

IVDS

LES VOYAGES DE SOPHIE

POLYNÉSIE AUTHENTIQUE

Le paradis terrestre

DU 27 MAI AU 8 JUIN 2028



L'ART DE VOYAGER À LA FRANÇAISE

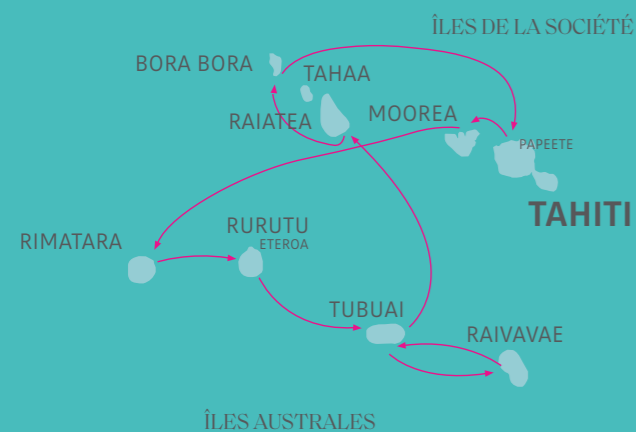
LES ÎLES AUSTRALES : la Polynésie à l'état pur

PAPEETE • PAPEETE

Croisière de 13 jours / 12 nuits
du 27 mai au 8 juin 2028

À bord de l'Aranoa

À partir de 8 890€/pers



*« Le paradis existe,
c'est une île de l'autre
côté de la terre »*

Louis-Antoine de Bougainville

Avec ses cinq îles principales (Rimatara, Rurutu, Tubuai, Raivavae et Rapa), les îles Australes de Polynésie forment un archipel un peu à l'écart, situé au sud de Tahiti. Moins fréquentées que les îles de la Société, elles se distinguent par leurs paysages verdoyants et leur climat plus doux. Falaises volcaniques battues par l'océan, grottes calcaires et cavités marines, plateaux fertiles et vallées agricoles où poussent le taro, l'igname et la banane : le décor sauvage est encore très préservé. Certaines îles, comme Raivavae, possèdent même un lagon aux eaux turquoise ceinturé de son motu, un cordon de sable bas sur l'eau, couvert de cocotiers et d'arbustes contrastant avec les montagnes abruptes et dentelées. À l'écart du tourisme de masse, les Australes sont encore largement préservées et chacune d'elle a conservé son histoire, son identité propre. Les traditions, l'artisanat, la vie communautaire constituent toujours un patrimoine culturel vivant. L'ensemble crée une atmosphère hors du temps, où l'océan, la terre et le ciel semblent se rapprocher pour révéler une Polynésie brute et authentique, loin des images de cartes postales.



Louis-Antoine de Bougainville, la naissance du mythe polynésien

Quand il part pour son tour du monde, Louis-Antoine de Bougainville est un savant et un officier expérimenté de 38 ans. Au Canada, pendant la guerre de Sept ans, il a acquis l'expérience du commandement et de la logistique pour les opérations lointaines. Le roi Louis XVI va donc lui confier deux navires, *l'Étoile* et *La Boudouse*, pour mener la première mission française de circumnavigation.

En avril 1768, lorsqu'il accoste à Tahiti après la traversée du Pacifique, Bougainville et ses hommes découvrent une île fertile où les fruits, les fleurs et les plantes alimentaires (arbre à pain, cocotier, taro, patate douce...) poussent en abondance. La douceur et la liberté apparentes des mœurs contribuent aussi à donner aux équipages l'impression qu'ils ont atteint le paradis terrestre. Une terre où les habitants vivent en harmonie avec la nature, où la propriété privée semble inexistante et où les relations amoureuses sont libres et sans jalousie. Pour les Européens soumis à des règles morales, sociales et religieuses très rigides, c'est une révolution culturelle. Celle-ci semble accréditer le mythe du « bon sauvage » si répandu parmi les hommes du Siècle des Lumières.

