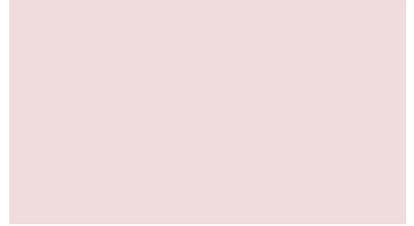
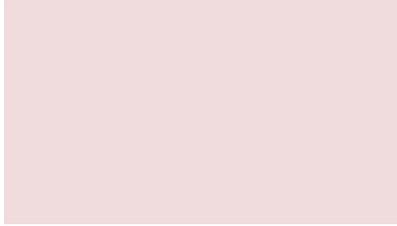
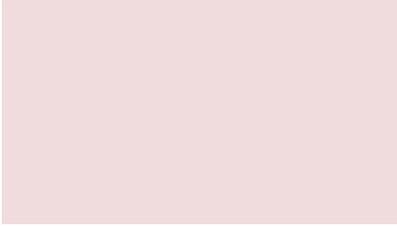


# Pérou

L'empire Inca, de Lima à Cusco - Reference : AM-PER-1

---



## Descriptif jour par jour

### Jour 1 : Lima

Départ de France, repas à bord de l'avion.

Arrivée à Lima, accueil par votre accompagnateur et transfert vers notre hôtel. Dîner puis soirée libre.

### Jour 2 : Lima – Nasca

Avant de prendre la route pour Nasca, nous visiterons le marché de Surquillo par une approche interprétative des produits locaux des étalages. À l'heure du déjeuner, un chef cuisinier nous présentera le ceviche dans une des meilleures « Cevicheria » de la ville. Nous aurons la possibilité d'apprendre à cuisiner ce plat traditionnel à base de poisson lors d'un cours d'initiation.

L'après-midi sera consacrée au voyage de Lima à Nasca.

### Jour 3 : Nasca

Une journée riche en découvertes : nous débiterons par la visite du site archéologique de Cahuachi, un des plus grands complexes de pyramides et places construits durant l'époque préhispanique. Nous poursuivrons par les aqueducs de Cantalloc afin de comprendre comment les diverses cultures précoloniales ont su adapter leur mode de vie aux conditions extrêmes de la côte désertique du pays.

Enfin nous découvrirons le cimetière de Chauchilla. Cette nécropole est le plus grand des cimetières connus couvrant les différentes cultures millénaires ayant occupé la vallée de Nazca, unique occasion au Pérou d'apprécier des momies dans leurs tombes originelles.

### Jour 4 : Nasca - Arequipa

Possibilité, dans la matinée, de réaliser le survol (en option) des énigmatiques lignes de Nasca. Un mystère encore non élucidé avec précision à ce jour. Dans l'après-midi, notre bus nous mènera du désert côtier aux contreforts des Andes, dans la ville d'Arequipa. Arrivée dans la nuit.

### Jour 5 : Arequipa – Chivay

Nous découvrons le centre historique d'Arequipa : le monastère de Santa Catalina, les principales églises, les miradors de Carmen Alto et Yanahuara, le marché traditionnel de San Camilo. Après avoir goûté aux spécialités culinaires de la région, nous prendrons la route pour le canyon de Colca. Une route saisissante, traversant la réserve d'Aguada Blanca où nous pourrions facilement observer des vigognes, avant de basculer dans le canyon, l'un des plus profonds au monde.

### Jour 6 : Chivay – Sibayo

À l'aube, départ de Chivay pour rejoindre Cruz del Condor, un endroit privilégié pour observer le vol du seigneur des Andes. Nous poursuivons la visite du canyon en prenant le temps de nous arrêter dans des villages traditionnels avant de revenir sur nos pas et déjeuner à Chivay.

Dans l'après-midi, notre véhicule nous mènera dans le haut Colca jusqu'au village de Sibayo, région méconnue et oubliée par le tourisme. Accueil par la communauté qui nous recevra chez l'habitant. Avec nos hôtes nous découvrirons le village, ses traditions ancestrales, et partagerons le dîner avec nos familles d'accueil.

### Jour 7 : Sibayo – Raqchi, La route Kanas

Cette journée nous réserve un parcours définitivement en dehors des sentiers battus. Nous rejoindrons à travers la pampa des hauts plateaux la région d'Espinar et Tres Canones pour y visiter la confluence de trois fleuves majeurs qui façonnent les Andes et irriguent la région de Cusco. Sur notre route également, des sites archéologiques intrigants : Kanamarka et Maukallakta. Enfin notre route s'achèvera au petit village de Raqchi où nous attend la communauté locale pour partager avec nous des éléments encore préservés de leurs traditions. Installation dans les familles qui nous recevront dans leurs petites habitations bâties en pierre volcanique.

