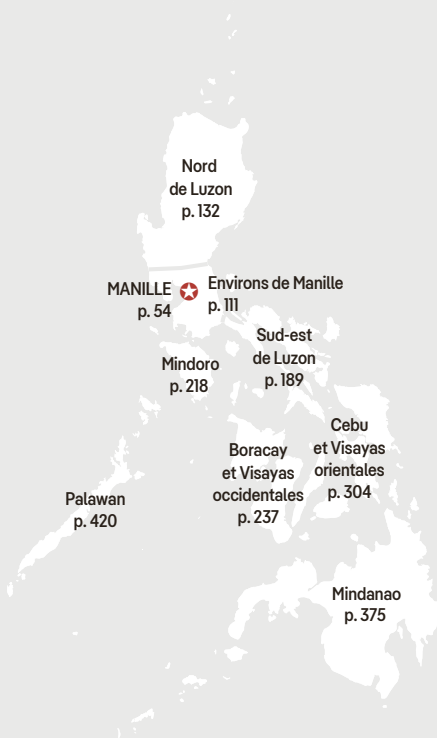


Comprendre

Les particularités à connaître et l'histoire de la destination racontées de manière originale et vivante



Philippines



**Greg Bloom, Ray Bartlett,
Michael Grosberg, Iain Stewart, Regis St Louis**

SOMMAIRE

Préparer son voyage

Le voyage commence ici	4
Carte des Philippines	6
Expériences incontournables	8
Villes et régions	26
Itinéraires	28
Quand partir	36
Avant de partir	38
Plongée aux Philippines	40
À table !	44
Partir à la rencontre des peuples autochtones	47
Activités de plein air	48

Sur la route

Manille	54
Ville de Manille.....	60
Pasay et Parañaque.....	74
Makati et BGC.....	81
Quezon City et ses environs.....	91
Notre sélection pour dormir.....	98
Carnet d'adresses.....	100

Environs de Manille	111
Tagaytay et le lac Taal.....	114
Environs de Tagaytay et du lac Taal.....	117
Anilao.....	120
Clark.....	122
Environs de Clark.....	125
Notre sélection pour dormir.....	127
Carnet d'adresses.....	128

Nord de Luzon	132
Baguio.....	138
Environs de Baguio.....	143
Vigan.....	149
Environs de Vigan.....	155

Sagada.....	158
Les rizières en terrasses de la cordillère centrale ...	160
Environs de Sagada.....	164
Pagudpud.....	169
Environs de Pagudpud.....	172
Baler.....	177
Environs de Baler.....	180
Notre sélection pour dormir.....	183
Carnet d'adresses.....	184

Sud-est de Luzon	189
Legazpi.....	192
Environs de Legazpi.....	196
Naga.....	201
Environs de Naga.....	204
Masbate.....	207
Environs de Masbate.....	211
Notre sélection pour dormir.....	213
Carnet d'adresses.....	214

Mindoro	218
Puerto Galera.....	222
Environs de Puerto Galera.....	227
San José.....	229
Environs de San José.....	231
Notre sélection pour dormir.....	233
Carnet d'adresses.....	234

Boracay et Visayas occidentales	237
Boracay.....	242
Environs de Boracay.....	249
Roxas.....	255
Iloilo.....	260
Environs d'Iloilo.....	266
Bacolod.....	270
Environs de Bacolod.....	275
Dumaguete.....	281
Environs de Dumaguete.....	285
Siquijor.....	287
Province de Romblon.....	290
Notre sélection pour dormir.....	294
Carnet d'adresses.....	296



Tricycle, Romblon (p. 292)

Cebu et Visayas orientales	304
Cebu City (Cebu).....	310
Environs de Cebu City.....	320
Moalboal (Cebu).....	326
Bantayan.....	331
Malapascua.....	335
Bohol.....	339
Leyte.....	350
Biliran.....	355
Samar.....	358
Plongée, snorkeling et apnée.....	362
Notre sélection pour dormir.....	364
Carnet d'adresses.....	366

Mindanao	375
Siargao.....	380
Environs de Siargao.....	386
Camiguin.....	389
Cagayan de Oro.....	394
Environs de Cagayan de Oro.....	397
Davao.....	399
Environs de Davao.....	403
Zamboanga.....	408
Notre sélection pour dormir.....	413
Carnet d'adresses.....	414

Palawan	420
Puerto Princesa.....	424
Environs de Puerto Princesa.....	428
Port Barton.....	433
El Nido.....	436
Les plages de la région d'El Nido.....	442
Ville de Coron (Busuanga).....	444
Environs de la ville de Coron.....	447
Notre sélection pour dormir.....	454
Carnet d'adresses.....	456



Seven Commandos Beach (p. 439), Palawan

Carnet pratique

Arriver aux Philippines	464
Comment circuler.....	466
Argent.....	468
Hébergement.....	469
Santé et sécurité.....	470
Manger, boire et sortir.....	472
Voyage responsable	474

Voyageurs LGBTQI+	476
Voyage et handicap.....	477
Avec des enfants.....	478
Faune sauvage.....	479
Bon à savoir	480
Langue	482

Comprendre

Une histoire des Philippines en 15 lieux	486
À la rencontre des Philippines.....	492
Le fil de la modernité.....	495
Moderniser Manille.....	499
Le basket-ball aux Philippines.....	502
Les femmes dans l'opposition.....	504



ALEKSANDAR TODOROVIC/SHUTTERSTOCK ©

Jeepney, Batad (p. 160)

LES PHILIPPINES

LE VOYAGE COMMENCE ICI

Je vis aux Philippines depuis presque vingt ans, partageant mon temps entre Manille et Palawan. Mes trois enfants sont nés ici et un jour, je me ferai construire une maison pour passer ma retraite dans les montagnes au sud de Manille. Pourquoi j'aime les Philippines ? Bien sûr, c'est un pays d'une beauté brute – j'habite à El Nido après tout. Mais même si je n'ai rien à reprocher aux plages de rêve et aux îles paradisiaques, ce sont des choses plus subtiles qui m'y retiennent. Ce sont les longs trajets qu'on parcourt sur le toit d'un jeepney, dans les montagnes au nord de Luzon, avant de trinquer au gin avec les anciens dans la *dap-ay* (lieu de réunion). C'est le déjeuner de poisson frais pour lequel on s'arrête pendant un interminable voyage en *bangka*. C'est le goût de la San Miguel bien fraîche que l'on déguste au coucher du soleil. Ce sont les amis qu'on appelle Bing et Bong, et les termes comme "comfort room" pour désigner les toilettes. C'est, oserais-je l'avouer, le karaoké. Voilà pourquoi j'aime les Philippines.



Mon expérience préférée à Manille et dans ses environs est la **Masungi Georeserve** (p. 96), une aventure unique qui permet de participer à la protection de l'indispensable chaîne de la Sierra Madre.

Greg Bloom

@bearcattravel

Greg, auteur de longue date pour Lonely Planet, est aussi le fondateur de Bearcat Travel, un tour-opérateur d'El Nido. Il a rédigé les chapitres

SUR LE TERRAIN

Nos auteurs présentent les lieux qui, pour eux, incarnent le mieux les Philippines.



Aussi lointaines soient-elles, les îles idylliques des **Batanes** (p. 173 ; photo) m'ont littéralement enchanté, tout autant pour leurs paysages – vous n'oublierez pas la beauté de l'océan, des falaises, des collines ondoyantes et du volcan – que par la gentillesse des habitants. On passe facilement à côté de ce petit archipel lors d'un voyage aux Philippines, mais le charme opère inlassablement. Les idéaux communautaires, la tranquillité et la convivialité séduisent toujours les visiteurs qui s'y aventurent.

Ray Bartlett

[@kaisoradotcom](mailto:kaisoradotcom)



Il n'y a pas grand-chose à voir sur la petite étendue de sable de **Panagsama Beach** (p. 326) et on est bien loin du rêve tropical. Moalboal a été directement impacté par le typhon Odette qui s'est abattu sur la région en 2021 : les traces laissées sur son rivage dévasté sont toujours là. Pourtant, la station connaît un nouvel essor grâce à la résilience des habitants des Visayas qui se sont attelés à la reconstruction des commerces tandis que les fameux bancs de sardines (photo), à quelques mètres au large, n'ont rien perdu de leur magie.

Iain Stewart

@iaintravel



Agung House (p. 402 ; photo), l'oasis et parc de sculptures de l'artiste Kublai Millan, avec vue sur le mont Apo noyé dans les nuages, au sud de Mindanao, incarne parfaitement les ambitions et les aspirations pacifistes des Philippines. D'énormes statues des principaux groupes ethniques et religieux se tiennent par la main en symbole d'harmonie. Millan a installé des scènes monumentales sur tout Mindanao dans l'espoir que ces formes artistiques servent d'inspiration à une réconciliation.

Michael Grosberg

[linkedin.com/in/michael-grosberg-9912858](https://www.linkedin.com/in/michael-grosberg-9912858)



Les habitants de **Dumaguete** (p. 281), au sud de Negros, n'aiment pas qu'on les qualifie de "doux", mais ils incarnent pourtant le meilleur de la société philippine. Ils ont été si nombreux à partager avec plaisir un bout de leur ville avec moi ! Dumaguete possède également une scène gastronomique incroyable (photo) pour une ville de cette taille. La quantité de lieux à visiter dans les environs inclut des sites de plongée réputés, des forêts d'une merveilleuse biodiversité et l'une des îles les plus intéressantes de Negros.

Regis St Louis

@regisstlouis



Sagada

Une randonnée entre villages de montagne et cascades tonitrueuses. (p. 158)

Pagudpud

Les plages de sable blanc de la "Boracay du Nord". (p. 169)

Banaue et Batad

Une expédition au cœur des superbes rizières en terrasses des Ifugao. (p. 160)

Vigan

L'élégance de l'architecture coloniale dans le Mestizo District. (p. 149)

Clark

Réveil matinal pour l'ascension du mont Pinatubo et son étonnant cratère. (p. 122)

Manille

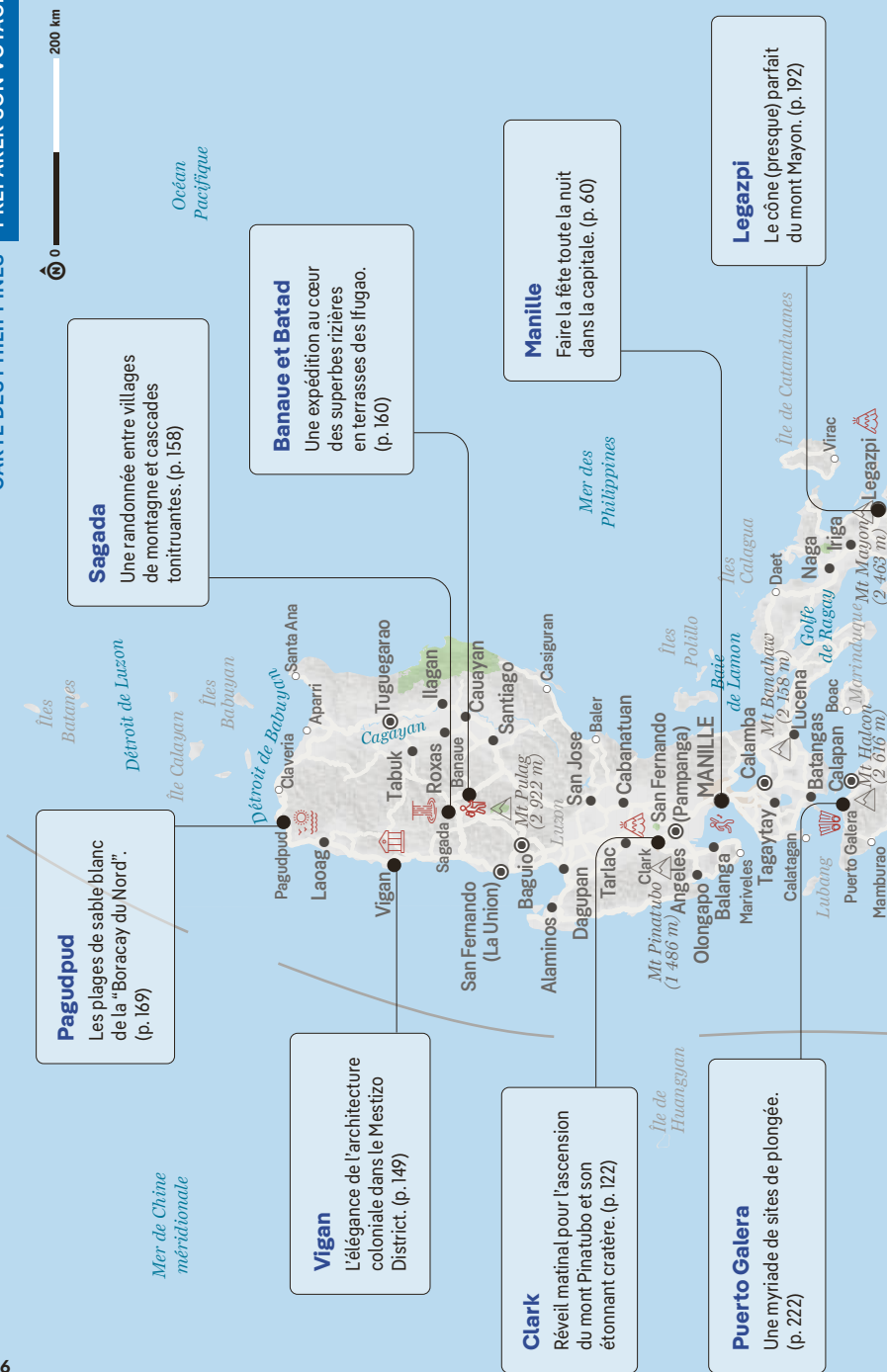
Faire la fête toute la nuit dans la capitale. (p. 60)

