

Quelques conseils pour l'appartement

Bienvenue dans notre charmant Duplex, voici quelques conseils qui vous seront bien utiles pour votre séjour.

Le jardin est clôturé et fermé avec un portail coulissant, merci de le fermer à clé quand vous partez pour éviter les vols.

A l'intérieur une place de parking est disponible pour votre véhicule.

A l'extérieur

Une douche extérieure pour le retour de la plage et plus si affinités.

Un abri dans lequel vous trouverez les trottinettes ainsi que le BBQ et les fils pour étendre le linge. Merci de les nettoyer et de les ranger après chaque utilisation. L'air marin donne un charme incontournable à toutes les pièces métalliques, pas besoin d'en rajouter.

A l'intérieur

Dans la salle de bain, vous trouverez une machine à laver le linge. La porte de la machine à laver le linge est un peu capricieuse, si la machine ne démarre pas taper un coup sur le hublot pour bien le fermer. Pour l'ouvrir soulever le un peu vers le haut.

Un sèche cheveux dans le tiroir sous le lavabo.

La grande chambre est équipée d'une télévision câblée.

Dans la cuisine une machine à café avec dosette Nespresso , si vous utilisez des dosettes d'une autre marque, vérifiez avant de fermer que la dosette précédente est bien tombée.

Une bouilloire, un grille pain, un four à micro-ondes, une cuisinière électrique, un réfrigérateur.

Vous trouverez dans la penderie de la petite chambre un fer et une table à repasser.

L'appartement est non fumeur. Si vous êtes fumeur, vous pouvez fumer à l'extérieur terrasse et jardin.

Merci de ne pas laisser trainer vos mégots.

Enfants

L'appartement peut être équipé pour les jeunes enfants : barrières de sécurité haut et bas pour l'escalier, 2 lits parapluies, Si vous en avez besoin n'hésitez pas à les demander, de même si vous recherchez une baby-sitter.

Ordures ménagères

Les ordures ménagères sont ramassées deux fois par semaine, dans la nuit de dimanche à lundi et dans la nuit de mercredi à jeudi.

Un conteneur à ordures se trouve dans le jardin, vous pouvez y déposer vos sac à ordures et le sortir le soir de ramassage.

Pour le tri sélectif, vous trouverez des bacs de récupération un peu partout sur la commune (il y en a un à la plage des dauphins).

La climatisation

La climatisation est prévue pour les chambres, fermer les fenêtres et les portes lorsque vous les utilisez.

Merci de privilégier les heures creuses (22h/6h), veuillez à bien les éteindre lorsque vous vous absentez.

Eau chaude

L'eau chaude que vous avez dans l'appartement vient d'un chauffe-eau solaire ce qui explique qu'il faut attendre un peu avant que l'eau chaude n'arrive et que la température n'est pas toujours constante, elle dépend de l'ensoleillement et de l'utilisation rationnelle de ceux qui précèdent, à méditer (pas trop longtemps).

WC

L'assainissement des eaux usées de la maison se fait par un système de fosse septique alors merci de ne pas jeter dans les toilettes des tampons ou des serviettes hygiéniques.

Environnement

L'environnement naturel explique la présence de divers petits animaux. Vous rencontrerez des petits lézards, mabouyas (la nuit à l'intérieur) ou anolis (extérieurs), des chauves-souris.

Ils sont inoffensifs... essayez de les chasser si vous y arrivez... Mais sachez qu'ils mangent les petits insectes. Donc ils ont leur utilité. Les petites grenouilles ont les mêmes caractéristiques, donc elles se nourrissent de moustiques en plus de leur indéniable talent vocal.