### Jour 8 : Raqchi – Cusco

La communauté nous accompagnera dans la matinée aux alentours du village pour une ballade interprétative (découverte des cultures, de l'atelier de poterie...) avant la visite du complexe archéologique de Raqchi, qui remplissait une fonction stratégique lors des pèlerinages incas et la conquête de l'Altiplano. Il sera également possible de visiter, à quelques minutes du site, le tambo (caravansérail andin) de Raqchi, en parcourant un court tronçon de la route inca qui traverse la région et qui reliait Cusco au lac Titicaca. Déjeuner d'adieu avec nos familles puis route vers Cusco.

Dîner dans un restaurant folklorique.

## **Jour 9 : Cusco**

Journée consacrée à la visite des splendeurs métissées de la ville de Cusco. Une atmosphère unique règne dans cette ville emblématique des Andes. Nous prendrons le temps de nous imprégner de son ambiance et visiterons les sites principaux de la cité : le musée d'art précolombien, le site de Sacsayhuaman qui domine fièrement la ville, la cathédrale riche en art colonial, et enfin le Qoricancha (ou Temple du Soleil) où l'on pourra saisir toute l'ingéniosité de l'architecture inca.

## **Jour 10 : Cusco – Chinchero, La ceinture de Pachatusan**

Nous dédions cette journée à la découverte de sites satellites de la vallée Sacrée en décrivant une boucle autour de la montagne sacrée de Pachatusan. En matinée visite de Tipon temple à ciel ouvert l'époque Wari, une importante civilisation antérieure à l'Empire Inca, de la citadelle de Pikillacta, ensemble de constructions préhispaniques, étrangement baptisé en quechua ville des puces à la fin de la période coloniale. Déjeuner au petit village de Pisac et visite du site archéologique et de la « porte » Sud de Cusco, où l'on peut observer un magnifique tronçon du Qhapaq Ñan passant sous un aqueduc en forme d'arche.

Sur le retour, visites complémentaires en fonction du temps disponible des églises coloniales de Huaró et Andahuailillas, surnommée « La chapelle Sixtine » des Andes. Celles-ci comportent parmi les plus vieilles fresques murales du christianisme andin. En fin de journée, notre véhicule nous emmènera à Chinchero pour y passer la nuit.

## **Jour 11 : Chinchero – Ollantaytambo**

Le village de Chinchero est construit sur un complexe inca extraordinairement étendu, bâti en pleine campagne afin de servir de lieu de repos à l'Inca Túpac Yupanqui. Les villageois nous inviteront à suivre leur enseignement dans l'art du tissage, héritage de leurs ancêtres. Nous poursuivrons par la visite de Moray, un étonnant site inca de recherche agronomique, puis plus bas dans la Vallée Sacrée, par les salines de Maras, d'origine pré-inca. Elles datent de l'époque où le sel était un bien précieux et rationné.

Enfin nous arriverons à notre dernière étape, Ollantaytambo, seule ville andine ayant conservé son maillage original de rues et des vestiges archéologiques monumentaux de l'époque inca, symboles de la culture vivante des Andes.

## **Jour 12 : Ollantaytambo - Machu Picchu – Cusco**

C'est en train que nous continuerons par le cours sinueux du fleuve sacré Urubamba pour rejoindre Aguas Calientes, ultime station au pied du site de Machu Picchu. Changement total d'ambiance. Les vallées fertiles et agricoles laissent place à la végétation épaisse de la forêt tropicale, emplacement idéal pour ériger une citadelle comme le Machu Picchu, à l'abri des regards. La magie du site opère et ne laissera aucun de nous indifférent face à tant de talent architectural. Nous pourrions agrémenter la visite par une randonnée, pour ceux qui le souhaiteront, au cerro Machu Picchu, en accédant ainsi à un panorama saisissant sur le site et la vallée.

De retour à Aguas Calientes, le train nous attendra pour retrouver les Andes et Cusco.

## **Jour 13 : Cusco - Puno**

Nous quittons Cusco pour rejoindre l'Altiplano avec en point d'orgue le lac Titicaca. Sur notre route plusieurs arrêts seront prévus : L'église coloniale de Checacupe, un bijou d'art religieux colonial, le col de la Raya (4 330 m, point le plus élevé de notre voyage), et le village de Pukara ainsi que son petit musée et le site d'origine de cette civilisation pré-inca du même nom, dominant le paysage avec une vue magnifique.

À notre arrivée à Puno, transfert vers le village de Llachón, sur les rives du lac où nous attendent nos familles d'accueil pour y passer la nuit.

## **Jour 14 : Lac Titicaca**

En début de matinée, nous quitterons nos hôtes pour naviguer jusqu'à l'île Taquile. Les habitants de cette île ont su préserver une organisation sociale étonnante et un art du tissage transmis de générations en générations.