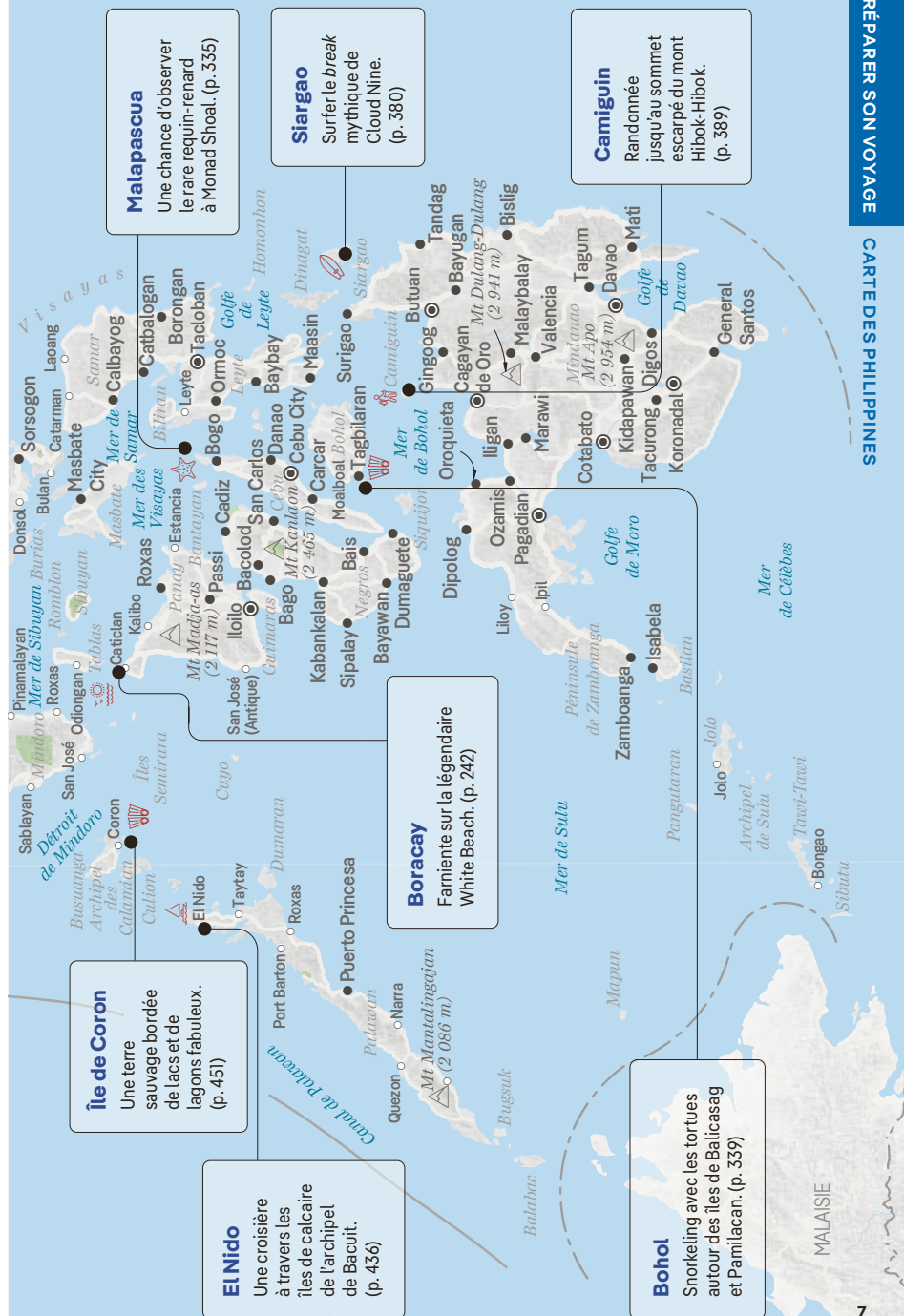
Puerto Galera

Une myriade de sites de plongée. (p. 222)

Legazpi

Le cône (presque) parfait du mont Mayon. (p. 192)







D'ÎLE EN ÎLE

Un voyage aux Philippines ne serait pas complet sans un séjour à bord d'un *bangka* (bateau) à naviguer entre les 7 000 îles de l'archipel. Des croisières d'île en île sont proposées partout à Palawan et dans les Visayas où l'on trouve les paysages marins les plus paradisiaques de l'archipel. Ailleurs, vous devrez négocier avec les propriétaires de bateaux et pourrez rejoindre des villages de pêcheurs isolés où l'on déguste la prise du jour au dîner.



Naviguer avec élégance

Si le *bangka* (photo) reste l'embarcation la plus populaire pour caboter d'île en île, les yachts et les voiliers plus haut de gamme séduisent de plus en plus les visiteurs pour leur confort et leur sécurité.



Nuit à la belle étoile

Très prisées dans le nord de Palawan, les excursions de plusieurs jours d'île en île sont l'occasion de passer une nuit sur la plage à la belle étoile, à l'écart du monde moderne.



Caprices de la météo

Les sorties en mer peuvent être annulées en raison de la météo, notamment de juin à octobre (saison des pluies sur la côte est) et de décembre à février (mois les plus venteux).

DE GAUCHE À DROITE : PELIKH ALEXEV/SHUTTERSTOCK © ANDREY DANILOVICH/GETTY IMAGES © DMITRY PICHUONIN/SHUTTERSTOCK ©





PERLES DE L'ARCHIPEL

Archipel de Bacuit ①

Ce labyrinthe marin au large d'El Nido (photo), dans le nord de Palawan, mérite de figurer en haut de la liste de vos projets insulaires. (p. 436)

Île de Coron ②

À bord d'un *bangka* ou d'un kayak de mer, partez explorer les séduisantes îles Calamian, dont ce petit bijou non loin de la ville de Coron. (p. 451)

Bucas Grande ③

Au départ de Siargao, glissez sur l'eau entre les lagons splendides de cette île. (p. 386)

Péninsule de Caramoan ④

Les affleurements karstiques autour de cette pointe de terre dans l'est de Bicol rivalisent avec ceux de l'archipel de Bacuit. (p. 204)

Île d'Olongo ⑤

Partez en excursion dans ce sanctuaire animalier, longeant les îlots émaillés de récifs des environs de l'Olongo Reef Flat, au large de Cebu. (p. 322)



RANDONNÉES EN TERRES SAUVAGES

Situées sur la ceinture de feu du Pacifique, les Philippines possèdent de nombreux sommets culminant à plus de 2 000 m, dont plusieurs sont des volcans, que l'on peut explorer jusqu'au sommet. Ces ascensions vont d'une demi-heure de montée à des expéditions de plusieurs jours. Ne manquez pas non plus les rizières en terrasses du nord de Luzon. Vous y suivrez d'anciens sentiers reliant des villages bucoliques où perdurent les coutumes autochtones.



Saison des randonnées

La période de février à mai est la plus favorable pour partir à l'assaut des sommets, car le temps est plus sec et les *limatik* (sangsues) moins abondantes.



Fermeture des accès

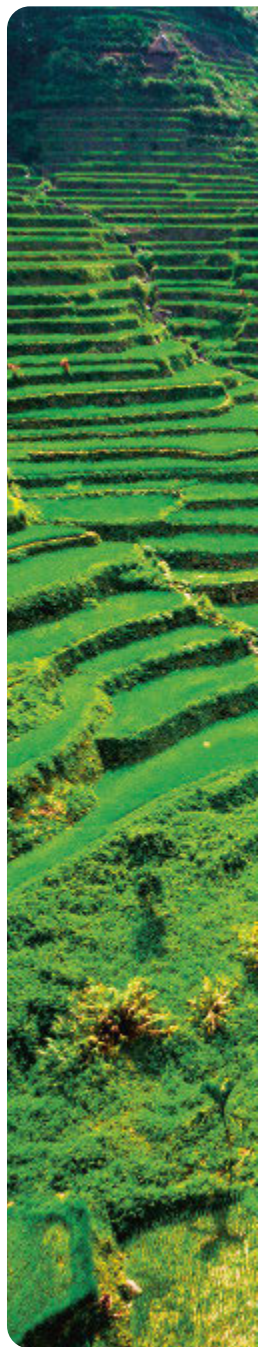
Les volcans capricieux comme le mont Mayon et le Taal sont souvent fermés aux randonneurs. Consultez Philvolcs (philvolcs.dost.gov.ph) pour les dernières mises à jour.



Hydratation en continu

Chaleur et humidité extrêmes sont la norme lorsqu'on s'attaque à un sommet philippin, notamment à basse altitude. Hydratez-vous souvent et dès le début.

EN PARTANT DE LA GAUCHE : MARKIE ANDOON/SHUTTERSTOCK ©, MACIEJ RUTKOWSKI/SHUTTERSTOCK ©, R.M. NUÑEZ/SHUTTERSTOCK ©





EN PLEINE NATURE

Banaue et Batad ①

Admirez les rizières en terrasses vert émeraude façonnées depuis des siècles par le peuple ifugao, autour de ces deux villages à flanc de colline. (p. 160)

Mont Kanlaon ②

Grimpez à travers la forêt au milieu de oiseaux et d'une faune abondante, jusqu'au sommet de ce volcan actif (en éruption en juin 2024) qui domine le nord de l'île de Negros. (p. 278)

Mont Hibok-Hibok ③

Enfoncez-vous dans l'île de Camiguin pour l'ascension de ce volcan accidenté, avant de vous plonger dans des piscines naturelles alimentées par des cascades. (p. 389)

Mont Apo ④

Allez à l'assaut du plus haut sommet du pays, au sud de Mindanao. Les grimpeurs peuvent partir de Davao, tout proche. (p. 406)

Mont Halcon ⑤

Entrenez le trek ultime des Philippines (photo tout à gauche), une expédition de 3 jours sur le toit de Mindoro. (p. 227)



PLAGES EN STOCK

Si vous n'avez pas encore trouvé la plage de vos rêves, vous la découvrirez sûrement sur l'une des 7 000 îles de l'archipel des Philippines ! Que vous soyez plutôt ambiance Robinson Cruséo, techno les pieds dans le sable, kitesurf du matin au soir ou coucher de soleil un cocktail à la main, vous avez choisi la bonne destination.



Calendrier

Tenez compte de la météo avant de faire votre choix. La côte est reçoit le plus de pluies de juin à septembre ; la côte ouest, de décembre à mars.



Petites nuisances

Les phlébotomes (mouches des sables quasi invisibles ou *nikniks*) sont un problème sur les plages les plus isolées de Palawan et ailleurs. Les sprays anti-insectes vendus sur place assurent une vague protection.



Sous le soleil exactement

Le soleil tropical est intense ! Investissez dans un écran solaire efficace pour éviter de graves brûlures. Pensez également à vous protéger contre les méduses et autres piquères.

DE GAUCHE À DROITE : HDV EDWARDS/SHUTTERSTOCK © MYBOYS/HE/SHUTTERSTOCK © AERIALPHILIPPINES/ALAMY STOCK PHOTO ©





SABLE À GOGO

White Beach ①

Enfoncez vos orteils dans le sable fin de cet emblème de Boracay pour profiter du coucher de soleil, toujours aussi splendide. (p. 244)

Nacpan Beach ②

Partez en longue promenade sur cette étendue de sable d'une beauté de carte postale, dans les environs d'El Nido. (p. 442)

Long Beach, San Vicente ③

Enfourchez une moto le long des 14 km de cette bande de sable quasi ininterrompue, sur la côte nord de Port Barton. (p. 435)

Plages de Pagudpud ④

Faites le trajet jusqu'à la pointe de Luzon pour fouler le sable blanc des plages les plus septentrionales du pays. (p. 169)

Paliton Beach ⑤

Parcourez Siquijor, boucle de 72 km quasi déserte, en vous arrêtant pour lézarder sur des plages isolées, dont la splendide Paliton. (p. 287)



DANS LES PROFONDEURS

La mer des Philippines est réputée dans le monde entier pour sa biodiversité marine. Situé au cœur du “Triangle de corail”, le pays est jalonné de récifs multicolores et de créatures étonnantes, ce qui en fait un paradis aussi bien pour les plongeurs chevronnés que pour les adeptes de snorkeling. Si vous êtes au bon endroit au bon moment, vous croiserez peut-être requins-baleines, dugongs et tortues.



