

TABLE DES MATIÈRES

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT 14

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD 15

COMMENT ALLER AU PÉROU ET EN BOLIVIE ?

- LES LIGNES RÉGULIÈRES 16
- LES ORGANISMES DE VOYAGES 18
- DEPUIS LES PAYS
LIMITROPHES 36

INTRODUCTION

- LES ANDES, L'AMAZONIE,
LES CULTURES INDIENNES :
- L'AVENTURE EXISTE
ENCORE 40

GÉNÉRALITÉS COMMUNES AUX DEUX PAYS

- AVANT LE DÉPART 41
- ARGENT, BANQUES, CHANGE 44
- FITZCARRALDO 45
- GÉOGRAPHIE 46
- HISTOIRE 49
- HISTOIRE DE B.D. 62
- LANGUE 63
- SANTÉ 65
- SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES ... 67
- UNITAID 68
- VRAC (EN) 69

PÉROU UTILE

- ABC DU PÉROU 70
- AVANT LE DÉPART 70
- ARGENT, BANQUES, CHANGE 72
- ARTISANAT, ACHATS 73
- BUDGET 74
- CLIMAT 75
- COURANT ÉLECTRIQUE 77
- DANGERS ET
ENQUINEMENTS 77
- DÉCALAGE HORAIRE 78
- FÊTES ET JOURS FÉRIÉS 78
- HÉBERGEMENT 79
- ITINÉRAIRES 80
- LANGUE 81

4 TABLE DES MATIÈRES

• LIVRES DE ROUTE	81	• TÉLÉPHONE –	
• PHOTO	83	TÉLÉCOMMUNICATIONS	84
• POSTE	83	• TRANSPORTS	85
• SANTÉ	84	• TRAVAIL BÉNÉVOLE	89
• SITES INTERNET	84		

PÉROU : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

• BOISSONS	90	TV5MONDE • Presse, télévision,	
• CINÉMA	91	radio • Liberté de la presse	
• CUISINE	91	• MOMIES	103
• DROITS DE L'HOMME	93	• PERSONNAGES	104
• ÉCONOMIE	94	• POPULATION	105
• ENVIRONNEMENT	95	• SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES ...	105
• GÉOGRAPHIE	96	• SITES INSCRITS AU	
• HISTOIRE CONTEMPORAINE	97	PATRIMOINE MONDIAL	
• LAMAS ET C ^{ie}	101	DE L'UNESCO	105
• MÉDIAS	102	• SPORTS ET LOISIRS	105
• Programme en français sur			

LE PÉROU

• LIMA	108	• Ruinas de Pachacamac	
--------------	-----	------------------------	--

LE SUD DU PÉROU

• HUANCAYO	144	• AGUAS CALIENTES	202
• AYACUCHO	146	• CHOQUEQUIRAU	207
• Le circuit Wari-Quinoa • Vilcas-		• COTABAMBAS	209
huamán		• DE CUZCO À NAZCA	210
• CUZCO	151	• Abancay • Anta • Tarahuasi • La	
• Kenko et ses environs : Tambo-		pierre de Sayhuite	
machay, Puca-Pucará et Kenko		• DE CUZCO À PUERTO MAL-	
• Sacsahuamán • Típon, Pikillaqta		DONADO PAR VOIE	
et Andahuaylillas		TERRESTRE	211
• LA VALLÉE SACRÉE DES		• PUERTO MALDONADO	211
INCAS	181	• SICUANI	216
• PISAC	182	• Raqchi • San Pedro	
• URUBAMBA	185	• AYAVIRI	217
• Maras • Moray • Las Salinas		• PUNO	218
• CHINCHERO	188	• Sillustani • Ichu • Chucuito • Pe-	
• OLLANTAYTAMBO	189	ninsula de Capa Chica	
• LE CHEMIN DE L'INCA	192	• LE LAC TITICACA	230
• LE MACHU PICCHU	195	• Les îles flottantes (îles Uros)	