Après le déjeuner, nous continuerons à explorer le lac et parviendrons aux îles flottantes des Uros en fin de journée. À notre arrivée à Qhantati (« aube » en aymara), notre guide nous présentera aux familles vivant sur l'île. Celles-ci nous recevront et nous feront partager leurs histoires et leur musique après le dîner.

## **Jour 15 : Lac Titicaca**

Après le petit déjeuner, nous sortirons aider les familles Uros à couper les tiges de roseau (Totora), plante omniprésente dans leur quotidien. Nous aurons alors l'occasion d'observer la faune et la flore locale de l'incroyable réserve naturelle du Titicaca. Nous irons ensuite retirer les filets posés la veille afin de récolter la pêche du jour et observer les élevages de

truites dans les viviers.

Après notre repas réalisé avec les fruits de la pêche, nous apprendrons à tisser la totora. Retour en bateau en fin de journée à Puno.

## Jour 16 : Puno – Juliaca – Lima

Matinée consacrée à notre retour à Lima : transfert à l'aéroport de Juliaca, vol national vers la capitale, accueil et transfert vers notre hôtel.

Fin de journée libre.

## Jour 17 : Lima colonial – Vol retour

Lima ne se résume pas à Miraflores et son quartier moderne et américanisé. Il faut chercher ses charmes plus près du centre historique, déclaré patrimoine de l'UNESCO en 1991. Nous consacrerons la matinée à visiter le centre colonial de la capitale : sa place d'armes, la cathédrale, l'ancienne station de train, le couvent San Francisco, le musée de l'Inquisition et enfin la place San Martin.

Retour à l'hôtel et transfert vers l'aéroport pour votre vol international.

## Jour 18 : Arrivée à Paris.

Repas et nuit à bord.

### Nota :

Cet itinéraire est fourni à titre indicatif, c'est à dire que suivant les conditions météorologiques et/ou opérationnelles, le guide-accompagnateur qui est en charge du circuit, peut vous proposer des modifications suite à d'éventuels problèmes rencontrés, s'il le juge nécessaire pour votre sécurité et celle du groupe.

## Le prix comprend

- Les vols internationaux Paris-Lima A/R
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [1]
- Le vols intérieur Juliaca - Lima sur compagnie régulière, taxes incluses.
- Tous les transports et les transferts (bus, minibus, train, taxi) sauf pendant les temps libres
- Les hébergements en hôtels\*\* à \*\*\* et 3 nuits chez l'habitant.
- Les repas comme spécifiés dans le programme (11 déjeuners et 6 dîners).
- Les petits déjeuners
- Le guide-accompagnateur Planète Découverte spécialiste de la destination.
- Les guides locaux francophones privés aux étapes.
- Les entrées et les sites mentionnés au programme

## Le prix ne comprend pas

- Les boissons et achats personnels
- Les repas mentionnés « libres ». Comptez 5 à 8 USD / repas / personne.
- Les sites non prévus en option.
- Le visa.

## En option :

- L'assurance voyage : annulation (108€), assistance et rapatriement, [Consultez nos offres](#).
- L'option survol des lignes de Nasca. 110 USD environ, taxes incluses, à régler sur place.

---

### Notes

[1] Taxes aériennes incluant la surcharge carburant avec la compagnie Air France. En cas de réservation sur une autre compagnie pour ce voyage, le montant des taxes peut varier et vous sera au plus tard indiqué 30 jours avant le départ.

## Les prestations

### Le prix comprend

- Les vols internationaux Paris-Lima A/R
- Les taxes d'aéroport et surcharges carburant [1]
- Le vol intérieur Juliaca – Lima sur compagnie régulière, taxes incluses.
- Tous les transports et les transferts (bus, minibus, train, taxi) sauf pendant les temps libres
- Les hébergements en hôtels\*\* à \*\*\* et 3 nuits chez l'habitant.
- Les repas comme spécifiés dans le programme (11 déjeuners et 6 dîners).
- Les petits déjeuners
- Le guide-accompagnateur Planète Découverte spécialiste de la destination.
- Les guides locaux francophones privés aux étapes.
- Les entrées et les sites mentionnés au programme

### Le prix ne comprend pas

- Les boissons et achats personnels
- Les repas mentionnés « libres ». Comptez 5 à 8 USD / repas / personne.
- Les sites non prévus en option.
- Le visa.

### En option :

- L'assurance voyage (185€ ou 222€ avec l'option protection sanitaire pour ce circuit), consultez nos offres pour [une assurance multirisque](#).
- L'option survol des lignes de Nasca. 110 USD environ, taxes incluses, à régler sur place.

## Fiche technique du circuit

---

Formalités / Santé

### Formalités

**Le passeport en cours de validité** suffit pour un séjour touristique inférieur ou égal à trois mois. Un visa est nécessaire et s'obtient à l'entrée sur le territoire (il peut aller de 30 à 183 jours).