Par contre pas de pitié pour les ravets (cafards), scolopendres (piqûres très très douloureuses, proportionnelles à la taille de la bête, ne pas hésiter à aller à la pharmacie) ou moustiques (comme partout, laissez les fenêtres des chambres ouvertes à la tombée de la nuit, de préférence avec la lumière allumée et vous aurez perdu 500 ml de sang au petit jour...). Souris et rats parfois présents, surtout en période de fructification des arbres ou lianes mais pas de conséquences à part les risques de foulure de la cheville si on bondit sur la table et les aboiements des chiens.

Livres

Vous trouverez une bibliothèque de livres à votre disposition, Ils sont là en prêt, merci de ne pas partir avec, nous vous faisons confiance.

NB : En cas d'intense intérêt, un livre peut disparaître si un autre équivalent apparaît... (ne s'applique pas si ledit livre fait partie d'une série...)

WIFI

L'appartement est équipé d'un réseau wifi dénommé, pour y accéder nous demander le code.

La fibre n'est pas encore arrivée au moule donc pas de très haut débit mais bon, mail, surf, skype, vous resterez connecté... par contre bannir peer to peer, streaming, direct download, ou tout autre utilisation trop consommatrice de bande passante ou bien entendue illégale.

Animaux

Les animaux sont le bienvenu mais pas à l'intérieur de l'appartement.

De notre côté, nous avons un chat, 2 chiens et des poules qui normalement n'ont rien à faire du côté de l'appartement. Vous avez peu de chances de croiser le chat ou les poules dans la mesure où les chiens s'intéresseront à eux avant qu'ils atteignent l'appartement.

Par contre difficile de ne pas entendre les chiens, d'un certain côté, ils font leur job et malgré les explications, je ne suis pas sûr qu'ils aient compris le concept de la location immobilière. Ils n'ont déjà jamais compris le concept de la collecte des ordures ménagères et à chaque passage du camion la nuit avec le gyrophare, ils repoussent courageusement le jardin d'une invasion extraterrestre.

A part cela, ils ont de la bouche, ils sont curieux mais ils ne sont pas méchants.

Ne passez quand même pas la main pour les caresser à travers les planches de bois, leur intelligence vient du ventre et cinq saucisses frétilantes à l'apéro... Je dis cela bien qu'ils n'aient jamais mordu personne mais bon, une main c'est toujours utile, à rappeler aux enfants.

Et si vous aimez les chiens, pas de soucis, on fait de la location gratuite le temps de votre séjour, le malinois « Ely » aime bien l'escalade et le Cané Corso « Falko » peut vous entraîner au ski nautique.

Et plus sérieusement, si ça vous gonfle un peu trop, n'hésitez pas à nous le dire et on les envoie en stage pour garder la cabane à l'autre bout du terrain.

A voir sur Le Moule

La maison de Zevallos

Très belle maison coloniale, bien conservée.

Possibilité de visite avec Maggy au 0690827057 ou au 0690157057

ACCES : Nationale 5, route de Saint-François

Surf

Le Moule offre les meilleurs spots de surf de la Guadeloupe, bon niveau, en particulier :

* « Le spot » accueille chaque année un championnat, national et parfois international.

ACCES : Nationale 5, dans le bourg

* le spot de la Bouelle situé à l'anse salabouelle, 20 ' à pied depuis l'appartement.

Le Musée amérindien Edgar Clerc

Musée sur les fouilles préhistoriques amérindiennes,
Collection intéressante sur le peu qu'il nous reste des Arawaks et des Caraïbes.

Le musée est en refonte afin d'accueillir une plus large collection.

ACCES : Parc de la Rosette, route de Morne-à-l'Eau

Le Bourg

Le bourg est riche en patrimoine culturel, bien que peu mis en valeur. La vie diurne est très dynamique. Le mélange culturel avec la culture indienne est très présent sur la commune.

Promenade en bord de mer et traversée de la rue principale incontournable. Faisable également à pied au départ de l'appartement.

Voir plan du bourg

Distillerie Damoiseau

La plus grande distillerie de rhum de la Guadeloupe.

Visite gratuite de la distillerie et des anciennes installations, Cabane à rhum, dégustation, achats, ...