Au terme d'une escale de neuf jours seulement, Bougainville quitte Tahiti avec une image émerveillée de l'île, qu'il décrit comme un nouvel Éden. Les récits qui seront rapportés, notamment *Le Voyage autour du Monde* (1771) vont idéaliser l'archipel polynésien. Le mythe est en marche, la machine à rêves va traverser les siècles pour venir jusqu'à nous.



Jour 1

PAPEETE ET MOOREA

Proche de l'île de Tahiti d'où son surnom d'île sœur, Moorea fait partie des îles de la Société. Cette destination unique est réputée pour ses deux baies voisines et très instagrammables, la baie de Cook et la baie d'Opunohu séparées par le mont Rotui. Avec ses reliefs abrupts, ses pics volcaniques et ses montagnes verdoyantes, l'île est entourée d'un lagon aux plages de rêve, bordées de sable blanc. Dans l'eau, les massifs coralliens forment de véritables jardins où évoluent les poissons tropicaux, les raies et parfois les tortues.



Le tiaré tahiti, la fleur symbole de la Polynésie

Improprement appelée fleur de tiaré, le tiaré tahiti est la fleur emblématique de la Polynésie française. Réputée pour son parfum puissant qui évoque le jasmin, elle est cultivée sur de nombreuses îles et occupe une place centrale dans la culture et les traditions locales. Autrefois largement utilisée dans la pharmacopée polynésienne, comme analgésique léger ou anti-inflammatoire, la fleur était utilisée dans de nombreuses préparations pour le traitement des maux de tête, des piqûres d'insectes ou de certaines formes d'eczéma. La fleur de tiaré tahiti était un médicament traditionnel qui poussait dans les jardins polynésiens, où son arbuste est aussi incontournable que le cocotier ou le bananier.

Aujourd'hui, les Polynésiens l'utilisent pour fabriquer des colliers de fleurs (*lei* ou *hei*), pour parfumer le corps ou les cheveux et lors de cérémonies religieuses et festives où elle est utilisée comme ornement. Elle symbolise la beauté, l'accueil et l'hospitalité.

Le tiaré tahiti a aussi une valeur pratique : ses pétales et son huile sont utilisés dans les cosmétiques naturels, notamment dans le célèbre *monoï*, une huile parfumée produite à partir des fleurs macérées dans l'huile de coprah (huile de coco). Avec ses propriétés remarquablement émollientes, riche en acides gras saturés, le *monoï* est utilisé pour l'hydratation de la peau et des cheveux.

Porter une fleur de tiaré derrière l'oreille a aussi une signification : derrière l'oreille gauche, elle indique que la personne ne cherche pas de compagnie ; derrière l'oreille droite, qu'elle est libre. Enfin, si la fleur est orientée vers l'arrière cela signifie que la personne est disponible immédiatement...



Archipel des Australes - Jour 3

RIMATARA L'île de la perruche bicolore

L'*Aranoa* débarquera au quai de Taanini. Petit plateau volcanique de forme circulaire, Rimatara, la dernière île de l'archipel à avoir été découverte au XIX^e siècle par le capitaine Samuel Pinder Henry, a conservé ses vieilles traditions, y compris son propre dialecte. Elle abrite un oiseau endémique, l'étonnant et coloré lori de Kuhl (du nom de l'ornithologue allemand Heinrich Kuhl), à l'aire de répartition si limitée qu'on ne trouve cette perruche bicolore qu'à Rimatara et dans les îles Cook.

Après avoir traversé une fumée de purification, une ancienne tradition pour souhaiter la bienvenue, vous partirez à la découverte des villages principaux en bus. Dans l'ancien cimetière

d'Amaru, face à la mer, repose toute la lignée des rois et des reines qui ont dirigé l'île de Rimatara. Une ancienne légende rapporte qu'il ne faut jamais faire des grimaces devant une tombe royale, sous peine de rester défiguré pour le restant de ses jours. Les eaux cristallines de la plage de Motuaura invitent à la plongée et à la découverte avec masque et tuba. Couverte de taro dières et d'arbres fruitiers, Rimatara est un jardin fleuri possédant également une source d'eau douce. L'observation de la perruche bicolore et l'excursion *au nombril de Rimatara* seront proposées en activités optionnelles.