Si vous envisagez une extension et de rester plus de trois mois, il faut déposer une demande de visa de long séjour auprès de l'ambassade du Pérou. L'amende relative au dépassement de séjour est d'environ 1 dollar/jour et se paye à la sortie du territoire.

### Adresses / numéros utiles

#### France

- Ambassade du Pérou : 50, avenue Kléber, 75016 Paris. M° Kléber. Tél : 01-53-70-42-00. Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 18 h.
- Consulat du Pérou : 25, rue de l'Arcade, 75008 Paris. M° Madeleine. Tél : 01-42-65-25-10. Courriel : conperparis@wanadoo.fr. Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 15 h.
- Ambassade de France au Pérou : (51) 1 215.84.00 (24h/24) et Télécopie : 215.84.41  
Section consulaire : (51) 1 215.84.25 et Télécopie : 215.84.21 Avenue Arequipa 3415, San Isidro, Lima  
Consulat honoraire à Cusco : Av. Micaela Bastidas 101, Edificio Diagonal - Wanchaq.  
Tél/Fax : (51 084) 233 610

#### Belgique

- Ambassade du Pérou : avenue de Tervueren, 179, Bruxelles 1150. Tél : 02-733-33-19.
- Consulat du Pérou : rue des Praetere, 2-4, Bruxelles 1000. Tél : (02) 641-87-60. Courriel : consulate.peru@conperbruselas.be. Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 17 h.
- Ambassade de Belgique au Pérou : Avenida Angamos Oeste, 380 Miraflores - Lima 18. Tél : + (51) (1) 241.75.66 (Section Visa/Consulaire)  
En cas d'urgence : + 51 999.96.55.50. Fax : + (51) (1) 241.63.79. Mail Ambassade : Lima@diplobel.fed.be

#### Suisse

- Ambassade du Pérou : Chancellerie, Thunstrasse 36, 3005 Berne. Tél. : 031-351-85-55.  
Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h.
- Consulats du Pérou à Genève : rue des Pierres-du-Niton, 17, 1207. Tél. : 022-707-49-17.
- Ambassade de Suisse à Lima : Avenida Salaverry, 3240 San Isidro, Lima 27 Peru. Ad.postale : Casilla 11-0210, Lima 11 Peru. Tél : 0051 1 264 03 05 Fax 0051 1 264 13 19. E-Mail lim.vertretung@eda.admin.ch. Site internet

#### Canada

- Consulats du Pérou à Montréal : 550 Sherbrooke Ouest Street, Office 970, Montréal, Québec H3A-1B9. Tél. : (514) 844-5123 ou 844-4998. Ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 15 h.
- Ambassade du Canada au Pérou Adresse de voirie Bolognesi 228, Miraflores, Lima 18, Perú Adresse postale Casilla 18-1126, Correo Miraflores, Lima, Perú  
Téléphone : 51-1-319-3200 Courriel : lima@international.gc.ca

Assistance aux Canadiens - services consulaires : Les lundis, mardis, mercredis et jeudis de 8 h à midi et de 13 h 15 à 17 h. Les vendredis de 8h00 à 13 h. Information en cas d'urgence après les heures d'ouverture. À frais virés : 613-996-8885 / 613-944-1310 (TTY).

### Santé

#### Avant le départ :

Consultez votre médecin (éventuellement votre dentiste) et lui spécifier qu'une partie du séjour se rend dans les villes d'altitude (Cusco, Arequipa...) et souscrivez à une compagnie d'assistance couvrant les frais médicaux et de rapatriement sanitaire. En cas de soins sur place, à Lima, les cliniques et les hôpitaux privés sont bien équipés, et les médecins, souvent formés en Europe ou aux Etats-Unis, en général de très bon niveau. Mais il est obligatoire de régler les soins

d'avance.

- Hygiène alimentaire, hygiène de l'eau : L'eau distribuée par les réseaux d'alimentation ordinaire n'est pas potable : préférez les eaux en bouteilles capsulées. Evitez la consommation de poissons et de viandes insuffisamment cuits, évitez de manger des fruits et légumes crus sur les marchés.
- Paludisme pour la zone amazonienne du circuit du nord.  
Maladie parasitaire transmise par les piqûres de moustiques qui impose le recours à des mesures de protection individuelle (sprays, crèmes, diffuseurs électriques, moustiquaires...). A ces mesures, doit s'ajouter un traitement médicamenteux adapté à chaque individu : il convient de s'adresser à votre médecin habituel ou à un centre de conseils aux voyageurs.
- Dengue : Maladie virale propagée par un moustique, actif de jour. Il convient donc de respecter les mesures habituelles de protection (vêtements longs, produits anti-moustiques à utiliser sur la peau et sur les vêtements, diffuseurs électriques, la prise d'aspirine est déconseillée)

Pas de vaccinations obligatoire mais la mise à jour de la vaccination diphtérie-tétanos-poliomyélite est conseillée ainsi que celles contre la fièvre typhoïde, hépatites virales A et B.