ACCES : Route Départementale 101, voir carte de la commune

L'Usine Gardel

Dernière usine centrale de sucre en Guadeloupe

Une centrale électrique au charbon fonctionne en cogénération avec les déchets de la canne à sucre, la bagasse.

Des visites sont organisées.

ACCES : Voir carte de la commune du Moule

Plan commune du Moule

Vers Morne à l'Eau

Vers Les Abymes

Vers Petit Canal

Musée Edgar Clerc

Distillerie
Damoiseau

Vers
Sainte Anne

Le « Spot » Surf et restau

Marin Chicken

Plage de l'Autre Bord

Vous êtes ici

Plage des dauphins

Anse Montal

Anse Salabouelle

Usine Gardel

Restaurant
Himalaya

Maison coloniale
de Zévallos

Porte d'enfer

Vers Saint François

Adresses Utiles

Pour faire vos courses :

Vous avez tout près de l'appartement (voir sur la carte) un super marché « little maya» ainsi qu'une boulangerie.

Vous avez également à proximité une station service qui ouvre tôt (6h 30) et reste ouverte très tard (20h semaine et 22h week-end) avec un magasin Carrefour Express très utile pour les achats de dernière minute, une point boulangerie et un distributeur de billets.

Dans le bourg vous trouverez de nombreux magasins.

De l'autre côté du bourg, vous avez dans le quartier de Damencourt un Leader Price et à la Baie un Carrefour.

Les pharmacies les plus proches se trouvent dans le bourg du Moule.

« Ô marché » sur la route entre Le Moule et Saint François vous y trouverez des fruits et légumes locaux ainsi que des épices et autres spécialités.

Le marché du Moule a lieu tous les mercredis de 15h à 20h sur une rue perpendiculaire au bvd maritime.

Tous les matins sauf le dimanche, les pêcheurs vendent leurs poissons et crustacés frais du jour au niveau du pont qui traverse la rivière d'Audoin (le pont que vous avez traversé juste avant d'arriver à l'appartement): Daurades, Thons, Langoustes,...

Pour manger au restaurant :

A midi :

Le midi des petits restaurants sont installés devant la plage de L'autre bord.

Wanalao : Sur la plage derrière les terrains de beach volley ambiance très sympa pour boire un coup ou manger des salades ou des sandwiches (mieux vaut réserver au 0690524406) ouverts du mercredi au vendredi de 9h30 à 17h.

Le sun beach : face à la passerelle ouvert midi et soir, en plus d'une super vue vous pourrez déguster de bonnes brochettes.

Le soir

le long du boulevard Maritime,

Marin chicken: au début du bvd sur place ou à emporter de bon plats locaux.

à l'extrémité **Le Spot** pour manger au dessus de la mer et face aux alizés (le spot tél. 0590 85 66 02, prévoir un gilet).

Himalaya: restaurant indien ouvert le soir à 5 minutes de la maison au début de la route de Gardel.

Sinon pour sortir le soir et avoir du choix, ne pas hésiter à faire 15 ' de route jusqu'à la marina de Saint-François et ses nombreux restaurants.

Pour manger à emporter :

l'arawak pizza

15 rue Sainte Anne 97160 Le Moule Tél : 05 90 68 19 10

Bella Pizza livraison tel: 0590 248795

Marin chicken: au début du bvd sur place ou à emporter de bon plats locaux.

Shitalou : bvd rougé repas à emporter spécialités locales et indiennes.