Requins-baleines

Des circuits d'observation des requins-baleines respectueux de l'environnement sont organisés au départ de Donsol (p. 196) au sud-est de Luzon, et de Puerto Princesa (p. 427) à Palawan.



Bon voisinage

Les requins (dont les requins-baleines et les requins-renards) et les autres espèces marines qui peuplent la mer des Philippines sont généralement absolument inoffensifs.



Snorkeling ou plongée

La plongée avec bouteille n'est pas votre tasse de thé ? Les meilleurs sites de plongée, dont ceux indiqués page ci-contre, se prêtent parfaitement au snorkeling.

EN PARTANT DE LA GAUCHE : ANIRU THAILAND/SHUTTERSTOCK © DASHIE/SHUTTERSTOCK © EDWIN VERIN/SHUTTERSTOCK ©



RENCONTRES SOUS-MARINES

Îles de Balicasag et de Pamilacan ❶ Adonnez-vous au snorkeling au milieu des tortues de ces îlots bordés de récifs, et apercevez dauphins et baleines batifolant dans la mer de Bohol. (p. 345)

Île de Malapascua ❷
Direction la pointe nord de Cebu pour une rencontre avec des requins-renards voire même des raies mantas. (p. 362)

Apo Reef ❸
Observez requins, raies, labres nettoyeurs et autres espèces pélagiques lors d'une excursion vers cet atoll pratiquement immergé, à deux heures au large de Mindoro. (p. 231)

Sud de Leyte ❹
Nagez au milieu des tortues et des riches récifs coralliens au large de Padre Burgos ou gagnez le site d'observation des requins-baleines de Pintuyan. (p. 352)

Moalboal ❺ Avec tuba ou en apnée, suivez le ballet des bancs de sardines qui tournoient à quelques mètres du rivage. (p. 326)



TOURISME DURABLE

Avec une biodiversité qui compte parmi les plus riches de la planète, les Philippines ont beaucoup à protéger. L'écotourisme a le vent en poupe, mais il faut savoir où chercher pour le pratiquer. Commencez par éviter les tour-opérateurs du pays : la plupart font peu de cas de la préservation de l'environnement, même s'il existe des exceptions notables.



Réflexes écoresponsables

Évitez les plastiques à usage unique. Emportez vos couverts et votre gourde. Préférez le kayak et le vélo aux transports à moteur.

Choisissez une crème solaire respectueuse du milieu marin.

Dans l'assiette

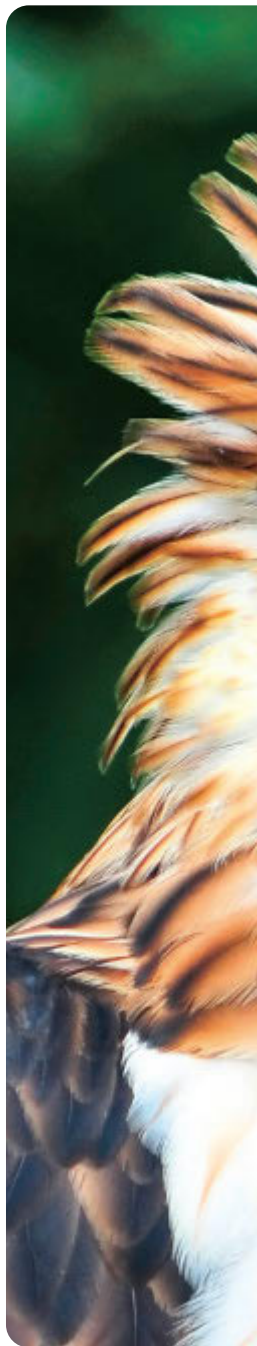
Mangez sain et local afin de réduire votre empreinte écologique. Préférez les auberges et vendeurs de burgers (de préférence vegan) familiaux aux chaînes multinationales.



Des entreprises engagées

Passez par une plateforme de prestataires de voyages responsables comme Eco Explorations (ecoexplorationsph.com), qui vérifie la durabilité des circuits touristiques et travaille avec les meilleurs opérateurs.

DE GAUCHE À DROITE : ANIRUTTHALAND/SHUTTERSTOCK © DANISSE/SHUTTERSTOCK © EDWIN VERIN/SHUTTERSTOCK ©





CIRCUITS RESPONSABLES

Îles Batanes ①

Rejoignez la chaîne d'îles la plus septentrionale des Philippines, où les coutumes traditionnelles sont toujours bien vivantes. Au programme : hébergement simple et balades à tricycle. (p. 173)

Tao Philippines ②

Embarquez pour une expédition de plusieurs jours ou visitez la ferme d'El Nido de cette agence plaçant les échanges humains au cœur de son programme. (p. 441)

Masungi Georeserve ③

Suivez le vertigineux parcours de cordes au-dessus des roches karstiques de ce projet de conservation maintes fois primé. (p. 96)

Philippines Tarsier

Sanctuary ④ Observez les tarsiers de Bohol, minuscules primates, dans leur habitat forestier naturel. Les recettes contribuent à la protection de l'espèce. (p. 349)

Philippine Eagle Center ⑤

Visitez cette réserve consacrée à la préservation de l'oiseau national des Philippines – le plus grand aigle du monde. (photo ; p. 404)



ARCHITECTURE PANACHÉE

Les Philippines présentent un étonnant mélange de styles architecturaux. Des églises centenaires y côtoient des maisons en bois associant éléments locaux et européens, et les demeures historiques sont transformées en musées ou en charmants hôtels. Certaines familles des ethnies de montagne du nord de Luzon et de Mindanao vivent encore dans des cabanes en bois d'une robustesse remarquable et édifiées sans le moindre clou. Les amateurs d'architecture plus contemporaine se tourneront vers les gratte-ciel rutilants de BGC à Manille.



Musée vivant

Les férus d'architecture ne manqueront pas la visite de Las Casas Filipinas de Acuzar (p. 126), où des maisons de tout le pays ont été fidèlement reconstruites.



Beauté et simplicité

La hutte nipa a défini l'architecture philippine pendant des siècles. Traditionnellement construite en bambou, elle est coiffée d'un toit de chaume en feuilles de nipa (palmier aquatique).



Trésors cachés

Même si l'architecture coloniale espagnole disparaît petit à petit, on tombe toujours sur de beaux exemples bien conservés dans des *barangays* (districts) reculés.

EN PARTANT DE LA GAUCHE : HJLDFPONGGOL/SHUTTERSTOCK © KOSA MANOR/SHUTTERSTOCK © AKARAT PHASIRIA/SHUTTERSTOCK ©



Kalesa (calèche), Vigan (p. 149)



MERVEILLES ARCHITECTURALES

Vigan ① À pied ou en *kalesa* (calèche), remontez les pavés de la Calle Crisologo, dont les maisons anciennes mêlent influences mexicaines, chinoises, philippines et espagnoles. (p. 149)

Silay ② Participez à une visite guidée des demeures sucrières centenaires de cette ville du nord de Negros, dont quelques-unes sont aujourd'hui des musées. (p. 275)

Taal ③ Découvrez l'ambiance des maisons ancestrales du XIX^e siècle dans cette ville sous-estimée, qui compte aussi l'une des plus imposantes basiliques d'Asie du Sud-Est. (p. 117)

Escolta St ④ Admirez des édifices Art déco et Beaux-Arts datant de la période américaine sur cette avenue de Manille en pleine renaissance. (p. 68)

Cathédrale de Jaro ⑤ Partez de cette église emblématique pour une promenade à Jaro, sur l'île de Panay, où les manoirs oubliés rappellent la grandeur d'une époque révolue. (p. 260)



MURMURE DES CASCADES

Après une randonnée dans la moiteur torride de la jungle, rien de plus rafraîchissant que la vue (et le bruit) d'un torrent se jetant dans une piscine naturelle. Le mariage entre les fortes pluies et la topographie montagneuse de la majeure partie de l'archipel engendre de très nombreuses cascades, dont certaines se prêtent à des photos exceptionnelles. Les efforts nécessaires pour les atteindre sont conséquents, mais amplement récompensés.



Saison sèche

Les plus petites cascades se réduisent à un filet d'eau, voire s'assèchent complètement durant les mois les plus secs (en général d'avril à début juin). Renseignez-vous pour éviter toute déception.



Le grand saut

Les occasions de sauter de rochers sont multiples, mais restez prudent. Ne sautez jamais dans une eau que vous n'avez pas déjà explorée, vérifiez par vous-même la profondeur et, en cas de doute, abstenez-vous.



Chaussures à son pied

Les plus belles cascades se méritent et supposent souvent une longue randonnée dans la forêt sur des sentiers mal entretenus. Partez équipé de bonnes chaussures de marche (même si les guides sont en tongs).

DE GAUCHE À DROITE : JONKZDONNZ/SHUTTERSTOCK © LUKMAN HARVANTO/SHUTTERSTOCK © AMSELLEN/SHUTTERSTOCK ©





CHUTES FÉERIQUES

Sagada ① Traversez des villages idylliques et des rizières en terrasses jusqu'aux imposantes chutes de Bomod-ok ("grand") et aux autres cascades proches de cette bourgade de montagne décontractée. (p. 163)

Pagsanjan Falls ② Un batelier vous transportera à la rame sur un tronçon de rivière pour vivre une aventure des plus originales. (p. 118)

Kawasan Falls ③ Dépassez le bassin principal (aussi splendide soit-il), trop bondé, pour grimper jusqu'à d'autres cascades et trous d'eau plus retirés. (p. 329)

Bugtong Bato Falls ④ Quittez Boracay pour une journée d'excursion tranquille vers ces cascades à plusieurs niveaux et leurs charmants bassins. (p. 250)

Anuplig Falls ⑤ Lorsque la route de montagne non loin de Pagudpud se sépare en deux sentiers, prenez le plus long jusqu'à ces chutes désertes qui alimentent un bassin d'eau limpide. (p. 171)



CHERCHER LA VAGUE

Rien d'étonnant à ce que des vagues de bonne taille lèchent plusieurs plages de cet archipel au cœur de l'océan Pacifique. La saison des typhons – de juillet à novembre – se traduit parfois par des vagues géantes sur tout le littoral est. Côté ouest, la mousson du nord-est (*amihan*) qui s'abat au large façonne d'excellentes vagues homogènes, de décembre à mars. Envie d'une vraie aventure ? Louez un yacht privé pour une sortie de surf d'une journée et partez dénicher des *breaks* inconnus.



Location de planches

Si vous n'avez pas déjà la vôtre, des planches pour tous les niveaux sont disponibles à la location dans les principales zones de surf.



Esprit de compétition

Les villages de surfeurs s'animent lors des compétitions de surf. Les tournois les plus importants se déroulent à Siargao, San Juan et Calicoan.



Fréquentation

Même si les habitants surnomment Cloud Nine – le *break* le plus connu de Siargao – "Crowd Nine" (*crowd* signifie "foule"), le surf reste une activité confidentielle et l'affluence est toujours raisonnable, même à Cloud Nine.

DE GAUCHE À DROITE : PHOTO BY TANMAN/GETTY IMAGES © NATHAN ALLEN/ALAMY STOCK PHOTO © STEPHEN GREEN-PRICE/SHUTTERSTOCK ©





L'ONDE PARFAITE

Cloud Nine ①

Le nom ("septième ciel") de cette droite mythique à la tubulure irréprochable veut tout dire. Mais ce n'est pas la seule vague quasi parfaite au large de Siargao, la capitale du surf aux Philippines. (p. 380)

San Juan (La Union) ②

Sur le meilleur spot de la côte ouest du nord de Luzon, des vagues régulières de 1 m à 1,50 m battent le rivage durant l'*amihan*. (p. 156)

Catanduanes ③ Majestic

est la vague n°1 de Bicol, une île réputée pour les sports d'aventures et les typhons. Son éloignement la préserve de la foule. (p. 205)

Baler ④ Charlie's Point,

le *point break* rendu célèbre par *Apocalypse Now*, est imprévisible, mais toujours idyllique. (p. 177)

Île de Calicoan ⑤

Cette île isolée de la côte de Samar compte quatre excellents *reef breaks* (droite et gauche), collectivement appelés ABCD. (p. 359)



ÉCHOS DU PASSÉ

MÉMOIRES DE LA SECONDE GUERRE MONDIALE

Péninsule de Bataan ❶

Partez sur les traces des 70 000 prisonniers philippins et américains entraînés de force dans la "marche de la mort de Bataan". (p. 126)

McArthur Landing

Memorial ❷ Comme

Douglas MacArthur, débarquez sur Red Beach, où une statue du général évoque son "retour" lors de la plus grande bataille navale de l'histoire. (p. 354)

Île de Corregidor ❸

Affrétez un bateau au départ de Manille ou Mariveles, à Bataan, pour rejoindre l'île où le général MacArthur prononça son célèbre "Je reviendrai". (p. 80)

Manila American Cemetery ❹

Ce cimetière américain (photo ci-contre) est un bon point de départ pour comprendre les heures les plus sombres de Manille. (p. 87)

Puerto Princesa ❺

Musées et témoignages rappellent le rôle stratégique de la capitale de Palawan dans la guerre du Pacifique. (p. 424)

Peu de pays furent aussi marqués par la Seconde Guerre mondiale que les Philippines. Différents lieux de mémoire sur l'archipel rappellent les batailles, les débarquements et les marches de la mort, même s'ils sont peu nombreux à rendre hommage aux 100 000 civils qui perdirent la vie lors de la bataille de Manille au début de 1945. Les travaux de recherche consacrés à ce moment sombre de l'histoire de la capitale sont, eux, de plus en plus nombreux.



