

TABLE DES MATIÈRES

COMMENT Y ALLER ?

- LES LIGNES RÉGULIÈRES 12
- LES ORGANISMES DE VOYAGES 12

GÉNÉRALITÉS COMMUNES AU GUATEMALA, AU YUCATÁN ET AU CHIAPAS

- AVANT LE DÉPART 27
- CUISINE 30
- HISTOIRE 32
- ITINÉRAIRES SUGGÉRÉS 33
- LANGUE 34
- MARCHANDAGE 35
- UNITAID 35
- ZAPATISTES 36

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT
SUR LE GUATEMALA 38

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD AU GUATEMALA ... 39

GUATEMALA UTILE

- ABC DU GUATEMALA 40
- AVANT LE DÉPART 40
- ARGENT, BANQUES, CHANGE ... 42
- ARTISANAT, ACHATS 43
- BUDGET 43
- CLIMAT 44
- COURANT ÉLECTRIQUE 44
- DANGERS ET
ENQUIQUINEMENTS 44
- DÉCALAGE HORAIRE 46
- DROGUE 46
- FÊTES ET JOURS FÉRIÉS 46
- HÉBERGEMENT 46
- LANGUE 47
- LIVRES DE ROUTE 47
- PHOTOS 48
- POSTE 48
- SANTÉ 48
- SITES ARCHÉOLOGIQUES ET
MUSÉES 49
- SITES INTERNET 49
- TÉLÉPHONE,
TÉLÉCOMMUNICATIONS 49
- TRANSPORTS 50

GUATEMALA : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

- BOISSONS 52
- CUISINE 52
- DROITS DE L'HOMME 53
- ÉCONOMIE 53

4 TABLE DES MATIÈRES

• ENVIRONNEMENT	54	• PERSONNAGES	60
• GÉOGRAPHIE	55	• POPULATION	62
• HISTOIRE	55	• RELIGIONS ET CROYANCES	62
• LES MAYAS AUJOURD'HUI	58	• SAVOIR-VIVRE ET COUTUMES ...	63
• MÉDIAS	59	• SITES INSCRITS AU	
• Programmes en français sur		PATRIMOINE MONDIAL	
TV5MONDE • Journaux, télévision		DE L'UNESCO	63
• Liberté de la presse			

LE GUATEMALA (AVEC EXTENSION AU HONDURAS : COPÁN)

LE PETÉN

• FLORES	65	• YAXHÁ, NAKUM ET EL	
• EL REMATE	76	NARANJO	89
• TIKAL	79	• SAYAXCHÉ	90
• UAXACTÚN	87	• El Ceibal • Aguateca • Dos Pilas	
• EL MIRADOR	89		

L'EST

• RÍO DULCE	92	• QUIRIGUA	109
• LIVINGSTON	97	• CHIQUIMULA	111
• Les cascades de Los Siete Altares • Les plages de Cocoli • Playa Blanca • Río Branco • Balade sur le río Dulce • Visite à Ak' Tenamit		• Estanzuela • Esquipulas	
• Les <i>cayes</i> du Belize			
• PUERTO BARRIOS	105		

Extension au Honduras : Copán

• COPÁN (LA VILLE)	114
• COPÁN (LE SITE)	118

LE CENTRE

• COBÁN	123	le Pacifique et la plage de Monterrico	
• Semuc Champey (cascades) et Lanquín (grottes) • El biotopo del Quetzal (réserve naturelle Mario Dary Rivera) • Candelaria (grottes)		• ANTIGUA	140
• CIUDAD GUATEMALA	128	• Centro cultural La Azotea • El Cerro de la Cruz • L'ascension des volcans alentour : volcán Pacaya et volcán Agua	
• Mixco Viejo • San Juan • Au sud :			

LE LAC ATITLÁN

• SOLOLÁ	156	• SANTIAGO ATITLÁN	168
• PANAJACHEL	157	• Le tour des volcans Tolimán et Cerro de Oro	
• Cerro de Oro • Volcán San Pedro		• SAN PEDRO	170
• Volcán Atitlán		• SANTA CRUZ LA LAGUNA	173
		• SAN MARCOS	174
		• SAN JUAN	174

Les villages autour du lac

• SANTA CATARINA PALOPÓ	167
• SAN ANTONIO PALOPÓ	167

L'ALTIPLANO

• CHICHICASTENANGO	175	• Momostenango • Le marché d'Almolonga • Zunil • Fuentes Georginas (sources thermales) • Au sud : le Pacifique, les plages de Tilapa et Tulate	
• Au nord de Chichicastenango, Nebaj et le triangle Ixil : Santa Cruz del Quiché, Sacapulas, Nebaj et Chajul			
• QUETZALTENANGO (XELA)	183	• HUEHUETENANGO	191
• Volcán Santa María • San Andrés Xecul • San Cristóbal Totonicapán		• Sierra de los Cuchumatanes	
• Iglesia San Jacinto à Salcaja • Le marché de San Francisco El Alto		• Zaculeu (ruines)	
		• TODOS SANTOS	196

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT SUR LE BELIZE	198
--	-----

BELIZE UTILE

• ABC DU BELIZE	199	• FÊTES ET JOURS FÉRIÉS	202
• AVANT LE DÉPART	199	• LANGUE	202
• ARGENT, BANQUES, CHANGE	200	• LIVRE DE ROUTE	203
• BUDGET	200	• SITES INTERNET	203
• CLIMAT	201	• TÉLÉPHONE, TÉLÉCOMMUNICATIONS	203
• COURANT ÉLECTRIQUE	202	• TRANSPORTS	203
• DÉCALAGE HORAIRE	202		
• DROGUE	202		

BELIZE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

• CAYES ET PLONGÉE	204	TV5MONDE	
• ÉCONOMIE	204	• POPULATION	206
• ENVIRONNEMENT	204	• RELIGION	206
• HISTOIRE	205	• SITE INSCRIT AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO	207
• MÉDIAS	206		
• Programmes en français sur			

LE BELIZE (EX-HONDURAS BRITANNIQUE)

COMMENT Y ALLER ?