Pour louer une voiture :

Fun Car location d'automobiles (tourisme, utilitaires)

Blonval

97118 Saint François

Fixe: 05 90 88 73 40

fax : 05 90 85 56 18

mobile : 06 90 61 49 25

Nad In Car Moule

location d'automobiles (tourisme, utilitaires)

Route de Zevallos

97160 MOULE (LE)

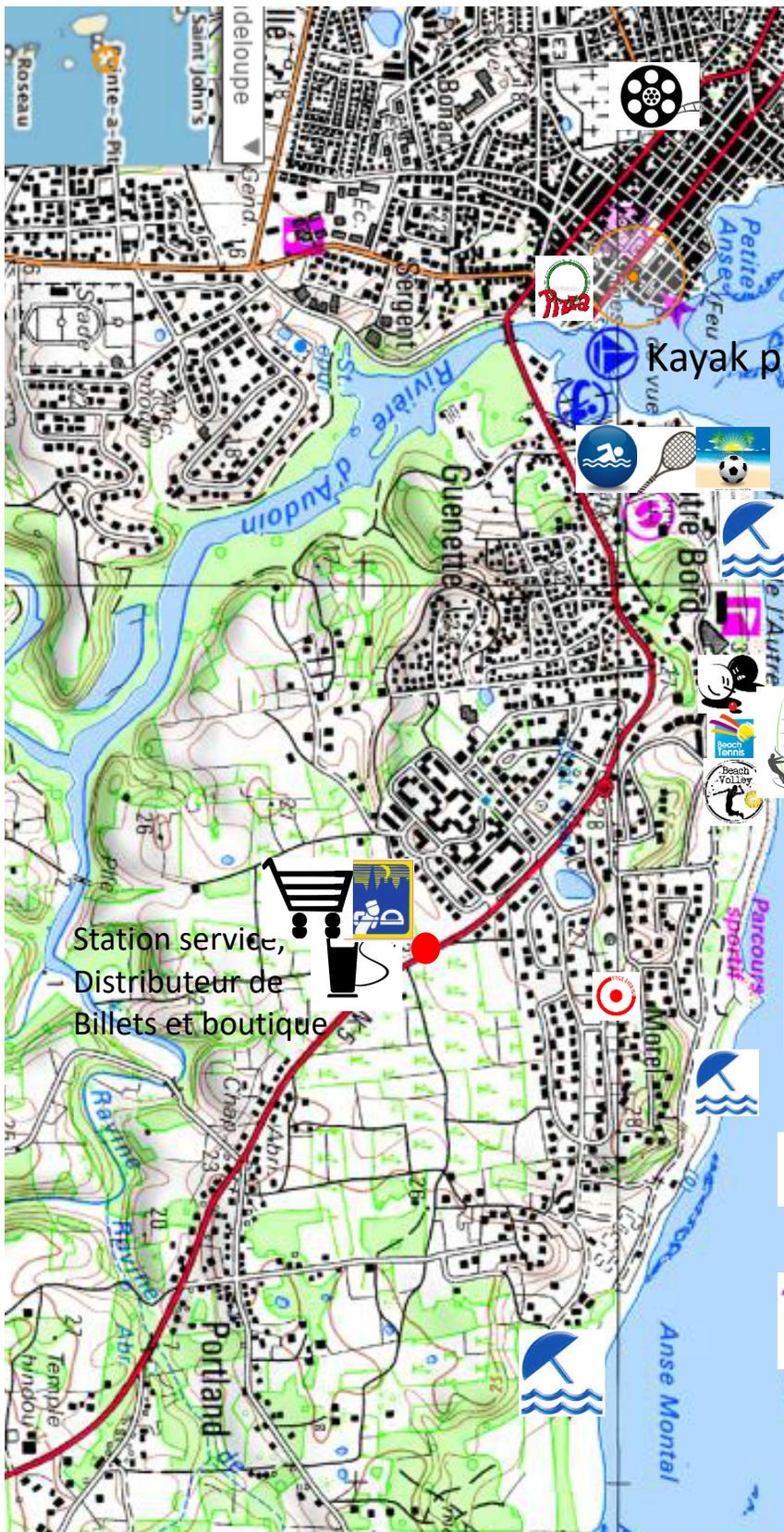
05 90 23 46 13

Coiffeuse à domicile :