Triste réalité

Les historiens s'accordent à dire que Manille a subi plus de destructions que toute autre ville alliée, à l'exception de Varsovie, lors de la Seconde Guerre mondiale.



Musée sous-marin

Pour une expérience historique unique, la plongée sur épave dans la baie de Coron (p. 448) permet de s'approcher au plus près d'une dizaine de navires japonais coulés en 1944.

A GAUCHE : H1192/SHUTTERSTOCK ©.
A DROITE : BASELINE PHOTOS/SHUTTERSTOCK ©



Lecture incontournable

N'y touchez pas ! et Révolution aux Philippines (Gallimard, 1980 et 1984), de José Rizal, sont deux romans populaires avant-gardistes parus à la fin du XIX^e siècle. Satire directe du système colonial hispanique vivant ses ultimes convulsions, ils ont joué un rôle vital pour l'unification du pays autour d'un idéal spirituel libérateur.



Cebu City (p. 310)



SOIRÉES MÉMORABLES

Manille ① Profitez de la vie nocturne effrénée de la capitale, entre repaires de hipsters rythmés par les bongos à Quezon City ou bars clinquants et boîtes de nuit raffinées à Makati et BGC. (p. 54)

Siargao ② Rejoignez un bar différent chaque soir et dansez sur la plage jusqu'au bout de la nuit. (p. 380)

Cebu City ③ Vivez des soirées électriques dans la deuxième ville des Philippines, avec ses brasseries artisanales, ses bars musicaux et ses discothèques animées. (p. 310)

El Nido ④ Sirotez un cocktail sur la plage, avec l'incroyable baie de Bacuit en toile de fond, puis filez en ville pour une nuit de folie. (p. 436)

Boracay ⑤ Admirez le coucher du soleil avec un cocktail sur la légendaire White Beach. Ancienne figure de proue de folles soirées, l'ambiance s'y est assagie après l'instauration de règles moins favorables aux fêtards. (p. 242)



L'ART DE FAIRE LA FÊTE

Que vous aimiez danser toute la nuit dans une métropole, profiter du coucher du soleil les pieds dans le sable, un cocktail à la main, ou vous déhancher sur des rythmes endiablés sur une île isolée, vous ne serez pas déçu : les Philippins ont peu de rivaux quand il s'agit de faire la fête.

Code vestimentaire

Mettez-vous sur votre trente-et-un dans les boîtes de Manille et Cebu. Les tongs sont à proscrire, même dans certains bars décontractés. Pas de dress code pour faire la fête sur la plage.

Droit d'entrée

Comptez entre 300 P et 1 000 P pour entrer dans la plupart des boîtes branchées et des bars à concerts des grandes villes – certains sont cependant gratuits.

VILLES ET RÉGIONS

Composez votre voyage selon vos envies.

Manille

LA PERLE BRUTE DE L'ORIENT

Un brin chaotique, la capitale et son atmosphère moite peuvent dérouter bien des voyageurs lors de leur premier passage. Pourtant, si l'on fait fi des apparences, on y trouve des musées passionnants, une vie nocturne trépidante et une cuisine variée. À l'est de la mégapole, la fraîcheur des montagnes de la Sierra Madre, mais aussi les musées d'art et les randonnées paradisiaques, contrastent agréablement avec l'incroyable énergie de la ville.

p. 54

Environs de Manille

LA TERRE, L'EAU ET LE FEU

Au sud de Manille, la vue sur le volcan Taal depuis Tagaytay est sans pareille et les sites de plongée de la côte de Batangas, autour d'Anilao, comptent parmi les meilleurs du pays. Au nord, les noms de Corregidor et Bataan rappellent les épreuves de la Seconde Guerre mondiale tandis que la multitude de sommets à gravir ravit les passionnés de montagne.

p. 111

Nord de Luzon

MONTAGNES MAJESTUEUSES, LITTORAL PITTORESQUE, ESCAPADES DANS LES ÎLES

Avec 1200 km de côtes qui embrassent deux des plus grandes chaînes de montagnes du pays, la région impressionne par sa diversité. L'intérieur des terres alterne enclaves coloniales espagnoles et baies retirées où le surf est roi. Dans les montagnes, de superbes rizières en terrasses dominent des villages de carte postale habités par plusieurs communautés autochtones.

p. 132

Sud-est de Luzon

IMPOSANTS VOLCANS ET CÔTES ACCIDENTÉES

Après avoir échauffé votre langue sur les épices de Bicol, rafraîchissez-vous en nageant parmi les requins-baleines de Donsol ou en pratiquant l'une des nombreuses activités aquatiques de la région.

Si vous préférez faire monter la température d'un cran, partez pour un trek dans les volcans ou mêlez-vous aux danseurs à l'occasion de fêtes endiablées.

p. 189



Mindoro

TERRES SAUVAGES ET

PLONGÉES ÉPOUSTOUFLANTES

La découverte de la vie sous-marine sur le récif d'Apo est une expérience que vous n'oublierez pas de sitôt. Ajoutez à cela un brin de festivité avec une soirée à Puerto Galera. Autour de l'île, vous pourrez marcher jusqu'à une myriade de cascades, déboucher le *tamaraw*, un buffle local menacé, gambader dans des vallées isolées et partir à la rencontre des populations autochtones dans l'arrière-pays escarpé.

p. 218

Palawan

PARADIS INSULAIRES

C'est le paradis comme vous en rêviez : les plages isolées sont grandioses, les îles émergent des eaux azur pour aller toucher le ciel tandis que des cascades et une faune rare donnent vie à une jungle vierge. Les possibilités de sorties se révèlent infinies entre exploration de récifs coralliens et d'épaves de la Seconde Guerre mondiale, quête de *breaks* de surf cachés ou découverte d'îlots éloignés en kayak de mer.

p. 420

**Cebu
et Visayas
orientales**
p. 304

**Boracay
et Visayas
occidentales**
p. 237

Palawan
p. 420

Mindanao
p. 375

Cebu et Visayas orientales

RÉCIFS DE RÊVE ET PLAGES DIVINES

Cebu City vous donnera accès à une myriade de spots de plongée, de plages et d'aventures dans la jungle. À Bohol, les sessions de plongée et de descente en apnée autour de l'île de Panglao sont réputées dans le monde entier, tandis qu'à terre se déploient des paysages variés – cascades, grottes, plages et rivières. Samar et Leyte, moins courues, ne demandent qu'à être explorées.

p. 304

Mindanao

ÎLES-BIJOUX ET AVENTURES EN PLEIN AIR

L'île la plus méridionale du pays est ornée de montagnes escarpées et de plages de cocotiers, le tout servi par un éventail de cultures et de saveurs culinaires que l'on découvre à Davao la cosmopolite, Siargao, la capitale du surf, ou Camiguin, haut lieu du voyage d'aventure et paradis pour les volcanologues amateurs.

p. 375

Boracay et Visayas occidentales

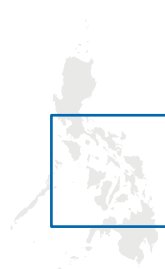
AVENTURE SUR TERRE OU EN MER

Boracay forme un tableau fabuleux composé d'une plage emblématique, de restaurants animés et de fantastiques spots de kitesurf. Ne négligez pas pour autant le reste de la région. Panay et Negros abritent des plages et des sites de plongée reconnus tandis que la petite Siquijor est vouée à devenir la prochaine coqueluche du pays avec ses bars pour routards et son nouvel aéroport.

p. 237



GREG BLOOM/LOVELY PLANET ©



Mont Hibok-Hibok, île de Camiguin (p. 389)

ITINÉRAIRES

Séjour éclair

Durée : 5-6 jours **Distance :** 1 250 km

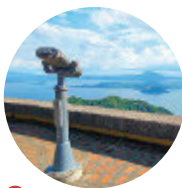
Avec autant d'îles et de si longues distances, préparer un itinéraire pour seulement 4 ou 5 jours peut s'avérer complexe : il vous faudra donc prendre l'avion. L'itinéraire que nous proposons permet de consacrer une journée à Manille avant de partir explorer les îles et la montagne.



1 MANILLE 🕒 1 JOUR

Démarrez par la capitale et son énergie folle. Meilleur point de départ vers les îles, **Manille** (p. 54) mérite qu'on lui consacre un peu de temps. Faites une visite guidée à pied d'Intramuros – ou de Chinatown si vous êtes gourmet – puis partez à la découverte d'un des musées nationaux (photo) près de Rizal Park. Gagnez Makati et BGC pour un dîner gastronomique et une nuit de fête en ville.

Tagaytay : 🚗 🕒 1 heure



2 TAGAYTAY 🕒 1 JOUR

Au départ de la capitale, c'est l'excursion à la journée la plus facile à organiser et la plus pittoresque. **Tagaytay** (p. 114) est perchée le long d'une crête, à plusieurs centaines de mètres au-dessus du lac Taal et du volcan actif du même nom (photo). Vous y trouverez des restaurants exceptionnels où profiter du panorama. Partez tôt le matin et venez véhiculé afin de rejoindre l'aéroport de Manille dans l'après-midi.

🚗 🕒 Siargao : 3 heures



3 SIARGAO ⌚ 2 JOURS

Prenez un vol direct pour la nouvelle star des réseaux sociaux (p. 380). Il y a peu, l'endroit était encore une destination confidentielle pour surfeurs bien renseignés. C'est désormais une station balnéaire cosmopolite et branchée, avec boutique-hôtels et vie nocturne dignes de Bali.

🚢 Camiguin : 10 heures

🛶 **Détour :** Consacrez deux jours à l'exploration des îles, plus instagrammables les unes que les autres. L'île de **Bucas Grande** (p. 386) est parée d'un littoral époustouffant, de grottes et de lagon qui ne demandent qu'à être explorés.

🚤 Plus de 2 heures

Vous pouvez aussi opter pour une sortie en bateau à travers les mangroves jusqu'au **lagon de Sugba** (p. 387), dont les eaux vert émeraude se prêtent idéalement au snorkeling et au kayak, à l'abri de gigantesques falaises calcaires.

🚗 1 heure 🚤 1 heure 30



4 CAMIGUIN ⌚ 1 JOUR

Depuis Siargao, vous devrez parcourir une longue distance en bus et en ferry jusqu'à l'île de **Camiguin** (p. 389). Prenez le bus de nuit pour gagner du temps. Avec sept volcans, des sources chaudes et fraîches (photo), des îles désertes et une pléthore d'activités sous-marines, Camiguin est l'une des meilleures destinations du pays pour le tourisme d'aventure. Le paysage grandiose ne demande qu'à être exploré, de préférence à deux-roues. Préparez-vous à dégainer sans cesse votre appareil photo.

🛶 **Détour :** Si vous avez un jour de plus, faites un crochet par **Bukidnon** (p. 397) pour une sortie rafting sur la Cagayan de Oro. Des parcours de 3 ou 6 heures (selon la difficulté) sont organisés depuis la ville de Cagayan de Oro (CDO).

🚗 1 heure jusqu'à Balingoan • 🚢 2 heures 30 jusqu'à CDO



Z. JACOBS/SHUTTERSTOCK ©

Baguio (p. 138)



ITINÉRAIRES

À travers la cordillère

Durée : 10 jours **Distance :** 740 km

Pas d'humeur à buller sur la plage ? Les montagnes de Luzon, avec leurs rizières en terrasses, leurs parcours de trek et leur riche culture autochtone, vous raviront. À la fin de votre itinéraire, accordez-vous un peu de temps au soleil en faisant étape sur deux des plus célèbres plages de Luzon, réputées pour leurs spots de surf.