• LA FRONTIÈRE MEXICAINE	208	GUATÉMALTÈQUE	209
• LA FRONTIÈRE			

LE BELIZE

• SAN IGNACIO	209	• BELIZE CITY	212
• Xunantunich (site archéologique)		• Community Baboon Sanctuary	
• Mountain Pine Ridge Reserve		• Altún Ha • Turneffe Atoll	
• Caracol		• AMBERGRIS CAYE	224

6 TABLE DES MATIÈRES

• CAYE CAULKER	227	• GLOVER'S REEF	235
• DANGRIGA	232	• PLACENCIA	236
• Hopkins • Cockscomb Basin Sanctuary		• PUNTA GORDA	239
• TOBACCO CAYE	234	• Lubaantún • Sapodilla Cayes	

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT SUR LE MEXIQUE	242
---	-----

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD AU MEXIQUE ...	243
---	-----

MEXIQUE UTILE

• ABC DU MEXIQUE	244	• LANGUE	254
• AVANT LE DÉPART	244	• POSTE	255
• ARGENT, BANQUES, CHANGE	246	• POURBOIRE (<i>PROPINA</i>)	255
• ACHATS, ARTISANAT	248	• SANTÉ	255
• BUDGET	248	• SITES ARCHÉOLOGIQUES ET MUSÉES	257
• CLIMAT	249	• SITES INTERNET	257
• COURANT ÉLECTRIQUE	250	• TÉLÉPHONE, TÉLÉCOMMUNICATIONS	257
• DÉCALAGE HORAIRE	250	• TRANSPORTS	259
• DROGUE	250	• TRAVAIL BÉNÉVOLE	263
• FÊTES ET JOURS FÉRIÉS	251		
• HÉBERGEMENT	253		

MEXIQUE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

• HISTOIRE	264	L'UNESCO	266
• SITES INSCRITS AU PATRIMOINE MONDIAL DE		• LE ZÓCALO	266

LA PÉNINSULE DU YUCATÁN ET LE CHIAPAS

LA PÉNINSULE DU YUCATÁN

• DISTANCES DANS LA PÉNINSULE	268	chéologique) • Chicxulub	
• CAMPECHE	268	• CELESTÚN	294
• Edzná • Les sites mayas du Río Bec : Calakmul (réserve naturelle et site), Chicanná et Becán		• IZAMAL	296
• MÉRIDA	277	La Ruta Puuc	
• Tixkokob • Dzibilchaltún (site ar- chéologique) • Mayapán (site ar-		• LE LONG DE LA ROUTE, QUELQUES HACIENDAS	300
		• Hacienda Yaxcopoil • Hacienda Temozón • Hacienda Ochil	

• UXMAL	300	• PUNTA BETE (XCALACOCO)	347
• KABÁH	306	• PLAYA DEL CARMEN	348
• SAYIL	306	• ISLA COZUMEL	358
• LABNÁ	307	• PARQUE XCARET	366
• DE LABNÁ À CHICHÉN ITZÁ	307	• PAAMUL	367
• LOLTÚN	308	• PUERTO AVENTURAS	368
• CHICHÉN ITZÁ	308	• AKUMAL ET CALETA YAL-KÚ ...	369
• Cenote Ik-Kil • Balancanche (grottes)		• XEL-HÁ	370
• VALLADOLID	317	• HIDDEN WORLDS CENOTES PARK	371
• Cenote X-Kekén (Dzitnup)		• TULUM	372
• Ek'Balam (ruines)		• Gran Cenote • La réserve natu- relle de Sian Ka'an • Muyil (ruines)	
• RÍO LAGARTOS	323	• COBÁ	384
• ISLA HOLBOX	324	• LAGUNA DE BACALAR	386
• CANCÚN	328	• CHETUMAL	387
• ISLA MUJERES	335	• Laguna Guerrero • Kohunlich	

La côte, de Cancún à Tulum

• PUERTO MORELOS	346
------------------------	-----

LE CHIAPAS

• LES DISTANCES DANS LE CHIAPAS	391	• Toniná (ruines)	
• UN ÉTAT INDIEN	391	• SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS	416
• LES INDIENS AUJOURD'HUI	392	• Les grottes • Les villages tzotzi- les : San Juan Chamula, Zinacan- tán	
• LES ENJEUX ÉCONOMIQUES ...	392	• COMITÁN	430
• ORGANISATION SOCIALE	392	• Tenam Puente	
• VOYAGER DANS LE CHIAPAS ..	393	• LAGUNAS DE MONTEBELLO	435
• PALENQUE	394	• TUXTLA GUTIÉRREZ	437
• Misol-Ha (cascade) • Agua Clara		• Cañon del Sumidero	
• Agua Azul			
• BONAMPAK ET YAXCHILÁN	408		
• OCOSINGO	412		

• INDEX GÉNÉRAL	455
• OÙ TROUVER LES CARTES ET LES PLANS ?	458

Nous avons divisé ce pays en plusieurs titres. En effet, la très grande majorité d'entre vous ne parcourent pas tout le pays. Et ces contrées sont tellement riches culturellement qu'elles nécessitent deux guides à elles seules. Rassemblés en un seul volume, nos ouvrages atteindraient 1 500 pages. Ils seraient alors intransportables et coûteraient... 3 fois plus cher ! Nous souhaitons conserver un format pratique à un prix économique, tout en vous fournissant le maximum d'informations sur des régions qui méritent d'être développées. Voilà !

La rédaction