Besoin d'une coupe ou d'une couleur n'hésitez pas à appeler

Céline au 0690826999

Plan du quartier et des principaux points d'intérêts



Station service,
- Distributeur de
Billets et boutique

Kayak paddle

-  cinéma
-  La maison
-  Wanaloa
-  windsurf
-  boulangerie
-  Little maya
-  pizzeria
-  piscine
-  tennis
-  pétanque
-  Beach tennis
-  Beach volley
-  Beach foot
-  plage¹³

Numéros d'urgence

Un problème médical d'urgence le soir ou le week-end:

Téléphoner à l'ADGUPS

Médecin régulateur : 0590 90 13 13

Situé dans le quartier de Damencourt au Moule

Les **urgences** se trouvent au **CHU** à Pointe à Pitre

CHU POINTE-À-PITRE/ABYMES - BP 465

97159 POINTE-À-PITRE CEDEX

STANDARD : 05 90 89 10 10

ACCUEIL : 05 90 89 10 79

La **gendarmerie** du Moule :

Résidence Caraïbe, route de Damencourt

97160 Moule

Téléphone :

+590 5 90 22 40 95

Télécopie :

+590 5 90 22 72 22

Les **Pompiers** c'est le 18 comme partout

Activités sportives disponibles au départ de l'appartement

Marche à pied et Running

Beaucoup d'activités sportives sont accessibles à pied depuis l'appartement en commençant par les plus faciles: le running et la marche à pied (consultez les cartes pour voir les parcours possibles). Comme il fait très chaud, il est conseillé de privilégier les pratiques sportives qui ne sont pas aquatiques sur les premières heures du matin et les dernières de l'après-midi.

Vélo

Les vélos de l'appartement sont à votre disposition n'hésitez pas à vous en servir après avoir signé une décharge concernant leurs utilisations.

Beach Tennis

Vous avez vos raquettes, les terrains sont ouverts au public en permanence. Si vous voulez jouer avec d'autres ou si vous n'avez pas de matériel, le club de Beach tennis propose des nocturnes gratuite tous les vendredis (de 17h30 à 21h voir carte), demandez William, 0690698208 découverte gratuite avec prêt de raquettes site: gwadabeachtennis.com

Pétanque

Un boulo-drome se trouve juste à côté des terrains de Beach tennis, vous pouvez l'utiliser quand le club de pétanque n'occupe pas les terrains. (nous pouvons vous prêter quelques boules sur demande)

Beach volley, Beach foot

Même système, les terrains sont ouverts au public en dehors des heures d'utilisation club.

Tennis

Si vous avez votre raquette, vous pouvez accéder aux terrains de tennis en dehors des heures de cours. Pour cela, contactez Christophe au tennis club pour louer le terrain à l'avance (son bureau se trouve à l'entrée à gauche du bâtiment qui est sur la gauche des tennis) numéro 0590 23 69 71 site: <http://www.tennisclub-moule.fr/> (location horaire 10€)

Natation et Jeux Aquatiques

C'est une piscine de natation de 25 m et un autre bassin avec toboggan. Elle est ouverte au public le samedi et le dimanche ainsi que les jours fériés et durant les vacances scolaires le matin de 10h30 à 13h et l'après-midi de 14h15 à 18h30.

Pour nager hors vacances scolaires, le mardi et le jeudi de 12h à 14h. Entrée : 4,5 euros.

Sinon le lagon de la plage des dauphins est équipé de lignes d'eau pour la natation en mer, de multiples activités sont proposées par le club de natation des dauphins du Moule. N'hésitez pas à me poser des questions, mes filles sont en section compétition et je suis secrétaire de l'association.

