



# 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  
LIMITOPHES ..... 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  
ENQUIQUEMEMENTS ..... 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 <sup>ie</sup> .....	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 Wilcahuafin • 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	
• <b>PIURA</b> .....	375
• Catacaos • Sechura • Aypate	
• <b>TUMBES</b> .....	380

• Les plages : Puerto Pizarro, Zorritos, Punta Sal et Máncora	
• <b>PASSAGE DE LA FRONTIÈRE PÉROU-ÉQUATEUR</b> .....	387

## BOLIVIE UTILE

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

## BOLIVIE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

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

## LA BOLIVIE

### ALTIPLANO, ANDES

• <b>COPACABANA ET LE LAC TITICACA</b> .....	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			
• <b>TIWANAKU (TIAHUANACO)</b> .....	443		
• <b>LA PAZ</b> .....	446	• <b>COROICO</b> .....	476
• Valle de la Luna • Trekking dans			

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

## LES VALLÉES

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

## ORIENTISSIMO !

• <b>SANTA CRUZ</b> .....	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	
• <b>PARQUE NACIONAL AMBORÓ</b> .....	574

## L'AMAZONIE

• <b>TRINIDAD</b> .....	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	
• <b>COCHABAMBA</b> .....	546
• Quillacollo • Ruinas de Inkarakay • Le site d'Inkallajta • Parque national Torotoro	
• <b>LE VALLE ALTO</b> .....	557
• <b>VILLA TUNARI</b> .....	558
• Parque ecoturístico Machía	

• <b>LES MISSIONS JÉSUITES (LAS MISIONES JESUÍTICAS) DE CHIQUITOS</b> .....	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

• <b>RURRENABAQUE</b> .....	595
• <b>LE MOT DE LA FIN</b> .....	601

• <b>INDEX GÉNÉRAL</b> .....	614
• <b>OÙ TROUVER LES CARTES ET LES PLANS ?</b> .....	619