- Isla de Amantani • Isla de Taquile
- Isla de Suasi
- **JULI** 238
- **AREQUIPA** 238
 - Cayma • Yanahuara • Mirador de Sachaca • Sabandia • Mansión del Fundador • Yura • L'escalade du Misti • L'escalade du Chachani
 - La laguna de Salinas, Chiguata et le volcan Ubinas • Excursion de la vallée du Majes • Sitio del Toro Muerto • Valle de los Volcanes
 - Cotahuasi
- **CAÑÓN DE COLCA** 261
 - Chivay • Yanque et ses environs
 - Cruz del Condor et Mirador de

LE NORD DU PÉROU

- **CHURÍN** 290
- **HUÁNUCO** 291
- **TINGO MARÍA** 293
 - La cueva de las Lechuzas • La cueva de las Pavas
- **PUCALLPA** 295
 - Contamana
- **IQUITOS** 298
 - Playa de Santa Clara • Parque de Quistococha • Cria (élevage) de païche de l'Instituto de investigación de la Amazonia peruana • Pilpintuwasi • Expéditions en forêt
 - Croisière sur l'Amazone • Visite des villages de l'Amazone autour d'Iquitos : Tamshiyacu, Indiana, Mazan, Reserva natural de Pacaya Samiria
- **TANTAMAYO** 315
- **ITINÉRAIRE TANTAMAYO-LA UNIÓN-CHIQUÍAN-HUARAZ** . 317

La cordillère Blanche

- **HUARAZ** 317
 - Mirador de Rataquena • Ruinas de Willichahuín • La laguna Chururup • La laguna 69 • Pastoruri
 - Le trek Llanganuco-Cashapampa
 - Autres treks : Ishinca, Honda,

Tapay • Cabanaconde

La côte entre Arequipa et Lima

- **CHALA** 272
- **NAZCA** 273
 - Cimiterio de Chauchilla • Canales et acueducto de Cantalloc
 - Museo-Casa de Maria Reiche
- **ICA** 280
 - Laguna de Huacachina • El Catedral • Bodegas Vista Alegre
- **PISCO** 285
 - Tambo Colorado
- **PARACAS ET ISLAS BALLESTAS** 288

Ulta, la cordillère de Huayhuash

- **DE HUARAZ À PUCALLPA** 331
- **MONTERREY** 331
- **CHAVÍN DE HUÁNTAR** 332
- **YUNGAY** 334
- **CARAZ** 335
 - Trekking dans le parc Huascarán
 - La laguna de Parón • Cañon del Pato

La côte nord

- **CHIMBOTE** 338
- **CASMA** 341
 - Sechín • Tortugas
- **TRUJILLO** 343
 - Zona arqueológica de Chan Chan • Huaca Esmeralda • Huaca el Dragón ou del Arco de Iris • Huacas del Sol y de la Luna
- **HUANCHACO** 353
- **CAJAMARCA** 356
 - Baños del Inca • Cumbe Mayo
 - Ventanillas de Otuzco • Kuntur Wasi (Maison du Córdor)
- **KUELAP** 365
- **CHICLAYO** 366
 - Lambayeque • Huaca Rajada (Sipán) • Pimentel • Museo nacional de Sicán à Ferreñafe • Bosque de

6 TABLE DES MATIÈRES

Pomac • Zaña • Túcume • Motupe	
• PIURA	375
• Catacaos • Sechura • Aypate	
• TUMBES	380
• Les plages : Puerto Pizarro, Zorritos, Punta Sal et Máncora	
• PASSAGE DE LA FRONTIÈRE PÉROU-ÉQUATEUR	387

BOLIVIE UTILE

• ABC DE LA BOLIVIE	388	• HÉBERGEMENT	398
• AVANT LE DÉPART	388	• LANGUE	398
• ARGENT, BANQUES, CHANGE	390	• LIVRES DE ROUTE	399
• ARTISANAT, ACHATS	391	• PHOTO	400
• BUDGET	392	• POSTE	400
• CLIMAT	393	• SANTÉ	400
• DANGERS ET ENQUINEMENTS	395	• SITES INTERNET	401
• DÉCALAGE HORAIRE	397	• TÉLÉPHONE – TÉLÉCOMMUNICATIONS	401
• FÊTES ET JOURS FÉRIÉS	397	• TRANSPORTS	402