Le club de kayak et le centre de paddle se trouvent au niveau du pont de la rivière d'Audoïn (voir sur la carte):

Kayak :

promenade pour remonter la rivière d'Audoïn à la découverte de la mangrove (voir carte)

Base de Canoë Kayak du Moule, 97160 Le Moule,
Tel: 05.90. 23.02.72 Mobile: 06.90. 62.35.90

Paddle

Supin gwada 5, rue de l'Auréal Lotissement Morel 97160 LE MOULE Tél : +590 (0)6 90 00 66 13 Email : supin.gwada@hotmail.fr Site web : www.supingwada.com

Surf

Un des meilleurs spot de surf de Guadeloupe se trouve à 5 min en voiture de la maison à l'anse Salabouelle (voir sur la carte), attention ce n'est pas un spot pour surfeurs débutants, observez les surfeurs locaux pour les mises à l'eau. Si vous êtes débutant, venez nous demander nous vous conseillerons d'autres spots sur Sainte Anne ou Saint François.

Vous voulez apprendre ou pratiquer mais vous n'avez pas votre matériel, voici les adresses qu'il vous faut :

Gwada SurfShop

Si vous cherchez un magasin de surf, il y en a un au Moule dans la zone commerciale de Damencourt. Tel 0590 681719

Location de surf

Allamanda Surf Camp

Route de Saint-François/Portland. 97160 Le Moule

Tél : 0590859470 Cell : 0690762373

Pour les cours de surf

Madras Surf School

Rue Lemercier 97160 Le Moule

Demandez JB au 06 90 28 74 28

Snorkeling

L'exposition à la houle océanique est sympa pour le surf, beaucoup moins pour le snorkeling. Les fonds marins sont plus vivants auprès des récifs et des passes mais les courants marins sont à minima sportif, au pire très dangereux en fonction des conditions.

Ceci dit par mer belle, au bout de l'anse Montal ainsi qu'à la Porte d'enfer du Moule, vous pouvez faire de belles rencontres sous-marines (tortues, raies, barracudas, tarpons et même une fois un requin dormeur...) ou pêchez votre repas (poissons, langoustes, ...).

Windsurf

Le wanalao école et location de matériel : windsurf, paddle, vélos électriques, slackline ouverts du mercredi au dimanche de 9h30 à 17h au 0690524406

Un peu plus loin vous avez aussi ...

Trails/randonnées

Vous êtes amateurs, 2h, 4h, 7h, ou bien plus, n'hésitez pas à venir me voir, je peux vous proposer des parcours en Basse Terre ou en Grande Terre, testés en famille ou en compétition.

Golf de saint François

Golf international de 18 trous sur un parcours de 5990 m.

<http://www.golf-saintfrancois.fr/>

Ouvert de 6h30 à 18h. Practice, putting green, green d'approche. Location de matériel sur place.

Quad bord de mer

*Caribbean's Quad

Plage de la Chapelle, Anse-Bertrand 97121, Guadeloupe
Jérôme vous répondra au 0690 731665

*Quad Buggy

Chemin de la princesse Desvarieux 97118 Saint-Francois
Tel : 0690 515051

Equitation promenades à cheval

Le Haras de Saint-François vous propose des balades et baignades en mer à cheval.

Chemin de la Princesse

97118 Saint-François

Téléphone : 0690 589992

La plongée sous marine à Port Louis

Demandez François (les autres sont sympas aussi mais c'est un voisin)

Antidote Plongée

112 bv Achille René Boisneuf

97117 Port Louis

Tel : 0590849357 ou 0690506914

En savoir plus sur <http://www.antidoteplongee.com>

Notez bien qu'il serait criminel d'aller à Port Louis sans se prélasser à l'Anse du souffleur, magnifique (sauf à la tombée de la nuit ou par temps humide, les yenyen, mini-moustiques à dents, vous font comprendre que c'est leur plage et qu'ils ne sont pas partageurs...).

A voir, à faire

Parmi les choses à faire, nous vous conseillons:

La Pointe des Châteaux

Beau, chaud, salé, no more comment, Incontournable.

