AFRIQUE UNIE · CARNET DE VOYAGE

Gambie en 8 jours : l'itinéraire jour par jour

Étroite bande de terre de part et d'autre du fleuve Gambie, la Gambie se prête bien à un premier voyage en Afrique de l'Ouest : les distances sont courtes et l'on passe vite de la côte atlantique aux villages de l'intérieur. En huit jours, cet itinéraire associe Banjul et ses plages, la forêt d'Abuko, l'île Kunta Kinteh, liée à l'histoire de la traite, puis la remontée du fleuve jusqu'à Janjanbureh et aux cercles mégalithiques de Wassu. L'ensemble du pays est en vigilance renforcée selon les autorités françaises, sans zone déconseillée. Vérifiez néanmoins les conseils officiels aux voyageurs avant le départ.

Jour par jour

Jours 1-2 · Banjul et la côte atlantique (nuit : Banjul ou Bakau)
L'aéroport se trouve à Yundum, à une demi-heure environ de Banjul et des stations balnéaires. Le premier jour, installez-vous sur la côte, entre Bakau, Fajara et Kotu, et laissez-vous gagner par le rythme tranquille du pays. Le lendemain, consacrez la matinée à Banjul, petite capitale posée sur l'île de Sainte-Marie : montez au sommet de l'Arch 22 pour la vue sur l'estuaire, visitez le Musée national, puis flânez dans le marché Albert. L'après-midi, faites un détour par le bassin aux crocodiles sacrés de Kachikally, à Bakau, puis allez voir rentrer les pirogues sur la plage. La baignade est dangereuse par endroits à cause des courants : restez près du bord.

Jour 3 · La réserve d'Abuko et le village de pêcheurs de Tanji (nuit : Banjul ou Bakau)
Partez tôt pour la réserve d'Abuko, à une vingtaine de kilomètres de la côte, près de Lamin : c'est le moment où les animaux sont les plus actifs. Cette petite forêt protégée depuis 1968 est traversée par un sentier de quelques kilomètres qui longe le ruisseau de Lamin. On y croise des singes, notamment des colobes rouges et des vervets, de nombreux oiseaux et, avec de la chance, des crocodiles près des mares. Comptez deux à trois heures de marche tranquille. L'après-midi, descendez vers le sud jusqu'à Tanji, grand village de pêcheurs où l'on fume le poisson sur la plage, dans une activité impressionnante au retour des pirogues.

Jour 4 · L'île Kunta Kinteh, Albreda et Juffureh (nuit : Banjul ou Bakau)
Prenez le bac de Banjul à Barra, sur la rive nord, en partant tôt : l'attente peut être longue et les horaires irréguliers. De Barra, la route mène à Albreda et Juffureh, à une trentaine de kilomètres. Une pirogue rejoint ensuite l'île Kunta Kinteh, ancienne île James, à moins de quatre kilomètres de la rive. Le fort, l'un des comptoirs de la traite négrière sur le fleuve, est aujourd'hui en ruine et l'île, rongée par l'érosion, ne fait plus qu'une fraction de sa taille d'origine. Avec Albreda et Juffureh, elle est inscrite au patrimoine mondial. Visitez aussi le petit musée consacré à l'esclavage, puis rentrez à Banjul avant la nuit.

Jours 5-6 · Remontée du fleuve jusqu'à Janjanbureh (nuit : Janjanbureh)
Le 5e jour, suivez la route de la rive sud vers l'est : comptez cinq à sept heures pour rejoindre Janjanbureh, l'ancienne Georgetown, bâtie sur l'île MacCarthy et reliée à la rive sud par un pont. Le 6e jour, traversez vers la rive nord par le bac jusqu'à Lamin Koto, puis rejoignez les cercles de pierres de Wassu, à une vingtaine de kilomètres. Ces pierres levées, dont certaines dépassent deux mètres, appartiennent aux cercles mégalithiques de Sénégambie, inscrits au patrimoine mondial. Un petit musée en explique l'histoire. L'après-midi, faites une sortie en pirogue sur le fleuve pour observer les oiseaux, les singes et parfois des hippopotames.

Jour 7 · Retour vers la côte (nuit : Bakau ou Kotu)
Reprenez la route de la rive sud vers l'ouest en partant tôt, pour arriver sur la côte en milieu d'après-midi sans jamais rouler de nuit. En chemin, arrêtez-vous dans un marché de village ou au bord d'un bolong, ces bras de fleuve bordés de mangrove où l'on observe hérons, martins-pêcheurs et parfois des dauphins près de l'estuaire. En fin de journée, retrouvez la plage de Kotu ou de Bakau pour le coucher du soleil. Si vous avez gardé de l'énergie, le marché de Serrekunda, le plus grand du pays, vaut la visite pour son atmosphère et ses étals de tissus, mais surveillez vos affaires dans la foule.