RURUTU L'île septentrionale des Australes

Rurutu est réputée dans toute la Polynésie pour la qualité exceptionnelle de ses objets de vannerie, chapeaux, sacs et paniers ou tapis magnifiques en feuilles de *pandanus* et autres matériaux naturels. Après un déjeuner à bord, vous débarquerez en barges, depuis le mouillage au large de Rurutu, sur le quai de Moerai. Vous profiterez d'un temps libre dans le paisible village de Moerai.

Le deuxième jour, un accueil fleuri accompagné de chants et rythmes polynésiens vous attendra. Vous monterez à bord des trucks pour visiter les merveilles de l'île. Des falaises basaltiques et calcaires parsemées de grottes où vivaient autrefois les insulaires, une jungle tropicale

luxuriante, des plages de sable blanc et de magnifiques baies offrent des panoramas spectaculaires. Vous verrez comme le sol fertile et le climat plus frais de l'île conviennent à la culture du café et du taro. Un repas traditionnel typique de Rurutu sera servi chez le maire avec l'ouverture du *umu'ai*, le four creusé dans le sol pour cuire à l'étouffée.

Après le déjeuner vous profiterez de la plage de sable blanc de Vitaria.



Les danses polynésiennes, un héritage vivant

Au cœur de l'océan, les danses polynésiennes sont bien plus qu'un divertissement pour les visiteurs : elles représentent l'âme et l'histoire des îles du Pacifique. Héritées de traditions ancestrales, elles servaient autrefois à raconter des légendes, célébrer les dieux, marquer les grands événements et transmettre la mémoire des anciens. Après une période de déclin au XIX^e siècle, elles ont retrouvé toute leur vitalité grâce à un fort mouvement de renaissance culturelle.

Chaque archipel possède sa propre identité chorégraphique : le *'ori tahiti*, dynamique et percussif ; le *hula* d'Hawaï, tout en douceur et en poésie ; le *siva* samoan, élégant et fluide ; ou encore le puissant *haka* maori, symbole de force et d'unité. Ces danses, accompagnées de chants et de percussions

traditionnelles, créent une expérience chaleureuse et immersive.

Les costumes, conçus à partir de fibres végétales, de fleurs, de plumes ou de tapa (tissu traditionnel polynésien fabriqué à partir de l'écorce intérieure de certains arbres), reflètent le lien profond avec la nature et ajoutent couleur et mouvement aux chorégraphies.

Aujourd'hui, les danses polynésiennes sont au cœur des festivals, des spectacles et des événements culturels. Elles offrent aux visiteurs comme aux habitants un aperçu authentique d'une culture vivante, généreuse et profondément attachée à ses traditions.



Les révoltés du Bounty et l'île de Tubuai

En avril 1789, après l'escale de Tahiti, la frégate *Bounty*, de la marine royale britannique, entre dans l'histoire lorsque plusieurs membres d'équipage se mutinent contre le tyrannique capitaine William Bligh. Conduits par Fletcher Christian, ces hommes qui se sont rendus maîtres du navire fuient la Royal Navy et cherchent un lieu isolé où se cacher pour échapper aux représailles.

C'est ainsi qu'ils découvrent l'île de Tubuai, dans l'archipel des Australes. Séduits par son isolement, les mutins tentent d'y fonder une colonie et construisent un petit fort, espérant vivre à l'abri du monde extérieur. Mais les relations avec les

habitants se détériorent rapidement. Méfiance, incompréhensions culturelles et affrontements violents rendent leur établissement impossible. Après quelques mois seulement, les marins révoltés abandonnent l'île et quittent Tubuai pour toujours.

Cet épisode fait de Tubuai le premier refuge des mutins du *Bounty*, un site clé mais souvent méconnu de leur incroyable odyssee à travers le Pacifique. Elle se terminera quelques mois plus tard à l'île Pitcairn où le navire sera brûlé et coulé pour disparaître sans laisser de traces.