Dans tous les cas, demandez conseil à votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.

- L'ayahuasca : L'ambassade de France met en garde les voyageurs contre l'usage de l'ayahuasca, plante hallucinogène utilisée par les chamanes en Amazonie. De nombreux guides touristiques peu fiables en proposent aux étrangers. L'usage de l'ayahuasca peut avoir des conséquences médicales graves.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez consulter le site de l'INVS, ainsi que celui de l'OMS, qui vous renseigneront sur l'état sanitaire de ce pays, sur le site de :

- L'institut Pasteur :
- de l'OMS : <https://www.institut-pasteur.fr/sante/centre-medical/vaccinations-internationales-medecine-des-voyages/08per>

## Canada

Consultez l'Agence de Santé Publique :

<http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/index-fra.php>

## Sécurité :

Par mesure de précaution, chaque voyageur pensera à se munir de photocopies de son passeport et de sa police d'assurance (à remettre à l'accompagnateur).

- Il convient d'être prudent face aux risques de vol et d'agression et adopter des attitudes de clairvoyances. Toujours garder ces affaires près de soi, ne pas avoir de signes ostentatoires de richesse... votre guide-accompagnateur vous montrera la bonne attitude à avoir.  
Mouvements sociaux : il peut arriver que des manifestations sociales bloquent les circuits touristiques.
- Risque sismique : Le Pérou est situé dans une zone de forte activité sismique. Pour obtenir plus d'informations sur la conduite à tenir en cas de séisme, vous pouvez consulter la fiche thématique des affaires étrangères consacrée à ce sujet.  
Dans tous les cas, il faut conserver son calme, suivre les instructions données et attendre les secours, si nécessaire. Tout séisme important est suivi d'une série de secousses secondaires (répliques).

---

## Préparer son voyage

### Encadrement

Un guide-accompagnateur Planète Découverte pendant toute la durée du circuit et des guides locaux francophones privés sur certaines étapes.

### Hébergement

Nuits en hôtels standard, 3\*\*\* à 2\*\* ou en auberges simples suivant les régions. En chambre double (chambre simple, avec supplément, ou triple sur demande, nous consulter) avec les petits-déjeuners inclus. Parfois nuits chez l'habitant où le confort est plutôt rudimentaire (selon circuits).

## Bagages/portage

Lors des déplacements et transferts, chacun doit porter ses bagages. Nous vous conseillons de voyager avec un sac à dos ou un sac de voyage souple, avec ou sans roulettes, ou sac polochon. **EVITEZ DE VOUS CHARGER.** Il sera possible de laver votre linge. Puis pensez à tout ce que vous allez rapporter ! Un petit sac à dos est très utile pour les déplacements en journée et les visites (appareil photos, lunettes, guide, etc.). Il pourra servir de bagage cabine. Ce bagage à mains ne doit pas dépasser 5kg. (Ne pas y mettre de couteau ou d'objet contondant).

## Déplacement :

En minibus privé, bus de ligne, 4X4, vol intérieurs (selon le circuit), train.

## Vêtements et matériels

Prévoyez des vêtements en conséquence : (voir rubrique climats).

- Lampe de poche (ou frontale)
- Couteau (veillez bien à le laisser dans votre bagage de soute lors de l'enregistrement)
- Vos affaires de toilette + serviette de bains (en nids d'abeilles, elle sèche plus facilement !)
- Lunettes de soleil (verres à fort pouvoir filtrant)
- Une crème solaire
- Chapeau ou casquette
- Petite trousse à pharmacie de base (Il n'y a pas de pharmacie collective)
- Si vous portez des lunettes, une paire de rechange
- Une veste coupe-vent imperméable
- Une polaire ou un pull.
- Tee-shirts, chemises à manches longues
- Pantalons légers
- Shorts bermudas
- Maillot de bain.
- Vêtement de pluie.
- Foulard (attention à l'air conditionné)
- Chaussures confortables et de marche selon le circuit.
- Un sac de couchage type - 5 ° C confort selon circuit.

## Achats

Des tissus aux couleurs chatoyantes sont vendus au mètre, on les retrouve sous forme de sacs, ponchos, vestes, couvertures... On trouve aussi des gros pulls en laine d'alpaga ou de lama.

**Autres idées de cadeaux :**

- Un E'keko (symbole quechua), il s'agit d'une figurine représentant un homme portant sur le dos tout ce qui peut assurer sa survie (argent, sacs de nourriture, instrument de musique, jarres, tissus...).
- Des objets d'art populaire : comme les « Retablos » (des figurines dans une boîte de bois à volets peints), des églises de barro (des églises miniatures en argile) et des Calebasses (mates burilados), pyrogravées et peintes ou gravées à l'eau-forte.
- A Catacaos près de Piura : on trouve de beaux bijoux.
- A Monsefú, près de Trujillo il y a des nappes et serviettes de table brodées, sets de table en paille colorée.
- A Puno, de superbes masques de carnaval.
- A Ayacucho des céramiques en terre cuite à motifs.
- A Lima, les marchés regorgent de miroirs, de cadres de style colonial, de bijoux comme au marché Inca de l'avenida Petit-Thouars et dans la rue La Paz (Miraflores).