Jour 8 · Dernière matinée et départ (nuit : Vol retour)
Selon l'horaire de votre vol, profitez d'une dernière matinée au bord de l'océan ou d'une promenade dans la forêt de Bijilo, petite réserve côtière où l'on croise des singes, au sud de Kotu. Les amateurs d'oiseaux peuvent préférer une sortie matinale dans la réserve ornithologique de Tanji, sur la côte. Faites vos derniers achats d'artisanat, tissus teints ou sculptures, puis rejoignez l'aéroport de Yundum, en prévoyant de la marge pour la circulation, souvent dense aux heures de pointe autour de Serrekunda. Si votre vol part le matin, gardez ces activités pour la veille.

Se déplacer

Une voiture avec chauffeur est la formule la plus simple, notamment pour la remontée du fleuve. Sur la côte, les taxis sont nombreux ; négociez le prix avant de monter. La route de la rive sud, goudronnée, permet de rejoindre l'est du pays, et des bacs relient les deux rives à Banjul-Barra et à Janjanbureh. Le pont de Farafenni, sur la route transgambienne, facilite aussi la traversée. Évitez de rouler de nuit : véhicules sans éclairage, animaux et piétons sur la chaussée.

Quand partir

La meilleure période va de novembre à mai, pendant la saison sèche, avec un temps ensoleillé et des températures agréables sur la côte. Dans l'intérieur, la chaleur devient forte à partir de mars. De juin à octobre, la saison des pluies rend certaines pistes difficiles et peut provoquer des inondations, mais la végétation est luxuriante et les oiseaux nombreux. L'harmattan peut voiler le ciel en décembre et janvier.

Infos pratiques

Gambie

Formalités	Selon votre passeport : visiterafriqueunie.com/visa/gambie/
Fièvre jaune	Certificat exigé si vous arrivez d'un pays à risque
Paludisme	dans tout le pays
Monnaie	Dalasi (GMD)
Langues	Anglais, mandingue, wolof
Prises	type G · indicatif +220 · UTC0
Urgences	police 17 ou 117 · ambulance 16 ou 116 · pompiers 18 ou 118
Ambassade de France	Dakar · +221 33 839 51 00

Check-list du départ

Documents

☐ Passeport valide au moins six mois après le retour, avec des pages vierges
☐ Visa ou e-visa (imprimé si demandé)
☐ Carnet de vaccination international (fièvre jaune si exigée)
☐ Attestation d'assurance voyage et numéro d'assistance
☐ Copies papier et numériques du passeport et des réservations
☐ Billets, réservations et adresses enregistrés hors ligne
☐ Permis de conduire international si vous louez un véhicule

Santé

☐ Consultation voyage faite et vaccins à jour
☐ Traitement antipaludique si votre médecin le recommande
☐ Trousse : pansements, désinfectant, antidiarrhéique, sels de réhydratation
☐ Répulsif anti-moustiques adapté aux tropiques
☐ Crème solaire, chapeau et lunettes de soleil
☐ Médicaments personnels et ordonnances

Argent et connexion

☐ Banque prévenue, carte Visa ou Mastercard (et une carte de secours)
☐ Espèces en euros ou en dollars, billets récents et en bon état
☐ eSIM ou carte SIM locale prévue
☐ Adaptateur de prise adapté au pays
☐ Batterie externe et câbles
☐ Cartes hors ligne téléchargées
☐ Application Afrique Unie installée

Dans le sac

☐ Vêtements légers et couvrants (soleil, moustiques, lieux de culte)
☐ Une polaire pour les soirées, les safaris à l'aube et l'altitude
☐ Chaussures de marche et sandales
☐ Lampe frontale
☐ Gourde (idéalement filtrante)
☐ Petit sac de jour et pochettes étanches
☐ Cadenas pour les bagages

Avant de fermer la porte

☐ Conseils aux voyageurs de votre pays relus
☐ Voyage déclaré au service consulaire de votre pays (s'il le propose)
☐ Itinéraire et contacts laissés à un proche
☐ Enregistrement en ligne fait et franchise bagages vérifiée

Carnet créé à partir de visiterafriqueunie.com/itineraires/gambie-en-8-jours/ · informations vérifiées en novembre 2026 sur les sources officielles. Les règles d'entrée, de santé et de sécurité changent : revérifiez-les avant le départ (conseils officiels de votre pays, ambassade du pays visité).