1 CLARK 🕒 1 JOUR

Prenez un avion pour **Clark** (p. 122), dans la province de Pampanga, en plein centre de Luzon. Goûtez une cuisine kapampangan authentique et levez-vous aux aurores pour l'ascension du mont Pinatubo, dont l'éruption secoua le monde en 1991. L'expédition prend une demi-journée et inclut un trajet trépidant en 4x4 (photo) suivi d'une montée de 45 minutes jusqu'au saisissant lac de cratère bleu acier, entouré de sommets anguleux.



2 SAN JUAN (LA UNION) 🕒 2 JOURS

Cette modeste **cité balnéaire** (p. 156) décontractée accueille une communauté de surfeurs qui anime auberges de jeunesse et aires de restauration locales. Le cœur de l'action se trouve au *barangay* Urbiztondo. Les surfeurs débutants sont accueillis chaleureusement.

🚌 *Baguio* : 2 heures

🚶 **Détour** : À 2 heures de la côte **Vigan** (p. 149), l'une des plus vieilles villes des Philippines, est un incontournable pour les passionnés d'architecture ou d'histoire coloniale espagnole.

🚗 *San Juan* : 4 heures 30



3 BAGUIO 🕒 1 JOUR

À 60 km au-dessus de San Juan, dans les hauteurs plantées de pins, **Baguio** (p. 138) est la porte d'entrée vers les montagnes de la cordillère. Certains musées de la ville (photo) offrent une introduction à la fascinante ethnographie de la région.

🚌 *Sagada* : 2 heures

🚶 **Détour** : Des bus réguliers quittent *Baguio* pour la pittoresque **Kabayan** (p. 166), à 50 km au nord. Le site est ponctué de grottes aux étranges sépultures. Leurs résidents furent momifiés il y a des centaines d'années par les Ibaloi. 🕒 1 journée

🚌 *Baguio* : 3 heures



4

SAGADA ⌚ 2 JOURS

Combinant tout ce que la montagne a de trépidant, **Sagada** (p. 158) permet de s'échapper de la civilisation pendant quelques jours. Les sportifs partiront à la découverte de ses grottes, sommets, cascades et cercueils suspendus tandis que les plus tranquilles profiteront de son ambiance naturelle et fraîche. Essayez de programmer votre séjour au moment d'un *begnas* (cérémonie de la communauté kankanay ; photo).

🚌 Banaue : 2 heures



5

BANAUE / BATAD ⌚ 2 JOURS

Banaue (p. 142) permet de rallier les rizières en terrasses classées par l'Unesco (photo) de la province d'Ifugao. L'amphithéâtre formé par les rizières en terrasses de **Batad** (p. 160) est considéré comme le paysage le plus remarquable de la région. De Banaue ou Batad, vous pourrez marcher à travers ces superbes terrasses jusqu'à des cascades et des villages bucoliques. Là-bas, les habitants pratiquent encore les coutumes traditionnelles des Ifugao.

🚗 Baler : 7 heures 30



6

BALER ⌚ 2 JOURS

Redescendez de la montagne et partez pour **Baler** (p. 177 ; photo), une ville balnéaire reculée où fut tournée la scène de surf d'*Apocalypse Now*. Les planches de surf abandonnées ici après le départ des équipes du film donneront naissance à une véritable communauté de surfeurs malgré des vagues capricieuses. Baler est aussi un point de départ pour les excursions dans la jungle au cœur du **Northern Sierra Madre Natural Park** (p. 181).



ARTYOGAN/SHUTTERSTOCK ©

Boracay (p. 242)

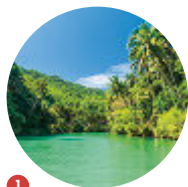


ITINÉRAIRES

Virée dans les Visayas

Durée : 10 jours **Distance :** 570 km

Si vous êtes en quête de sable blanc, de rhum et de noix de coco, vous trouverez votre bonheur dans les îles centrales des Visayas où l'on passe d'un paradis bordé de palmiers à un autre. Rien ne se planifie par ici : embarquez juste sur le premier ferry, suivez votre envie et, qui sait, vous déciderez peut-être de ne plus jamais repartir.



1 BOHOL ⌚ 2 JOURS

Introduction parfaite aux Visayas, **Bohol** (p. 339) propose une multitude d'expériences pour les voyageurs, des plus classiques aux plus originales. Découvrez de petits primates ou les étranges Chocolate Hills, partez plonger ou faire du snorkeling, remontez des rivières et arpentez la jungle. L'île de Panglao, site du nouvel aéroport, est une base commode où sont concentrés de nombreux hébergements et une vie nocturne appréciable.

Siquijor : 1 heure 30



2 SIKUIJOR ⌚ 2 JOURS

Connue pour ses sorcières et ses guérisseurs, **Siquijor** (p. 287) est devenue un havre pour les routards grâce à ses paysages d'exception et à ses logements de front de mer d'un excellent rapport qualité/prix. À deux-roues, suivez la route côtière qui fait le tour de l'île sur 72 km, explorez plages, grottes et cascades (photo) et découvrez de charmants villages et des vestiges de l'ère coloniale. N'oubliez pas masque et tuba, car les récifs sont légion.

Dumaguete : 1 heure



3 DUMAGUETE ⌚ 2 JOURS

Avec ses sentiers de randonnée, ses plages et ses paysages marins féériques, **Dumaguete** (p. 281) fait une bonne base pour explorer le sud de Negros. **Apo Island** (photo) est un site de plongée et de snorkeling réputé où s'épanouissent des tortues marines. Sur place, quelques complexes touristiques isolés bordent une étendue de sable paisible. Au nord de la ville, Bais offre l'occasion d'observer des dauphins et des baleines dans le détroit de Tañon.

Moalboal : 2 heures 30



4

MOALBOAL 🕒 1 JOUR

Partez pour le nord de Cebu et arrêtez-vous dans la petite station balnéaire animée de **Moalboal** (p. 326) où les possibilités de pratiquer le canyoning dans les rivières et les cascades des environs ne manquent pas. Pour les plongeurs et les amateurs de snorkeling, une splendide barrière de corail attire des tortues et le fameux banc de sardines de Panagsama Beach (photo).

🚌 Cebu City : 2 heures 30

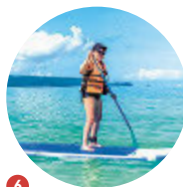


5

CEBU CITY 🕒 1 JOUR

La capitale des Visayas, **Cebu City** (p. 310), est une métropole où s'activent trois millions d'habitants. C'est sur l'île de Mactan toute proche que Magellan trouva la mort aux mains du puissant chef Lapu-Lapu. Imprégnez-vous d'histoire en visitant musées (photo) et forteresses ou cheminez d'île en île dans la mer de Bohol. Le soir, testez les spécialités régionales avant de partir faire la fête dans les bars et clubs de la ville.

✈️ Boracay : 2 heures 30



6

BORACAY 🕒 2 JOURS

Aucune plage ne peut rivaliser avec la divine White Beach – elle est certes boudée par endroits, mais vous pourrez trouver un peu de répit aux pointes nord et sud de cet emblème de **Boracay** (p. 242). Ailleurs dans l'île, des plages plus calmes vous attendent à l'écart des sentiers battus. Les complexes hôteliers de bord de mer, parmi les meilleurs des Philippines, font une étape parfaite pour pratiquer le kitesurf, le golf, la plongée et d'autres sports aquatiques.



MARIA SWARD/GETTY IMAGES ©

Île de Coron (p. 451)



ITINÉRAIRES

Le nord de Palawan

Durée : 7 jours **Distance :** 530 km

Palawan concentre le meilleur des Philippines. Destination vedette du pays, la partie nord de l'île s'explorer facilement du nord au sud : commencez par explorer les épaves, îles et lacs de Coron avant de rejoindre Port Barton et la rivière souterraine toute proche. En chemin, arrêtez-vous aux falaises calcaires d'El Nido et dans la baie de Bacuit.



1 CORON ⌚ 2 JOURS

Prenez l'avion pour **Coron** (p. 444) sur l'île de Busuanga, principale escale vers les îles Calamian et paradis des aventuriers. Vous pourrez y plonger sur des épaves (photo), faire du kayak, partir en croisière ou explorer les environs à moto. L'archipel des Calamian est ponctué de plages de sable blanc, de récifs coralliens, d'épaisses forêts vierges et de mangroves, sans oublier les lacs transparents de l'île de Coron, joyau de l'archipel.

El Nido : 3 heures 30



2 EL NIDO ⌚ 2 JOURS

El Nido (p. 436) fait un bon point de départ pour sillonner le splendide archipel de Bacuit. Ne vous limitez pourtant pas à une croisière d'île en île. La région d'El Nido est réputée pour son offre de sports d'aventure comprenant surf, kitesurf, kayak de mer et plongée avec les raies mantas. La beauté des plages d'El Nido est sans égale aux Philippines et la vie nocturne y est joyeuse et légère.

Port Barton : 3 heures 30



3 PORT BARTON ⌚ 1 JOUR

Soyez prévenu : si vous visitez **Port Barton** (p. 433), vous aurez du mal à en partir. Cette charmante petite baie est devenue une destination prisée des routards grâce à ses jolies îles et ses spots de snorkeling. Des loueurs de kayaks de mer et de paddles sont installés sur la plage. Une nouvelle route côtière facilite l'exploration de la baie voisine de San Vicente et de la bien nommée Long Beach (photo).

Sabang : 3 heures 30



4

SABANG ⌚ 1 JOUR

La minuscule **Sabang** (p. 225), *barangay* (district) de la lointaine Puerto Princesa, jouit d'une superbe plage et d'immenses étendues de forêt vierge. Sa rivière souterraine, navigable, remonte dans une grotte impressionnante avant de déboucher dans la mer. Pour profiter encore plus des environs, traversez des forêts primaires pour rejoindre l'entrée du parc national tout en guettant les singes et les énormes lézards moniteurs (varans).

Puerto Princesa : 1 heure 30



5

PUERTO PRINCESA ⌚ 1 JOUR

La visite des îles autour de la capitale de Palawan ne vous tentera peut-être pas après une semaine dans le nord, mais **Puerto Princesa** (p. 424) fait néanmoins une étape finale appréciable grâce à ses restaurants corrects, sa vie nocturne concentrée le long de l'artère principale, Rizal Ave, et ses boutique-hôtels agréables. Les divertissements dans la ville et à l'extérieur comprennent sites historiques et, selon la saison, observation des dauphins et requis-baleines dans la baie de Honda.

QUAND PARTIR

Privilégiez la saison sèche, de novembre à mai à l'ouest, et d'avril à octobre à l'est (sauf période de typhon).

La haute saison, de novembre à avril, est aussi la saison sèche sur la côte occidentale, y compris à Manille, Boracay et Palawan. Dans les Visayas, au centre, les saisons sont moins bien définies, mais, comme dans le reste du pays, c'est en hiver que les températures sont les plus fraîches et les plus plaisantes. Siargao et la côte est sont arrosées de pluie de décembre à mi-mars.

La hausse des températures entre avril et mai annonce le début des pluies à l'ouest en même temps que la saison sèche débute à l'est. Surveillez toutefois l'arrivée des typhons de juin à décembre. Venant généralement de l'est, ils provoquent des journées de pluie torrentielle à travers tout le pays même s'ils ne pénètrent pas dans les terres. Soyez prêt à modifier votre parcours pendant cette période.

Quelle que soit la côte où vous vous trouvez, les prix des hôtels chutent de 30% dans les zones de villégiature de juin à octobre tandis qu'ils triplent autour du Nouvel An et de Pâques.



Mousson, Moalboal (p. 326)

La météo au fil des mois (Siargao)



JANVIER

Temp. max.
moyenne :
25-28°C



MARS

Temp. max.
moyenne :
27-30°C



MAI

Temp. max.
moyenne :
31-33°C



JUILLET

Temp. max.
moyenne :
29-31°C



SEPTEMBRE

Temp. max.
moyenne :
29-31°C



NOVEMBRE

Temp. max.
moyenne :
28-30°C

36

Jours de pluie :
11-12

Jours de pluie :
6-7

Jours de pluie :
12-13

Jours de pluie :
23-24

Jours de pluie :
23-24

Jours de pluie :
18-19



PAROLE D'HABITANT

CHASSEUR D'ARCS-EN-CIEL

Ramon Manotok dirige le Kingfisher Resort, lieu de rencontre des amateurs de glisse à Pagudpud, tout au nord de Luzon.
@kingfisher.ph

Pagudpud jouit d'un microclimat unique. Pendant l'*amihan* (mousson du nord-est), la plage de Saud peut être dégagée et ensoleillée alors que 10 km plus loin à l'est, il pleut des trombes d'eau et les vents soufflent à 50 km/h. À l'inverse, avec l'arrivée de l'*habagat* (mousson du sud-ouest), la plage de Saud se fait bien plus arroser que l'est. Ce mélange de soleil et de pluie donne naissance à une myriade d'arcs-en-ciel ! Pagudpud en arbore sans doute plus que nulle part ailleurs aux Philippines.