Les magasins ouvrent de 9/10 h à 12 h 30 et de 15/16 h à 20 h, du lundi au vendredi. Et de 9/10 h à 12 h 30 le samedi. Ils sont fermés le dimanche.

## Budget

Pour les repas non compris (voir circuits Pérou, rubrique : prix comprend/ne comprend pas), comptez un budget de l'ordre de 4 à 10 euros / personne par repas.

## Pourboires

Prévoir un pourboire pour les guides locaux (2 euros par jour et par personne) et pour les chauffeurs (1 euro par jour et par personne).

Pour les restaurants, taxis ... il n'y a pas de règle générale, votre guide vous renseignera précisément à ce sujet.

---

## Informations pratiques

### Electricité :

220 volts. Prises plates à 2 fiches, identiques à celles utilisées en Amérique du Nord. Adaptateur à se procurer sur place ou avant le départ.

### Poids et mesures

Système métrique.

### Téléphone :

- De la France vers le Pérou : composer le 00 + 51 indicatif de la ville (sans le 0) + numéro du correspondant. Les numéros des téléphones portables (cellulaires) commencent par 9.
- Du Pérou vers la France : composer le 00 puis le 33 + les 9 derniers chiffres du numéro de l'abonné (sans le 0 en tête), vers la Suisse : composer le 00-41 ; vers la Belgique : le 00-32 ; vers le Canada : le 00-1.
- Pour un appel intérieur : indicatif de la ville + numéro.
- Téléphoner au Pérou ne présente pas de difficultés, il y a beaucoup de publiphones fonctionnant avec des pièces ou des cartes à puce (en vente dans les kiosques). Il existe aussi des locutorios, des télé-centres équipés de cabines (et souvent d'ordinateurs), leur tarif pour l'international est en général très intéressant. Il y a aussi les cartes Hola Perú, pour 10 NS (3 €), on peut téléphoner pendant plus d'une heure et demie, il suffit de composer le 1588, puis le code de la carte et le numéro désiré.

### Poste :

L'envoi de lettres ou de cartes postales depuis le Pérou est assez cher : environ 5,50 NS (1,60 €) Il est conseillé de poster votre courrier dans les postes centrales. Comptez environ 2 semaines pour que la carte arrive en Europe (depuis Lima), environ une semaine pour le Canada.

### Internet :

On trouve à Lima comme partout dans le pays beaucoup de cybercafés, il faut compter environ 1 ou 2 NS de l'heure et jusqu'à 5 NS dans certains endroits plus touristiques. Le réseau wifi se développe rapidement et de nombreux hôtels (ou même cafés) en sont équipés, surtout dans les grandes villes.

### Change :

La monnaie nationale péruvienne est le nuevo sol (NS), bien que le dollar US soit souvent employé sur les sites touristiques et dans les hôtels et les restaurants les plus chics.

- 1 NS (nuevo sol) = environ 0,25 € ou 0,36 USD.
  - 3,80 NS = 1 € ou 2,70 NS = 1 USD.
- Site de conversion des devises : <http://www.xe.com>

L'euro en espèces se change facilement presque partout, en particulier dans les casas de cambio et dans certains magasins, c'est souvent plus difficile dans les banques des petites villes et villages qui ne changent souvent que les dollars. Il y a aussi des changeurs de rue qui sont censés posséder une carte professionnelle. Toujours s'informer sur le taux pratiqué ! Le dollar US s'échange également dans les bureaux de change, changeurs de rues ... mais aussi dans les banques qui sont présentes jusque dans les petites villes.

Veillez à ce que vos billets soient en bon état !

Évitez les chèques de voyage en euros, car ceux-ci ne s'échangent qu'à Lima et difficilement.

Il existe des distributeurs de billets acceptant les cartes Visa et MasterCard, dans toutes les villes et de plus en plus souvent dans les villages, ils sont par contre souvent mal approvisionnés, (ces opérations comportent bien sûr des frais bancaires et refusent parfois les retraits supérieurs à 400 NS, environ 115 €). Possibilité également de retirer de l'argent avec sa carte de paiement et son passeport, au guichet du Banco de Crédito.

Il est possible de recharger, en euros, les nuevos soles qui vous restent à l'aéroport de Lima, mais à un taux très défavorable !

Il est aussi possible de payer avec sa Carte de crédit dans certains restaurants ainsi que dans quelques boutiques.