BOLIVIE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

• ART TEXTILE	409	• MÉDIAS	429
• BOISSONS	410	• Programme en français sur TV5MONDE • Presse, télévision, radio • Liberté de la presse	
• LES CHEMINS DU BAROQUE	411	• MERCADO BOLIVIANO	430
• CINÉMA	412	• MUSIQUE	430
• COCA	412	• POPULATION	432
• CUISINE	414	• RELIGIONS ET CROYANCES	432
• DROITS DE L'HOMME	415	• SITES INSCRITS AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO	433
• ÉCONOMIE	416	• SPORTS ET LOISIRS	434
• ENVIRONNEMENT	417		
• ESPRIT ROUTARD	418		
• GÉOGRAPHIE	419		
• HISTOIRE	420		

LA BOLIVIE

ALTIPLANO, ANDES

• COPACABANA ET LE LAC TITICACA	437	la cordillère Royale : Chacaltaya, le Huayna Potosí, le chemin des Incas de Takesi, le chemin des Incas del Choro, les chemins de Yunga Cruz • Sorata	
• Isla del Sol • Isla de la Luna		• COROICO	476
• TIWANAKU (TIAHUANACO)	443		
• LA PAZ	446		
• Valle de la Luna • Trekking dans			

• Excursion à Tocaña • En direction du Guanay	
• ORURO	481
• Lago Uru-Uru	
• LE PARC NATIONAL SAJAMA ...	484
• POTOSÍ	486
• Laguna de Tarapaya • Lagunas de Kari-Kari • Manquiri • La hacienda Cayara • Le marché de Betanzos	
• UYUNI, LE SALAR ET LE SUD-LÍPEZ	503

LES VALLÉES

• SUCRE	518
• Parque Cretácico • Pinturas rupestres de Incamachay (Patatoloyo)	
• TARABUCO	534
• LES VILLAGES JALQ'A	536
• TARIJA	538
• San Jacinto • Coimata, Rincón de la Victoria • La cordillère de Sama • Visite des domaines viticoles	
• TUPIZA	543

ORIENTISSIMO !

• SANTA CRUZ	560
• Samaipata y las ruinas preincas de El Fuerte • La ruta del Che • Le río Piray • Lomas de Arena • Parque nacional Noel Kempff Mercado • Le Pantanal	
• PARQUE NACIONAL AMBORÓ	574

L'AMAZONIE

• TRINIDAD	590
• Laguna Suárez • Puerto Almacén, Puerto Varador et Los Puentes • Chuchini • Reserva biosférica	

• Le Salar • Isla Inca Huasi • Isla del Pescado • Entre la isla Inca Huasi et San Juan • San Juan de Rosario • Le Sud-Lípez : le <i>salar</i> de Chiguana, les lagunas de Cañapa, Hedionda, Charcota, Honda et Ramaditas, desierto Siloli, la laguna Colorada, les geysers Sol de Mañana, le <i>salar</i> de Chalviri (laguna Polques), le désert de Salvador Dalí, la laguna Verde • Pula-cayo • Tomave	
--	--

• La Quebrada Palala • Le Sillar • El Angosto, la Torre, la Quebrada seca, Valle de los Machos	
• COCHABAMBA	546
• Quillacollo • Ruinas de Inkarakay • Le site d'Inkallajta • Parque national Torotoro	
• LE VALLE ALTO	557
• VILLA TUNARI	558
• Parque ecoturístico Machía	

• LES MISSIONS JÉSUITES (LAS MISIONES JESUÍTICAS) DE CHIQUITOS	576
• San José de Chiquitos et Santiago de Chiquitos • San Rafael • Santa Ana • San Miguel • San Ignacio de Velasco • Concepción • San Javier	

del Beni • Parque nacional Isiboro Sécura

• RURRENABAQUE	595
• LE MOT DE LA FIN	601

• INDEX GÉNÉRAL	614
• OÙ TROUVER LES CARTES ET LES PLANS ?	619