MOUSSONS

Le climat des Philippines dépend des moussons, notamment de l'*amihan* (mousson du nord-est), de novembre à avril, et de l'*habagat* (mousson du sud-ouest), de mai à octobre. Le vent de nord-est de l'*amihan* apporte un air plus frais et plus sec tandis que l'*habagat* rime avec températures élevées et humidité maximale.



MICROCLIMAT

Les îles les plus grandes et les îles montagneuses, telles que Mindoro, ont chacune un microclimat dépendant de l'influence de l'*amihan* et de l'*habagat*. La côte ouest de Mindoro subit de fortes pluies pendant l'*habagat* alors que la côte est, protégée par les montagnes, est beaucoup plus sèche. La situation s'inverse pendant l'*amihan*.

Les grands rendez-vous

Festival Ati-Atihan

(p. 252) L'ancêtre de toutes les festivités du pays est une fête de rue agitée à Kalibo. Elle dure toute une semaine, à l'occasion du "Mardi gras" philippin. ☀ **Janvier**

Semaine sainte Tout ferme et les prix des logements explosent pendant la Semaine sainte juste avant le dimanche de Pâques. Des *Sinakulos* (mystères de la Passion) sont organisés dans tout le pays. À San Fernando (Luzon), lors du Vendredi saint, une cérémonie de la Crucifixion (p. 124), d'une ferveur extrême, voit défiler des pèlerins se

flagellant et cloués à des croix en bois. ☀ **Mars ou avril**

Toussaint Les familles chargées de nourriture se rassemblent dans les cimetières de tout le pays pour y passer la nuit en hommage à leurs défunts. L'ambiance est étonnamment festive, en particulier à Manille. ☀ **Novembre**

Noël Le 25 décembre est pris très au sérieux par les Philippins : les chants de Noël résonnent dans les magasins dès août. Entre Noël et le Jour de l'an, les hôtels pratiquent des prix ascensionnels.

☀ **Décembre**

Festivités hautes en couleur

Festival de Sinulog (p. 316).

Pendant le plus grand festival de Cebu City, les participants dansent le *sinulog* : en enchaînant deux pas en avant et un pas en arrière, ils reproduisent le mouvement de la rivière.

☀ **Janvier**

Fête des Fleurs de Panagbenga

(p. 136). Pendant une semaine, les rues de Baguio, ville montagneuse du nord, prennent vie grâce à des chants, des danses et une grande parade florale où défilent des chars spectaculaires. ☀ **Février**

Festival de Peñafrancia

(p. 201). Les pèlerins arrivent en masse à Naga (sud-est de Luzon) pour célébrer la sainte patronne de la région de Bicol, la Vierge de Peñafrancia ; la plus grande célébration religieuse annuelle de toute l'Asie.

☀ **Septembre**

Festival de MassKara (p. 241).

Des hommes masqués entrent dans une danse frénétique à travers les rues de Bacolod, capitale du Negros occidental, lors de ce festival des "multiples visages". ☀ **Octobre**

La météo au fil des mois (Boracay)



JANVIER

Temp. max.
moyenne :
28-29°C

Jours de pluie :
24

MARS

Temp. max.
moyenne :
29-30°C

Jours de pluie :
20

MAI

Temp. max.
moyenne :
31-32°C

Jours de pluie :
15

JUILLET

Temp. max.
moyenne :
31-32°C

Jours de pluie :
15

SEPTEMBRE

Temp. max.
moyenne :
31-32°C

Jours de pluie :
15

NOVEMBRE

Temp. max.
moyenne :
30-31°C

Jours de pluie :
20

37



PAROLE D'HABITANTE

BASSE SAISON

Camille Pilar est auteure, surfeuse et fondatrice du café Clean Beach où se réunissent les surfeurs de San Juan (La Union).

@camillepilar

À La Union, la saison de surf qui coïncide avec l'*amihan* enregistre les vagues les plus régulières, mais j'ai un petit faible pour l'*habagat*.

Lorsque souffle cette brise du sud, des gauches se forment tout le long de la côte et les sessions de surf sous la pluie sont récompensées par des arcs-en-ciel au soleil couchant.

C'est dans ce genre de moment que l'on se sent en communion avec la nature !



San Juan (La Union) (p. 156)



VOYAGE EN BATEAU

Si vous prévoyez de prendre le bateau, sachez que les traversées peuvent être agitées. La période la plus venteuse coïncide avec le pic de l'*amihan* (nov.-avr). De juin à décembre, les typhons rendent les sorties en mer imprévisibles. Avril et mai sont les mois les plus calmes.



A GAUCHE : MDV EDWARDS / SHUTTERSTOCK © ;
PAGE DE DROITE : PHOTO Z/LAMY STOCK PHOTO ©

Tenues de plage, Boracay (p. 237)

AVANT DE PARTIR AUX PHILIPPINES

Nos recommandations pour bien se préparer.

Dans sa valise

Équipement Le pays est chaud et humide toute l'année. Des voyageurs préfèrent porter des vêtements en coton et lin légers et amples. D'autres optent pour des tissus synthétiques légers et compacts, qui sèchent rapidement.

En ville Les Philippins ont tendance à porter des pantalons au bureau ou dans les centres commerciaux climatisés.

À la campagne Les habitants des zones rurales évitent les vêtements peu couvrants, sauf dans les villes de bord de mer où shorts et tongs sont de mise.

À la plage Dans les stations balnéaires, emportez paire de sandales, shorts, T-shirts, débardeurs et maillot de bain (les bikinis sont parfaitement acceptés). Le nudisme n'est pas pratiqué sur les plages publiques.

Régions à majorité musulmane Dans les régions à majorité musulmane de Mindanao,

À savoir

Maîtrise de soi Ne perdez pas votre calme – autrement, les Philippins penseront que vous êtes *loco* (fou).

À table Abstenez-vous de prendre la dernière part d'un plat partagé.

Transports Face aux frustrations du voyage, gardez le sourire et adoptez la maxime du pays : *bahala na* (ce qui doit arriver arrivera).

Restaurant Les Philippins sifflent pour attirer l'attention, y compris pour appeler le serveur au restaurant. Ce n'est pas considéré comme impoli.

le code vestimentaire est plus conservateur. Évitez les tenues découvertes, en particulier si vous êtes une femme.

ÉCOUTER

Bayan Ko (Freddie Aguilar ; 1978). La version de l'icône de la scène OPM (Original Pinoy Music, rock philippin) est l'une des plus célèbres de cette chanson, symbole de l'opposition au régime de Marcos.

Rivermaya (Rivermaya ; 1994). Premier album du groupe de rock emblématique de l'OPM dont faisait alors partie la superstar Bamboo Mañalac.

Here Lies Love (David Byrne et Fatboy Slim ; 2010). Cette comédie musicale superbement produite autour du personnage d'Imelda Marcos a été reprise en 2023.

Sonder ou Solid Ground (Jireh Calo ; 2017). La chanteuse et pianiste de jazz Jireh Calo livre des influences afro-cubaines, hip-hop, folk, soul et world music.

**Noli me Tangere**

(José Rizal ; 1887).
Grand classique de la littérature philippine, ce roman engagé, censuré par les autorités espagnoles de l'époque, décrit les ravages de la colonisation sur le pays.

Tesseract

(Alex Garland ; 1999).
Un roman palpitant se déroulant dans les bas-fonds de Manille, écrit dans la lignée de *La Plage*, le roman de voyage culte d'Alex Garland publié en 1996.

Po-on

(Francisco Sionil José ; 2001).
La saga *Rosales*, dont ce livre est le premier tome, raconte l'histoire d'une famille sur un siècle, de la domination espagnole à la dictature de Ferdinand Marcos.

La Démondialisation : idées pour une nouvelle économie mondiale

(Walden Bello ; 2011).
Récompensé par le prix Nobel alternatif, le sociologue philippin Walden Bello a inventé le concept de démondialisation.

En quelques mots**Hindí et oo** "Non" et "oui".

Des mots absolument essentiels.

Magkano ? "Combien ?

Autre mot essentiel.

Salamat "Merci".**Waláng anumán** "De rien"**Magandang araw**

"Bonjour". Un salut général.

Magandang umaga

"Bonjour", à utiliser le matin. Très courant et utile.

Paalam "Au revoir"

Kumustá ? "Comment allez-vous ?" Surtout utilisé pour saluer son interlocuteur.

Mabuti "Bien". Réponse générique à la question précédente.

Kain na tayo "À table".

Également utilisé pour saluer son interlocuteur.

Anó ang pangalan mo ?

"Comment t'appelles-tu ?"

Ang pangalan ko ay...

"Je m'appelle..."

pô ajouté pour rendre plus formelle l'une des expressions précédentes – par ex. : *oo pô* ou *hindí pô*.

Walá Réponse négative et évasive signifiant plus ou moins "Ce n'est pas disponible". Par exemple : "Servez-vous du *balut* ?" "*Walá pô*".

Lang "Seulement", mais parfois aussi synonyme de "exactement".

Meron "Bien sûr !"

Antonyme et alternative positive à *walá*.

Konti lang "Juste un petit peu". Réponse polie à "En voulez-vous ?"

na Mot fourre-tout omniprésent dans les conversations courantes – par ex. : *konti na lang* ou *mabuti na*.

Kuripot "Radin". Mot d'argot d'une importance vitale pour les voyageurs.

Makulit "Insistant".

Idem.

Maganda "Beau".

Pour décrire la nature ou les gens.

Certains Philippins pratiquent le "taglish" (un mélange de tagalog et d'anglais) :

"For awhile" Une invitation à continuer d'attendre, peu importe de quoi il s'agit. Plus irritant que le bruit de la craie sur un tableau.

"CR" Abréviation du bel euphémisme "*comfort room*" (les toilettes).

"Out of stock" version taglish de *walá*.

"Slippers" tongs ou sandales.

"Ballpen" stylo bille ou juste stylo.

**VOIR**

Imelda (Ramona Diaz ; 2003). Un regard percutant sur la personnalité d'Imelda Marcos, épouse du président Ferdinand Marcos.

Serbis (Service)

(Brillante Mendoza ; 2008). Avec la grande actrice Gina Pareño (en photo). Une famille exploite un vieux cinéma et y projette des films érotiques dans la capitale philippine de la prostitution, Angeles.

Heneral Luna (Jerrold Tarog ; 2015) Une épopée fustigeant l'assassinat par les Philippins de leur plus grand général pendant la guerre avec les États-Unis.

Siargao (Paul Soriano ; 2017). Cette romance imprégnée de l'imagerie du surf a contribué à faire de Siargao l'une des grandes étapes touristiques du pays.

Third World Romance

(Dwein Baltazar ; 2023). Une petite comédie sentimentale indépendante sur la vie et l'amour dans les *barrios* de Manille.



JOEL LARSSON/SHUTTERSTOCK ©

Tubbataha Reef

PRÉPARER SON VOYAGE

PLONGÉE AUX PHILIPPINES

Que vous préfériez les eaux peu profondes des massifs coralliens ou les fonds marins plus ardues, les Philippines sont une destination de choix pour tout amateur de plongée, à condition de respecter certains principes de sécurité. Les zones sous-marines de l'archipel varient entre récifs lointains, superbes tombants, grottes et épaves, le tout peuplé d'une incroyable biodiversité.

Préparez votre excursion

CE QUE VOUS VERREZ

La diversité des espèces marines de petite et moyenne taille aux Philippines est particulièrement étonnante. Les plongeurs aguerris considèrent l'archipel comme l'un des meilleurs sites de macro (petites espèces marines) au monde. Si les grosses espèces pélagiques (vivant en haute mer) comme les requins, tortues et raies mantas

sont surtout visibles dans les pays voisins tels que Palau, la richesse et la diversité des coraux philippins restent exceptionnelles.

Hélas, ces mêmes coraux sont menacés non seulement par la pollution de l'eau, mais aussi par la pêche au cyanure ou à la dynamite, toujours largement pratiquée dans l'archipel. Le statut de zone marine protégée permet cependant d'épargner les plus beaux sites de plongée du pays.

ÉQUIPEMENT

Les centres de plongée philippins sont généralement bien équipés. Les amateurs de plongée technique trouveront leur bonheur dans les centres spécialisés, qui mettent à disposition dévidoirs, accessoires, mélanges gazeux, et, souvent, appareils à circuit fermé. Certains prestataires proposent également à la vente du matériel de marques reconnues à l'international.

CHOISIR UN CLUB DE PLONGÉE

Aux Philippines, les conditions de plongée sont parfois trompeuses. La clarté de l'eau et l'excellente visibilité peuvent désorienter et faire perdre toute notion de profondeur. Les courants jouent un rôle majeur lors de nombreuses sessions de plongée et les conditions marines comme météorologiques peuvent changer d'une minute à l'autre.