## Climat :

Sur la côte pacifique du Pérou, l'été (Austral) de décembre à février est chaud (26° à 30°) et l'hiver est un peu frais (10° à 18°). Dans les Andes, le climat est bien sûr très différent : la saison sèche dure de mai à septembre et la saison des pluies d'octobre à avril avec des températures plus élevées le jour (25°), mais les nuits sont fraîches ! Mêmes saisons pour la forêt amazonienne (Est du Pérou), où le climat est plus chaud (les températures peuvent atteindre 35° l'été) et l'humidité est élevée. Les meilleures saisons sont de janvier à mars pour les côtes et mai à novembre pour les Andes et l'Amazonie.

### Lima

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	26°	26°	26°	24°	22°	20°	19°	18°	19°	20°	22°	24°
min	20°	20°	20°	18°	17°	16°	15°	15°	15°	16°	17°	18°
Pluie mm	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	2

### Cuzco

Temp	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
max	17°	17°	18°	18°	19°	18°	18°	18°	19°	20°	19°	18°
min	7°	7°	7°	6°	3°	1°	1°	2°	5°	6°	7°	7°
Pluie mm	140	110	90	30	..	..	..	..	20	40	60	100

## Heure local :

### GMT/UTC - 5h

Quand il est 12 heures à Paris (heure d'été), il est 5 heures du matin à Lima et quand il est 12h (heure d'hiver) à Paris, il est 6 heures à Lima. Le décalage entre Paris et Lima est de -5 h en été et de -6h en hiver.

Quand il est 12 h du matin (heure d'été) à Montréal, il est 11h du matin à Lima et quand il est 12h (heure d'hiver) à Montréal, il est 6 heures à Lima. Le décalage étant de -1h en été et de -2h en hiver.

(Le Pérou ne change pas d'heure au cours de l'année).

## Transports

- Infrastructures routières :

Les grands axes sont corrects, mais les routes de montagne sont difficiles, car mal entretenues et escarpées. Il est vivement recommandé de ne circuler que de jour dans les zones rurales et sur la route panaméricaine. Il existe un service de compagnies nationales de bus considéré comme sûr.

- Transport aérien :

L'avion est le plus pratique et même si les horaires fluctuent tout au long de l'année, tous les points importants du pays sont desservis par au moins deux compagnies. Le Pérou applique des taxes aéroportuaires pour tous ses vols, nationaux et internationaux.

- Survol des lignes de Nazca : En attendant la mise en place de mesures de sécurité, l'ambassade de France déconseille formellement d'effectuer en avion le survol des lignes de Nazca.

## Nourriture

Traditionnellement, le petit-déjeuner est souvent léger et l'on mange tard le soir. Les repas le plus copieux sont les déjeuners.

Sur la côte, on mange des marinades de poissons, crevettes, ou fruits de mer, appelées ceviche, à base de citron vert, de piments et d'oignons.

Dans les montagnes, les spécialités sont les viandes rôties, surtout le cochon d'Inde (cuy), souvent épicées, servies avec des patates douces, mais aussi la viande de bœuf, de venado (biche), de porc et les steaks d'alpaga. Le pays possède plus de 4 000 variétés de pommes de terre, originaire de la région nord du Titicaca, elles étaient déjà connues 900 ans avant notre ère.

### Voici quelques plats typiques de la cuisine péruvienne

- Le lomo saltado, viande tranchée, frite avec des oignons, des tomates et des pommes de terre (papas), accompagné de riz ou de maïs, peut être considéré comme le plat national, on en trouve dans tout le pays.
- Le palta rellena est un avocat farci de poulet émietté, pommes de terre et mayonnaise (pour les petits repas).
- L' Adobo : ragoût de porc mariné dans la chicha.
- Le Carapulcra : pommes de terre séchées, cacahuètes, viande de porc ou poulet.
- Le Chicharrón : porc mariné, bouilli puis frit dans sa propre graisse, servi avec des oignons et du camote (patate douce).

#### Et comme desserts :

- Le Churro : un beignet fourré de confiture de lait (manjar blanco) ou de chocolat saupoudré de sucre.
- La Mazamora : crème dessert à base de maïs violet et d'ananas.
- Suspiro limeño : crème dessert à base de blancs d'œufs battus en neige, de lait concentré et d'une touche d'alcool.
- Tejas : fruits glacés enrobés de caramel et de chocolat à la noix, au citron, à la figue, etc.
- Et sur les marchés, on trouve toutes sortes de fruits exotiques plus ou moins connus : papayes, fruits de la passion, pastèques, pepinos, ananas et bananes ...