L'exploration de la mangrove en VTT des mers à partir de Vieux Bourg

Journée sport-découverte-convivialité à réserver dès votre arrivée.

Bel'Mangrove 0690366030 <http://www.belmangrov.com/>

La visite de Petite Terre

Vous pourrez y voir de magnifiques fonds sous-marins, une très bonne journée en perspective, voir excellente, nous avons à chaque fois croisé des tortues ou des requins, des barracudas, des raies, des dauphins, des iguanes et quelquefois la totale...

Pour vous y rendre vous pourrez prendre entre autre le bateau « L'AWAK » Route du Lagon – 97118 Saint-François

Réservation en ligne 05 90 88 53 53 awak.boutique@orange.fr

Départ: 8h00 Retour: 17h00 Ouverture bureau 8h-12h30/16h

Visite de la Désirade

La vie d'ilien sur un gros rocher avec plus de cabris et d'iguanes que d'habitants, il faut y aller à la journée pour imaginer l'ambiance, louer un scooter et faire le tour de l'île. Mes plus belles pêches sous-marines mais attention à la crampe au mollet, le courant est toujours très fort.

Bateau « L'Archipel » Marina de Saint-François Tél : 0590222631

Bateau « le Babou One » Port ce commerce de Saint-François

Tél : 0690266069 - 0690266069 départs à 8h et 16h45

Divertissements

Cinéma

Il existe des projections de films dans la salle Robert Loyson au Moule Boulevard Rouget, la programmation change toutes les semaines vous pouvez la consulter sur le site :

<https://www.lemoule.fr/programme-cinema>

Ou bien appelez au 0590230944

Les projections ont lieu le mercredi, samedi et dimanche à 16h, 18h et 20h. Renseignez vous avant car les jours et horaires de projection sont variables.

Casino

Adresse : Lieu-dit Sainte-Marthe, 97118 Saint-François, à coté du golf

Téléphone :0590 88-4131

Heures d'ouverture : Ouvert · 10:00 – 02:00

Discothèque

Si vous voulez danser sur des rythmes antillais vous pouvez vous essayer au Shiva.

LA BAIE 97160 LE MOULE

Tél : +590 (0)5 90 23 79 79

Randonnée, Running au départ de l'appartement

L'emplacement est idéal pour la marche et le running en bord de mer:

- De la plage des dauphins à l'anse Montal, vous pouvez vous diriger vers le bourg, en traversant le parcours sportif, la plage de l'autre bord, la passerelle sur la rivière d'Audoïn au niveau du port, le bourg du moule en bord de mer ou centre ville, le boulevard maritime jusqu'au Spot (10 km aller-retour).
- De la plage des dauphins à l'anse Montal, vous pouvez vous diriger dans l'autre direction en suivant le bord de mer pour un trajet plus nature, de la maison au spot de surf de l'anse salabouelle environ 6 km aller-retour.

Vous risquez de nous croiser assez souvent, on ne s'en lasse jamais...

Un conseil pour les runners : vous pouvez le tenter entre midi et 14 h (n'oubliez pas le numéro des pompiers : le 18!), sinon départ conseillé le soir (>16h30) et matin (<7h). Notez que si vous partez un peu tard, l'itinéraire coté bourg est à privilégier pour l'éclairage public.



★ Vous êtes ici

★ Plage des dauphins

★ Spot de surf

 le trait en rouge indique
Un chemin côtier idéal pour
Une marche ou un footing

Si vous aimez les grandes randonnées, vous pouvez même aller beaucoup plus loin toujours en partant à pied de l'appartement.

Demandez nous avant de partir il y a une ou deux choses à savoir sur le parcours celui-ci fait plus de 20km sans compter le retour mais on peut s'arrêter quand on veut... ou aller encore plus loin jusqu'à la pointe des Châteaux.

Et surtout n'oubliez pas chapeau, crème solaire et bouteille d'eau.