Il est fortement conseillé de plonger avec un prestataire professionnel. L'enseigne PADI indique généralement que le club se soucie sérieusement de la sécurité de ses clients. Vérifiez les procédures de sécurité et plans d'urgence de votre prestataire : transporte-t-il de l'oxygène sur le bateau de plongée et le personnel est-il formé à son utilisation ? Enfin, assurez-vous que l'équipement disponible est récent et bien entretenu, et trouvez un moniteur qui parle une langue que vous maîtrisez suffisamment.

QUALIFICATION

Tous les centres de plongée philippins exigent des plongeurs un certificat délivré par une agence de formation reconnue à l'international : il vous sera certainement demandé de le présenter. En revanche, les prestataires souhaiteront rarement consulter votre carnet de plongée pour estimer votre niveau.



Requin de récif,
Malapascua (p. 335)

WHATAFOTO/SHUTTERSTOCK ©

La plupart des croisières avec nuit à bord requièrent un certificat avancé à minima. Tous les brevets de plongée (du plus basique au niveau moniteur) peuvent être passés un peu partout dans le pays à bon prix.

PLONGÉE TECHNIQUE

La plongée technique est largement pratiquée aux Philippines où les sites d'entraînement en eau profonde ne manquent pas. Les épaves au fond des baies de Coron et de Subic promettent des expériences inoubliables, tout comme les grottes de Coron et celles proches d'El Nido.

CROISIÈRES PLONGÉE

Aux Philippines, les croisières avec nuit à bord permettent aux plongeurs de découvrir des sites plus éloignés ou d'en explorer plusieurs en une semaine. Vous pourrez choisir votre embarcation favorite entre bateaux de plongée spécialisés, yachts ou encore bateaux de pêche et *bangkas* reconvertis.

Ces safaris de plongée sont proposés au départ d'Anilao (Luzon), de Puerto Galera (Mindoro), de Palawan (nord) et à travers toutes les Visayas dont Cebu, Bohol, et le sud de Negros. Il s'agit du seul moyen d'atteindre le site de plongée phare des Philippines, le **Tubbataha Reef** dans la mer de Sulu (plongée de mi-mars à mi-juin). Attention : le risque de piraterie et d'enlèvement est très élevé dans la mer de Sulu. Renseignez-vous au préalable sur la situation sécuritaire dans la zone et voyagez avec un prestataire réputé (voir l'encadré p. 42).

De manière générale, le choix du bateau doit dépendre avant tout des mesures de sécurité mises en place, du professionnalisme de l'équipage et de l'expertise du centre plutôt que de son prix. Nous recommandons les prestataires ci-dessous.

Atlantis Azores (atlantishotel.com/py-atlantis-azores). Luxueux bateau de croisière avec mouillages à Dauin et Puerto Galera.

Discovery Palawan (discoveryfleet.com). Grand navire de croisière effectuant le trajet El Nido-Coron-Apo Reef-Batangas.

Manta Liveboards (manta.ph). Propose un confortable catamaran avec cabines au départ de Coron. Excursions vers Apo Reef et autour de Palawan, dont El Nido et Tubbataha.

Philippines Aggressor (aggressor.com). Ce navire et son jumeau, *Philippines Aggressor II* (appareillé en 2024), rallient le cœur des Visayas et Tubbataha.

Parmi les prestataires qualifiés en plongée technique, retenez Tech Asia (techasia.ph), la section technique d'Asia Divers à Puerto Galera, et PhilTech (philtech.net) à Manille.

Quand partir

On peut plonger toute l'année, mais notez que les Philippines sont affectées par la mousson du nord-est (*amihan*) de novembre à mai et par celle du sud-ouest (*habagat*) de juin à octobre.

Au pic de l'*amihan*, entre décembre et mars, la mer peut être houleuse et trouble. Elle se calme en avril, à la fin de la mousson, offrant alors une excellente visibilité.

L'*habagat* coïncide avec la saison des pluies sur la côte est, durant laquelle les averses tropicales et les typhons ne sont pas rares. Pendant cette saison, visez plutôt le cœur des Visayas, plus à l'abri des vents.



ANGELO GIANPICOLO/SHUTTERSTOCK ©

Île de Balicasag (p. 345)

Autres sites notables

Batanes (p. 173)

Pour découvrir des sites uniques et pratiquement inexplorés, rejoignez l'île la plus septentrionale de l'archipel avec Dive Batanes.

Sites de plongée

LUZON

Anilao (p. 120)

Installée au bord du détroit de Verde Island, Anilao fut la première ville de plongée des Philippines. Sombrero Island et Mainit Point (où nagent les requins) font partie des meilleurs spots locaux.

Baie de Subic (p. 125)

Cette ancienne base navale américaine compte plusieurs épaves à explorer, dont l'impressionnant USS *New York*.

MINDORO

Puerto Galera (p. 222)

Situé sur un isthme s'élançant dans le détroit de Verde Island, "PG" propose des sites d'une incroyable variété. On compte plus de 20 clubs de plongée sur ses deux plages principales, Sabang et Small La Laguna.

RISQUES ET SÉCURITÉ

Pratiquer la plongée aux Philippines n'est pas sans risque. Renseignez-vous sur les conditions de sécurité et souscrivez à une assurance adaptée avant toute plongée.

Piraterie

Des actes de piraterie et des enlèvements en mer se produisent régulièrement aux Philippines. La mer de Sulu, dans la partie sud-ouest, est particulièrement exposée à ce risque. Évitez impérativement le sud-est de Palawan (après Puerto Princesa) et le large des côtes occidentales de Mindanao. Tubbataha Reef est parfois considéré comme une exception, mais la situation peut changer à tout moment. Renseignez-vous auprès du ministère des Affaires étrangères de votre pays et des autorités locales sur la situation sécuritaire dans la région avant de partir plonger.

Accident de plongée

Les caissons de décompression sont rares dans les îles et peuvent être difficiles à rejoindre depuis les sites les plus isolés.

Île de Ticao (p. 209)

Installez-vous à Donsol pour observer les raies mantas de Manta Bowl, proche de Ticao Island (Romblon) dont les côtes sont émaillées de sites de macro.

Boracay (p. 246)

Si elle est surtout reconnue comme site d'entraînement pour les débutants, Boracay comprend toutefois quelques sites intéressants.

Apo Reef (p. 231)

À deux heures de la côte ouest de Mindoro se trouve le meilleur site de plongée des Philippines (après Tubbataha), plus fréquenté par les requins que par les plongeurs.

VISAYAS**Cebu (p. 326)**

Le spectaculaire tombant de Moalboal est tout proche de la côte. Pescador Island est entourée de tortues, et Malapascua de requins-renards. Le week-end, l'île de Mactan attire les plongeurs venus de Manille et d'ailleurs.

Bohol (p. 339)

Les eaux qui entourent les îles de Cabilao et Panglao sont riches en biodiversité, et l'île de Balicasag figure parmi les meilleurs sites de plongée de loisirs du pays.

Sud de Negros (p. 286)

Les sites des îles de Dauin et Apo sont renommés à l'international.

Sud de Leyte (p. 352)

Sur la baie de Sogod, Padre Burgos abrite des récifs qui n'ont rien à envier au reste des Visayas. On y aperçoit des requins-baleines de février à juin.

MINDANAO**Camiguin (p. 391)**

Excellentes expériences de plongée autour de Camiguin, mais Mantigue Island lui vole la vedette avec sa visibilité éblouissante et les tortues qui peuplent son récif.

Île de Samal (p. 403)

Cette île-station balnéaire proche de Davao est entourée de splendides sites sur sa côte sud-ouest, notamment autour de Talikud Island, mais aussi au nord-est avec les grottes de Ligid. Notez qu'à l'heure où nous rédigeons ces lignes, les voyages sont déconseillés sur cette île et ses environs par le ministère des Affaires étrangères français ; renseignez-vous sur les dernières recommandations de sécurité avant de vous y rendre.

PLONGÉE RESPONSABLE

Suivez ces consignes pour une expérience mémorable respectueuse de l'environnement.

- Renseignez-vous sur les lois, réglementations, et codes de l'environnement marin des Philippines. Ne nourrissez pas les poissons.
- Entraînez-vous à flotter correctement, sans toucher ou marcher sur des organismes marins ou encore traîner votre équipement sur le récif.
- Contrôlez vos palmes. Même sans toucher les organismes fragiles, le courant créé par vos mouvements peut les abîmer.
- Résistez à la tentation de ramasser ou d'acheter coraux, coquillages ou vestiges de sites sous-marins (comme les épaves).
- Emportez vos déchets – ou tout autre détritus que vous pourriez trouver – loin des sites de plongée. Le plastique est particulièrement dangereux pour la vie aquatique.
- Perturbez le moins possible les animaux marins. Ne touchez jamais les requins-baleines, ne montez jamais sur les tortues, et évitez les excursions proposant de nourrir les requins-baleines.

PALAWAN**Coron (p. 448)**

Les épaves de la marine japonaise coulées pendant la Seconde Guerre mondiale dans les environs sont incontournables pour les amateurs du genre. Les récifs coralliens sont splendides.

El Nido (p. 436)

La baie de Bacuit jouit de plusieurs sites de qualité. Sur la côte est, le *barangay* Sibaltan est une base de choix pour observer les raies mantas et explorer les récifs des îles Linapacan.

Puerto Princesa (p. 424)

La baie de Honda abrite plusieurs sites, mais Puerto Princesa est surtout le point de départ des croisières vers les récifs isolés de Tubbataha Reef, le site le plus célèbre des Philippines (voir p. 41).

Siquijor (p. 287)

Prisée des voyageurs, Siquijor compte plusieurs centres de plongée. La richesse de sa biodiversité la rend idéale pour la plongée macro, de jour comme de nuit.

Port Barton (p. 433)

Près de cette tranquille cité balnéaire de Palawan s'étend un chapelet d'îles émaillées de sites pour tous les niveaux, dont Royalist Shoal et Shark Point.

Siargao (p. 383)

L'île est plus connue des surfeurs, mais les sites de plongée de Blue Cathedral et Shark Point méritent le détour. Sur Daku, on s'adonne au surf comme à la plongée.

General Santos (p. 407)

Un spectaculaire tombant longe le rivage sur plus de 10 km. Au large de la baie de Sarangani s'ébattent de grosses espèces pélagiques.



NATALIA HANNIN/SHUTTERSTOCK ©

Poulet adobo

À TABLE!

Entre saveurs asiatiques, latines, américaines et autochtones, la cuisine philippine reflète autant l'histoire que la diversité des paysages de l'archipel.

Kain na tayo – ou “Allons manger” en tagalog, est une invitation à passer à table que vous ne cesserez d'entendre tout au long de votre voyage. Elle révèle deux aspects essentiels de la culture du pays : le sens de l'hospitalité, et l'amour de la nourriture.

Les Philippins mangent fréquemment. Au-delà des trois repas habituels, ils ont ajouté deux *meryenda*. Si le terme signifie littéralement “en-cas”, ne vous y trompez pas : celui de l'après-midi peut comprendre des mets aussi nourrissants que le *bihon* (nouilles de riz sautées) ou du *goto* (bouillie de riz) accompagnés de *bibingka* (gâteaux de riz moelleux au fromage).

À Manille, à Cebu City et dans les grandes villes de province, une nouvelle génération de chefs, restaurateurs et fermiers bio mène une véritable révolution culinaire, prônant une cuisine philippine moderne et riche en

influences internationales – un mouvement soutenu par une armée de blogueurs et d'influenceurs. Souvent saluée par la critique, la scène culinaire de Manille est des plus cosmopolites, avec ses restaurants proposant des spécialités de toute l'Asie comme d'Europe.

Réputation

La cuisine philippine n'a pas une très bonne réputation, que ce soit en Occident, où ses restaurants sont rares, ou en Asie, où l'on considère qu'elle manque d'imagination et de raffinement. Les Philippins en sont les premiers surpris, convaincus du caractère extraordinaire de leurs plats maison. Bien entendu, tout est une affaire de goût.

On reproche notamment à la cuisine philippine d'être souvent trop lourde, trop

Les essentiels

ADOBO

Porc, poulet ou autre viande marinée dans du vinaigre et de l'ail

SINIGÁNG

Bouillon aigre au tamarin avec de la viande ou des fruits de mer.

BICOL EXPRESS

Frichti de porc épicé au lait de coco et à la pâte de crevettes. Nommé d'après la ligne de train reliant Manille à la région du Bicol.

salée, et, surtout, trop sucrée. Le sucre fait en effet partie intégrante de tous les plats, des burgers de Jollibee aux mets thaïlandais préparés sur place. Mais si vous savez quoi commander, ou rencontrez un cuisinier de qualité, vous pourrez profiter de toute une palette de délices.

Us et coutumes

Aux Philippines, les repas ordinaires sont assez décontractés, sauf parmi les classes les plus aisées, parfois adeptes des dîners mondains à l'occidentale.

Le riz cuit à l'eau est au cœur de tous les repas.