Archipel des Australes - Jours 6 et 9

TUBUAI L'île de l'artisanat polynésien

Tubuai est l'île la plus peuplée des Australes. On dit que son lagon est le plus beau de Tahiti et ses îles. Arrivés en barges au débarcadère de la baie Sanglante, vous serez accueillis, couronne de fleurs au cou, au son du ukulele. Le sol fertile et le climat plus frais de l'île conviennent parfaitement à la culture des plantes potagères : chou, laitue, pommes de terre... Parmi les activités de la journée, vous ne manquerez pas la visite des sites culturels de l'île en truck, comme le *marae* de Vaitauarii. Autrefois lieu sacré traditionnel, le *marae* est un espace à ciel ouvert où se déroulaient les rituels et où étaient prises les

décisions qui concernaient la communauté tout entière. Témoins de l'histoire régionale, les *marae* sont aujourd'hui très respectés.

Le repas sera servi à la mairie, sous son grand chapiteau. Des artisans de l'île seront sur place, profitez-en pour aller voir leur créations.

En option d'autres excursions seront possibles comme le tour de l'île en 4x4 et la découverte en bateau de plusieurs îlots qui cernent le lagon.

RAIVAVAE L'île aux lagons

Il se murmure qu'on retrouve à Raivavae le Bora Bora d'avant le grand tourisme, avec ses nombreux îlots (*motu*) qui forment un chapelet autour de l'île. Joyau préservé par ses habitants, Raivavae est un véritable jardin d'Eden dont les visiteurs ne peuvent manquer de tomber sous le charme. L'*Aranoa* au mouillage, vous débarquerez en barges sur le quai du village de Rairua où vous serez accueillis, couronne de fleurs au cou, au son des chants et des percussions. La balade en bus fait le tour de l'île. Ne manquez pas de rendre visite au Tiki souriant et aux sites de réunions communautaires (*marae*) disséminés autour de l'île. Bien sûr, un buffet typique de Raivavae sera servi à Rairua. Les habitants vous feront déguster du bœuf, la spécialité de l'île.

Vous pourrez profiter du temps qu'il reste pour vous promener dans le village.

Le deuxième jour, les marcheurs partiront à la découverte de la pointe de Heirani pendant que les autres profiteront de temps libre au village pour découvrir l'artisanat de l'île. Les *pupu*, colliers de coquillages confectionnés avec des porcelaines, des cauris, ou des turrnelles percés à la main. Chaque collier est unique, ceux de Raivavae sont réputés pour leur finesse, leur densité et leur élégance.

La découverte de l'îlot Vaiamanu, appelé plus communément le Motu Piscine, ainsi que l'excursion au Jardin de Corail vous seront proposées en activités optionnelles.



La cuisine polynésienne : produits frais et saveurs authentiques

La gastronomie des îles Australes reflète la richesse et la variété de la nature polynésienne, et le savoir-faire ancestral de leurs habitants. Cette cuisine repose sur des produits frais, locaux et souvent cultivés ou pêchés sur place : poissons, crustacés, fruits tropicaux, racines, comme le taro ou l'igname et légumes de saison.

Les plats des îles sont simples mais savoureux, préparés avec des techniques traditionnelles comme la cuisson au four en terre (*ahima'a*), qui donne aux plats une saveur fumée unique. Pour les grandes occasions on fait parfois cuire les aliments dans l'*umutui*. Il s'agit d'un four creusé dans le sol dont le fond est tapissé de pierres volcaniques chauffées. On pose les aliments dessus, on recouvre de feuilles de bananier puis de terre et cette cuisson à l'étouffée peut prendre plusieurs heures.

Dans les îles Australes la viande de porc et la volaille tiennent une place importante mais le poisson est aussi présent. Il est souvent préparé en *ceviche* avec des sauces parfumées au lait de coco et aux herbes. Les fruits tropicaux, comme l'ananas, la banane ou la papaye, terminent les repas comme un dessert et se dégustent frais, au naturel.