#### Boissons

- L'Inca Kola, le soda national jaune fluo au goût de chewing-gum, à base d'une plante que l'on peut boire encore aujourd'hui en infusion : l'hierba Luisa.
- La chicha morada, un rafraîchissement à base d'eau de cuisson de maïs violet, que l'on a fait bouillir avec de la peau d'ananas et de la cannelle (servir chaud ou froid, rajouter du sucre).
- Le pisco : une eau-de-vie à base de raisin (autour de 40°), dont le Chili et le Pérou se disputent l'origine ! Elle se boit pure ou en cocktail.
- On trouve une dizaine de bières locales dont la Cusqueña, la Cristal, la Pilsen et l'Arequipeña.
- Et la chicha de jora, sorte de bière de maïs peu alcoolisée, très populaire, dans les montagnes.
- Le Pérou produit également quelques vins, qui sont concurrencés par les nombreux vins chiliens et argentins.
- L'emoliente, boisson chaude à base de plantes et de jus de citron.
- Le fameux mate de coca, une infusion à base de feuilles de coca qui vous aide à prévenir le soroche (mal d'altitude).

---

#### Données culturelles

### Bibliographie.

#### Guides de voyage :

- Pérou, Bolivie, le guide du Routard. Ed. Hachette Tourisme 2011.
- Pérou, Guide Le Petit Futé (2008-2009).
- Pérou, Guide Lonely Planet.
- Pérou, Guide Bleu Évasion.
- Pérou, Guide Mondéos.
- Pérou, Guide Footprint Gallimard.
- Pérou, guide Gallimard. Coll. Bibliothèque du voyageur.

#### Lectures conseillées écrivains péruviens :

- "La Ville et les chiens", "Les cahiers de Don Rigoberto", "La tante Julia et le scribouillard " et tous les romans de Mario Vargas Llosa, prix Nobel de Littérature en 2010.
- "Les Veines ouvertes de l'Amérique latine", d'Eduardo Galeano.
- "Hauteurs de Machu-Picchu", de Pablo Neruda, poésie contemporaine.
- "La littérature orale quechua de la région de Cuzco", de César Itier, une douzaine d'exemples de la littérature orale quechua, en langue originale et traduits en français, et qui mettent en scène le monde rural péruvien : hommes et femmes, animaux, dieux, Jésus-Christ, etc.

#### Livres sur le Pérou :

- "Le Temple du Soleil", d'Hergé.
- "Pérou", de Pierre Croux. Beau recueil de dessins de voyage, éd. Terrefort.
- "Pérou, vision de l'empire du soleil", de Etienne Dehau et Fernando Carvallo, éd. Hermé.
- "La prophétie des Andes " James Redfield.

- "L'archéologie vue du ciel". Ed. Hazan. Les plus grands vestiges de l'humanité tels qu'on les découvre depuis le ciel.
- "Le chemin de l'Inca, Qhapac Nan ", carnet de voyage et photographies de Patrick Bard - Ed. Seuil, 2006.
- "En liberté dans les champs du Seigneur", de Peter Matthiessen, un roman qui traite du conflit entre les forces du "développement" et les peuples indiens. A été adapté au cinéma par Hector Babenco en 1992.
- "Voyage au Pérou : sur les pas de Flora Tristan", de Laure de Guerny.

## Filmographie

- "El Pantaleon y las visitadoras", de Francisco Lombardi.
- "Yamare Fiesta", de Lis Figueroa.
- "Octubre", de Diego et Daniel Vega Vidal. Prix du jury au festival de Cannes 2010.
- "Madenusa", de Claudia Llosa.
- "Vingt ans au cœur de l'Amazonie", par Jérôme Pasteur. Au cœur de la forêt amazonienne, l'auteur raconte son profond attachement envers une tribu indienne, les asháninka. Sa « seconde famille ». DVD : Media 9, coll. DVD Guides " Pérou, Le temple de l'Inca ", de Pierre Brouwers. Paru fin 2003.

## Musicographie

- "La Flor de la canela", de Chabuca Granda.
- Les disques de Suzana Baca.

## Petit lexique :

- S'il vous plaît : Por favor
- Où ? : ¿ Dónde ?
- À gauche : A la izquierda
- À droite : A la derecha
- Tout droit : Derecho
- Chaud : Caliente
- Froid : Frío
- Ouvert : Abierto
- Fermé : Cerrado
- Libre : Libre
- Je cherche : ¿ Dónde está ?
- Parlez-vous français ? : ¿ Habla usted francés ?
- Aidez-moi, svp : ¿ Me puede ayudar, por favor ?
- Bonjour : Buenos días
- Bonsoir : Buenas tardes
- À demain : Hasta mañana
- À quelle heure ? : ¿ A qué hora ?
- Hôtel : Hotel
- Auberge : Posada
- Restaurant, Café : fonda ; merendero
- Où y a-t-il ? : ¿ Dónde hay ?
- Apportez-moi l'addition, s'il vous plaît : Traigame la cuenta, por favor
- Combien cela coûte-t-il ? : ¿ Cuánto cuesta ?
- Je désire acheter ceci : Quisiera comprar eso