Les plats sont généralement disposés dans de grandes assiettes communes au milieu de la table.

Le jus de *calamansi* (petit citron des Philippines) à la sauce soja est souvent proposé en condiment.

Les Philippines mangent avec une fourchette et une cuillère (utilisée pour couper les aliments). Souvent petites et très fines, les serviettes de table peuvent être difficiles à utiliser pour certains voyageurs.

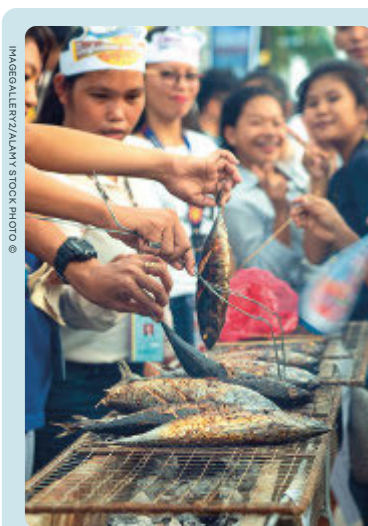
“For awhile” est une expression utilisée un peu partout. Au restaurant, elle peut signifier que votre repas est presque prêt... ou qu'il vous reste des heures d'attente !

Comme le nom l'indique

Les noms des plats indiquent souvent leur mode de cuisson – retenez que l'*adobo* implique une marinade au vinaigre et à l'ail, que le *sinigang* est une soupe aigre, et que *ginataán* signifie cuit au lait de coco.

Les *kilawin* ou *kinilaw* sont des fruits de mer crus ou vinaigrés, le *pangat* contient des tomates cuites dans un bouillon léger, et l'*inawhaw* est une viande ou un poisson grillé (*ihaw-ihaw* désigne les restaurants spécialisés dans les grillades).

Le très populaire “*boodle fight*” est un banquet commun servi sur des feuilles de bananier et mangé avec les mains.



Fête du Thon

ÉVÉNEMENTS CULINAIRES

Lanzones Festival (p. 393 ; octobre). Pour célébrer ce petit fruit jaune, emblématique de Camiguin, les festivités durent une semaine entière, avec dégustations de *lanzones* frais et spécialités locales.

Manggahan Sa Guimaras Fiesta (Fête des Mangues ; avril-mai). L'île de Guimaras produirait les mangues les plus sucrées du pays ; elle les met à l'honneur avec un grand défilé, mais aussi un concours du plus gros mangeur de mangues.

Fête du Thon (p. 407 ; septembre). General Santos célèbre le roi du poisson en conserve avec un festival comprenant un concours de déguisements, un défilé de chars en forme de poissons et une nuit du sashimi.

Fête de la Bière de Manille (octobre). Les brasseurs artisanaux de tout l'archipel viennent présenter leurs dernières créations à Ortigas – c'est l'occasion de découvrir les nouvelles tendances des bières manillaises.

KALDERETA

Ragoût de bœuf, tomates et pommes de terre. Le nom vient de l'espagnol “caldero” (chaudron).

KARE-KARE

Ragoût de queue de bœuf et de légumes cuits dans une sauce à la cacahuète.

KINILAW

Ceviche à la philippine, encore meilleur avec du *tanguigue* (maquereau).

LECHÓN

Cochon de lait farci d'herbes (tamarin, citronnelle, ail, ciboulette...) et rôti à la broche.

TAPSILOG

Petit déjeuner philippin à base de riz frit à l'ail, de bœuf salé mariné et d'œufs au plat.

Spécialités locales

Pour les plus audacieux

Balút Un œuf de cane bouilli contenant un embryon partiellement développé, parfois pourvu de petites plumes, à gober. Aussi appelé "œuf en jambes".

Nid de fourmis à la vapeur

Une spécialité de certaines régions de plus en plus difficile à trouver.

Camaro Crique frite, avec du sel, du vinaigre et de la sauce soja ; populaire dans la capitale gastronomique, Pampanga (Luzon).

Dinuguan Épais ragoût de viandes et de sang de porc.

Aso ou asusena

Viande de chien. Nous ne la recommandons pas, mais elle est populaire dans la cordillère du nord de Luzon (tout comme la "soupe n°5" aux testicules de taureau).

Lambanog Pour trouver le courage de tester les spécialités susnommées, avalez quelques shots de cette liqueur de noix de coco.



Halo-halo

Petits plaisirs

Pansit Nouilles sautées avec des légumes et plusieurs viandes (notamment du foie), servies à chaque anniversaire ou autres festivités.

Halo-halo Ce dessert philippin fait de glace pilée et de lait concentré porte bien son nom ("mélange-mélange").

Sisig Un classique des bars philippins à base de joue de porc hachée et grillée. Cousin du *bopis* (sauté épicé de poumon et de cœur de porc hachés).

Bulalo Une soupe de bœuf et de moelle aussi riche que réconfortante.

Fruits exotiques Stands et marchés de rue proposent mangoustans, ramboutans, durians, jacks et longanes.



TABLES D'EXCEPTION

Antonio's (p. 116).

Le meilleur restaurant du pays vaut largement le déplacement de Manille à Tagaytay.

Van Gogh is Bipolar (p. 93).

Découvrez les créations réjouissantes du restaurant le plus original de Manille.

Cafe by the Ruins (p. 140). Spécialités exotiques de la cordillère, au nord de Luzon.

Baybay Beach (p. 258).

Un chapelet d'excellents restaurants et stands de produits de la mer à Roxas.

Adamo (p. 283). La cuisine philippine sublimée, dont un fantastique *pansit* de poitrine de porc fumée. À Dumaguete.

Angelina (p. 338). Un petit coin d'Italie sur une plage isolée des Visayas.

Kalui (p. 426). Délicieux produits de la mer dans un décor bariolé à Puerto Princesa (Palawan).

SPÉCIALITÉS RÉGIONALES



NORD DE LUZON

Le *pinakbet* (ragoût de légumes ; photo) et le *bagnet* (jarret de porc frit) sont tous deux originaires d'Ilocos. Plus au nord, dans les îles Batanes, découvrez l'*uvud* (bananes au hachis et sang de porc), les *vunes* (tiges de taro frites) et le crabe de cocotier.



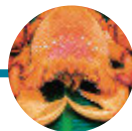
BICOL

Le lait de coco et les piments rouges du *Bicol Express* (p. 195) rappellent les cuisines malaisienne, indonésienne et thaïlandaise. Pour faire du *pinangat*, on farcit de viande les feuilles de *gabi* (taro) vert ; pour le *laing* (photo), on les coupe en morceaux.



NEGROS OCCIDENTAL

Cuisse de poulet grillée ou rôtie, marinée dans un mélange de citronnelle, d'*achiote* (roucou), de *calamansi* (lime philippin) et d'ail, l'*inasal* (photo) est devenu un plat national, particulièrement associé à Bacolod.



MINDANAO

Le nord de Mindanao est réputé pour son *kinilaw* (ceviche) au *tabon-tabon* (fruit endémique). À Zamboanga, on mange le *curacha* (crabe grenouille vapeur) en sauce *alavar* (pâte de crabe et lait de coco) et le *knickerbocker*, dessert glacé similaire au *halo-halo*.



Femmes ati (p. 245)

ENVIE DE...

Partir à la rencontre des peuples autochtones

Si vous décidez de partir à la rencontre de l'un des nombreux peuples autochtones des Philippines, sachez que cela constituera assurément l'un des temps forts de votre voyage. Ces communautés vivent essentiellement dans les montagnes du nord de Luzon et sur Mindanao, parmi lesquelles on recense treize groupes moros (majoritairement musulmans) ainsi qu'une dizaine d'autres, dont des tribus nomades de la mer, sur la péninsule de Zamboanga (p. 408) et dans l'archipel des Sulu. Certains peuples, comme les Ifugao, ont donné leur nom à la province qu'ils habitent. Chacun a sa langue, ses croyances et sa culture, qui s'expriment notamment dans les motifs de leurs tissus (p. 495). Si la plupart ont adopté un style de vie plus ou moins moderne, certaines communautés ont conservé leur mode de vie traditionnel, centré sur l'agriculture et les rites ancestraux. Les tribus les moins assimilées à la société philippine actuelle – et donc, les plus marginalisées – sont les Négritos (premiers occupants de l'archipel), au sein desquels on distingue les Aeta (p. 126), les Mangyan (p. 228) et les Ati (p. 245).

Les bons réflexes

Rendre visite aux peuples de la cordillère centrale est une expérience formidable, à condition de respecter leur culture. Les signes ostensibles de richesse sont à proscrire et, s'il est recommandé de se présenter avec des cadeaux, ces derniers doivent être modestes : allumettes et petites bouteilles de *ginebra* (gin local) connaissent généralement un franc succès. Avant de photographier qui que ce soit, demandez la permission et, en cas de refus, n'insistez pas. Certaines personnes se méfient, par superstition, des appareils photo ou pourraient mal interpréter vos intentions. De manière générale, il suffit d'être courtois et respectueux pour que tout se passe pour le mieux.

Fêtes et cérémonies

Tâchez de visiter ces villages un jour où ont lieu des festivités locales pour assister à des défilés en costume traditionnel et à des performances athlétiques et musicales entre deux festins. Renseignez-vous aussi sur les dates des cérémonies rituelles annuelles (*cañao*, nord de Luzon), qui tombent généralement au moment des récoltes, ainsi qu'au début ou à la fin de la saison des pluies. Ces célébrations, plus sobres et rythmées par les gongs, sont dirigées par un chaman qui préside au sacrifice d'animaux. Si vous séjournez assez longtemps dans un village, vous serez peut-être invité à un baptême, à des obsèques ou à un mariage (n'oubliez pas d'apporter des cadeaux !).

PAS D'IMPAIRS

Quelques conseils pour ne pas faire d'impairs lors de votre visite :

- Évitez les tenues trop dénudées.
- Engager un guide local, au fait des tabous et des coutumes à respecter, est indispensable pour éviter les malentendus.
- Ne cherchez pas à photographier les villageois dès votre arrivée ; prenez le temps de faire connaissance avec eux.
- Les cadeaux de valeur modérée sont encouragés. Gardez à l'esprit que le but n'est pas de favoriser la mendicité.
- Buvez une gorgée d'alcool de riz si l'on vous en offre, surtout durant un *cañao* (cérémonie rituelle).
- Gardez à l'esprit que les sacrifices d'animaux constituent une tradition séculaire, indissociable du *cañao*.



JOSEPH ORIOPEL/SHUTTERSTOCK ©

Mont Pulag (p. 166)

ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

L'archipel offre un éventail varié d'aventures en extérieur capables de faire grimper l'adrénaline des plus accros aux sensations fortes.

Découvrir les Philippines ne se résume pas à trouver une plage isolée où poser sa serviette. Randonner dans les montagnes du nord de Luzon, s'envoler en kitesurf à Boracay ou explorer le réseau de grottes de Samar... Voilà quelques exemples des options qui s'offrent à vous ! Le surf est une activité de plus en plus populaire dans l'archipel (p. 22) tandis que les plongeurs sont conquis depuis bien longtemps par les charmes sous-marins du pays (p. 40).

Kayak de mer

Les Philippines possèdent des milliers de kilomètres de côtes sauvages. Découvrez-les à bord d'un kayak de mer. Des circuits de plusieurs jours ou semaines sont organisés. Au programme : baies sublimes et bivouac sur des îlots reculés. Vous pouvez aussi partir en autonomie et trouver un petit coin de sable rien qu'à vous.

Le nord de Palawan est le meilleur spot pour partir en excursion. La baie de Coron (p. 448) est parsemée d'îles idylliques où vous pourrez facilement camper une nuit. C'est l'option idéale si vous souhaitez passer une semaine ou plus à pagayer autour des îles, pêcher pour vous nourrir et vous prélasser à l'abri des regards. À El Nido (p. 436), il est possible de louer des kayaks partout et vous atteindrez aisément des plages désertes sur des îles du large.

Le détroit de Cebu tire aussi son épingle du jeu. Des expéditions sont organisées à partir de l'île de Mactan (p. 320) où les cétacés viendront peut-être vous faire un petit coucou au large des îles de Hilutungan et Olango. À Bohol, les prestataires proposent des combos kayak en rivière et en mer. Vous pouvez aussi vous débrouiller seul depuis les plages de Panglao.

**Sensations
fortes**

RAFTING

Profitez toute l'année des eaux vives de la **rivière Cagayan de Oro** (p. 397) ou de celle de **Davao** (p. 404), toutes deux à Mindanao.

WAKEBOARD

Le **Camsur Watersports Complex** (p. 203) à Naga et le **Decawake Clark Cable Park** (p. 123) sont deux **cable parks** parmi les plus sensationnels.

PADDLE

Glissez sur les eaux calmes du **lagon de Sugba** (p. 387) près de Siargao ou naviguez sur la belle **rivière Loboc** (p. 347) à Bohol.