Les spécialités locales sont partagées au cours de repas copieux liés aux festivités et aux cérémonies. C'est un moment social qui incarne l'accueil, l'échange et la convivialité, des valeurs essentielles dans la culture polynésienne. Aujourd'hui, la cuisine des Australes plaît autant aux habitants qu'aux visiteurs par sa simplicité, sa fraîcheur et ses saveurs authentiques, offrant un véritable voyage culinaire au cœur du Pacifique.



Archipel de la Société - Jour 11

RAIATEA L'île sacrée

Raiatea, autrefois appelé *Havai'i*, est considérée comme le berceau de la civilisation polynésienne. C'est la première île à avoir été peuplée par des marins et des navigateurs venus de l'Est. C'est d'ici que sont parties toutes les vagues migratoires vers les trois points du triangle polynésien : la Nouvelle-Zélande, Hawaii et l'île de Pâques. L'*Aranoa* accostera à quai et vous serez accueillis, aux sons puissants des *to'ere*, des tambours de bois massifs. Des bus vous attendront pour visiter le plus spectaculaire temple à ciel ouvert de toute l'aire polynésienne. Taputapuatea, vieux de 1000 ans, est un *marae* désormais classé au

patrimoine mondial de l'UNESCO. Il est considéré comme le centre religieux et spirituel de toute la Polynésie.

La visite de la rivière de Faaroa à bord d'une pirogue pour découvrir des plantes endémiques et la flore de l'île, la plongée accompagnée et le tour de l'île de Tahaa seront proposées en activités optionnelles.

Le déjeuner sera servi à bord et vous profiterez de votre après-midi pour visiter Raiatea à votre convenance.

Archipel de la Société - Jour 12

BORA BORA La perle de Tahiti

Les bleus et les verts opalescents du lagon de Bora Bora vous feront aussitôt comprendre pourquoi cette île est si célèbre dans le monde entier. Ici, tout ou presque est photogénique et cette image condense le rêve polynésien à elle toute seule. Vous serez accueillis par le majestueux mont Otemanu, le plus haut sommet de l'île. Dans ce paradis insulaire, vous pourrez profiter d'une journée à la plage et d'un barbecue sur le *motu* Tapu, un îlot privé entouré d'eaux cristallines.

L'offre de loisirs est très vaste et vous pourrez également choisir parmi les activités optionnelles plongée sous-marine, tour du lagon en bateau et en pirogue, baignade avec les requins et les raies... Bora Bora était un avant-poste américain pendant la seconde guerre mondiale et il en reste quelques souvenirs comme des canons et des bunkers que l'on peut voir en cours de route.

Départ en soirée pour Papeete.

Au bout du monde, retrouvez tous
les agréments des Voyages de Sophie,
à commencer par
la signature gastronomique

MICHEL ROTH

Premier prix Auguste Escoffier 1986
Bocuse d'or 1991
Meilleur Ouvrier de France 1997
Étoile Michelin au restaurant Bayview
(hôtel Président Wilson à Genève) 2013
18/20 au Guide Gault&Millau 2016

Michel Roth a pris la direction des cuisines de l'hôtel *Président-Wilson*, à Genève où il a obtenu une étoile. Un des chefs les plus récompensés de France il déploie aujourd'hui son savoir-faire dans plusieurs établissements qui portent son nom, comme les cartes de la première classe et de la classe affaires de la compagnie Air France.

Modeste et accessible, Michel nous fait vivre à bord d'intenses moments de partage, à table et au-delà.

Sa philosophie est, comme il l'expliquait au quotidien *l'Humanité* en 2014 : « *La cuisine, c'est une chaîne de passions, du produit à l'assiette. Quand les gens dégustent le plat et ressentent quelque chose de plus, on a gagné. Il faut parvenir à faire ressentir le produit, tout le travail qu'on a mis dans le plat. On dit souvent que la cuisine est éphémère mais quand le souvenir d'un plat reste gravé dans la mémoire, c'est pour nous un grand plaisir* ».

Au cours des années où nous avons travaillé avec *Les Voyages de Sophie*, beaucoup de mets, de moments sont restés gravés dans nos mémoires. C'est ce que nous allons continuer de faire lors des croisières à venir.



**PHILIPPE
RIGOLLOT**

Champion du Monde de pâtisserie 2005
Meilleur Ouvrier de France 2007

Pâtissier de notre Brigade depuis 2014, Philippe a un goût particulier pour les fruits de saison et son dessert signature est la spectaculaire tarte *Mr. Smith* à la pomme Granny. Philippe travaille des pâtisseries aux textures fines et variées et l'équilibre est toujours parfait entre le respect des saveurs et l'apport en sucre. Quant à la présentation, c'est du grand art à chaque fois !



**JEAN-YVES
LEURANGUER**

Meilleur Ouvrier de France 1996
Étoile Michelin au *Fouquet's*

Chef de palaces (*Le Martinez*, *le Fouquet's*, *Le Diane*, *le Palace*), Jean-Yves est d'origine bretonne. À ce titre, il a une connivence particulière pour les poissons et les fruits de mer, qu'ils viennent de l'océan ou de la Méditerranée. L'Italie et l'Asie sont aussi des sources d'inspiration pour sa créativité. Son credo : les bons produits mis en valeur par la préparation qui les respecte et la juste cuisson qui les épanouit.



**FRANÇOIS
ADAMSKI**

Meilleur Ouvrier de France 2007
Bocuse d'Or

François est une exception dans le monde de la Gastronomie. Avec Michel Roth, il est le seul Chef en activité à la fois Meilleur ouvrier de France et Bocuse d'Or. Chef exécutif du groupe Servair, leader de la restauration aérienne, il conçoit en 2021 les plats pour accompagner le voyage de Thomas Pesquet dans l'espace.





Votre navire *L'Aranoa*

Le nouveau cargo-mixte de passagers et de fret,
au cœur de la Polynésie

Depuis plus de 35 ans, la Compagnie Aranui incarne l'âme maritime de la Polynésie française. Unique compagnie polynésienne dans son secteur, Aranui est avant tout une histoire de famille, de passion et de transmission.

Née de la volonté de relier les îles les plus isolées aux grands centres de Tahiti, elle a su conjuguer mission essentielle de transport de marchandises et accueil de voyageurs en quête d'authenticité. Fidèle à ses racines, détenue et dirigée par la même famille depuis plus de trois décennies, la compagnie perpétue des valeurs de proximité, d'engagement et de respect des cultures locales. Naviguer avec Aranui, c'est vivre une expérience profondément humaine, au rythme du Pacifique et au cœur des traditions polynésiennes.

À l'instar de l'*Aranui V* qui continuera de desservir les Marquises, le navire *Aranoa* sera également un cargo mixte de passagers et de fret, doté des dernières technologies pour limiter son impact environnemental. Ce modèle unique de tourisme inclusif, qui fait le succès de la compagnie depuis 40 ans, est particulièrement adapté au territoire insulaire de la Polynésie française.

Ce projet aidera à développer cet archipel des îles Australes en offrant de nouveaux débouchés économiques, en favorisant les échanges entre les îles et en promouvant ses paysages hauts en couleurs et sa riche culture !



LVD S

LES VOYAGES DE SOPHIE

04 91 37 80 29
www.lesvoyagesdesophie.com

*Prix à partir de, - tarif par personne, base occupation double, hors pré et post acheminement et hors excursions. Crédits Photo - @LVD S, @Aranui Cruise, @AdobeStock, @Shutterstock.

LVD S - 51 rue Pierre Dupré - 13008 Marseille - Société au capital de 10 000€ - RCS Marseille 821 275 963 - Garantie Groupama RCP HISCOX Contrat HAPR0146470. Photos non contractuelles. Crédits Photo : @AmaWaterway, @AdobeStock.