

TABLE DES MATIÈRES

LES QUESTIONS QU'ON SE POSE LE PLUS SOUVENT 12

LES COUPS DE CŒUR DU ROUTARD 13

COMMENT ALLER AU PÉROU ET EN BOLIVIE ?

- LES LIGNES RÉGULIÈRES 14
- LES ORGANISMES DE VOYAGES 14
- DEPUIS LES PAYS
LIMITROPHES 38

GÉNÉRALITÉS COMMUNES AUX DEUX PAYS

- AVANT LE DÉPART 40
- ARGENT, BANQUES, CHANGE 42
- ART TEXTILE 43
- COCA 44
- CONSEILS DE VOYAGE
(EN VRAC) 46
- COURANT ÉLECTRIQUE 47
- GÉOGRAPHIE 47
- HISTOIRE 49
- HISTOIRE CONTEMPORAINE 59
- ITINÉRAIRES 59
- LAMAS ET C^{ie} 60
- LANGUE 61
- PHOTO 63
- RELIGIONS ET CROYANCES 64
- SANTÉ 66
- TREKKING – RANDONNÉES 68
- UNITAID 70

PÉROU UTILE

- ABC DU PÉROU 71
- AVANT LE DÉPART 71
- ARGENT, BANQUES,
CHANGE 73
- ARTISANAT, ACHATS 74
- BUDGET 76
- CLIMAT 76
- DANGERS ET
ENQUÊTEMENTS 79
- DÉCALAGE HORAIRE 80
- FÊTES ET JOURS FÉRIÉS 80
- HÉBERGEMENT 81
- LIVRES DE ROUTE 82
- POSTE 83
- SITES INTERNET 84
- TÉLÉPHONE –
TÉLÉCOMMUNICATIONS 84
- TRANSPORTS 85

PÉROU : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

• BOISSONS	90	• Votre TV en français : TV5MONDE	
• CINÉMA	91	• Presse • Télévision • Radio	
• CUISINE	91	• Liberté de la presse	
• DROITS DE L'HOMME	93	• PERSONNAGES	104
• ÉCONOMIE	94	• POPULATION	106
• ENVIRONNEMENT	95	• SITES INSCRITS AU	
• GÉOGRAPHIE	96	PATRIMOINE MONDIAL	
• HISTOIRE CONTEMPORAINE	97	DE L'UNESCO	106
• MÉDIAS	102	• SPORTS ET LOISIRS	106

LE PÉROU

• LIMA	109	• Ruinas de Pachacamac	
--------------	-----	------------------------	--

LE SUD DU PÉROU

• HUANCAYO	150	• Sillustani • Ichu • Chucuito • Peninsula de Capa Chica	
• AYACUCHO	152	• LE LAC TITICACA	237
• Le circuit Wari-Quinoa • Vilcashuamán		• Les îles flottantes : Uros • Isla de Amantani • Isla de Taquile	
• CUZCO	157	• JULI	243
• Tambomachay • Pukapukara		• AREQUIPA	244
• Q'enqo • Sacsayhuamán • Tipón		• Yanahuara • Cayma • Tingo • Le mirador de Sachaca • Sabandia	
• Pikillaqta • Andahuaylillas • Raqchi		• Mansión del Fundador • L'escalade du Misti • L'escalade du Chachani • Excursion de la vallée du Majes • Sitio del Toro Muerto • Valle de los Volcanes • Cotahuasi	
• LA VALLÉE SACRÉE		• CAÑÓN DE COLCA	268
DES INCAS	188	• Chivay • Yanque et ses environs	
• PÍSAC	190	• Les miradors de Cruz del Condor et de Tapay • Cabanaconde	
• URUBAMBA	193		
• Maras • Las Salinas • Moray			
• CHINCHERO	195		
• OLLANTAYTAMBO	196		
• LE CHEMIN DE L'INCA	200		
• AGUAS CALIENTES	203		
• LE MACHU PICCHU	208		
• CHOQUEQUIRAU	215		
• COTABAMBAS	217		
• DE CUZCO À NAZCA	218		
• Abancay • Anta • Tarahuasi • Piedra de Sayhuite			
• PUERTO MALDONADO	219		
• PUNO	223		

La côte entre Arequipa et Lima

• CHALA	280
• NAZCA	281
• Cementerio de Chauchilla • Canales et acueducto de Cantalloc	
• Museo-casa de Maria Reiche	

• ICA	288
• Laguna de Huacachina • El Cata- dor • Bodegas Vista Alegre	
• PISCO	293

LE NORD DU PÉROU

• CHURÍN	297
• HUÁNUCO	299
• TINGO MARÍA	301
• Cueva de las Lechuzas • Cueva de las Pavas	
• PUCALLPA	302
• IQUITOS	306
• Playa de Santa Clara • Cria (éle- vage) de païche de l'Instituto de investigación de la Amazonia pe- ruana • Parque de Quistococha	
• Pilpintuwasi • Tamshiyacu • In- diana • Mazan • Reserva natural de Pacaya Samiria	
• TANTAMAYO	322
• ITINÉRAIRE TANTAMAYO- LA UNIÓN-CHIQUÍAN- HUARAZ	323

La cordillera Blanca (cordillère Blanche)

• PARQUE NACIONAL HUASCARÁN	324
• HUARAZ	324
• Le mirador de Rataquena • Rui- nas de Willcahuaiñ • Laguna Chu- rup • Laguna 69 • Pastoruri	
• CHAVÍN DE HUÁNTAR	335
• MONTERREY	337
• YUNGAY	338
• CARAZ	339
• Laguna de Parón • Cañon del Pato • Le site des Puyas Raimondi	

• Tambo Colorado	
• PARACAS ET ISLAS BALLESTAS	296

• TREKKING DANS LA CORDILLERA BLANCA	342
---	-----

La côte nord

• CASMA	347
• Sechín • Tortugas	
• CHIMBOTE	349
• TRUJILLO	351
• Zona arqueológica de Chan Chan • Huaca Esmeralda • Huaca El Dragón ou del Arco de Iris	
• Huacas del Sol y de la Luna • Mi- nizoologico educativo	
• HUANCHACO	362
• CAJAMARCA	364
• Cumbe Mayo • Baños del Inca • Ventanillas de Otuzco • Kuntur Wasi	
• KUELAP	372
• CHICLAYO	374
• Lambayeque • Pimentel • Museo nacional de Sicán à Ferreñafe	
• Bosque de Pomac • Túcume	
• Motupe • Huaca Rajada (Sipán)	
• Zaña (Saña)	
• PIURA	382
• Catacaos • Aypate	
• TUMBES	387
• Puerto Pizarro • Zorritos • Punta Sal • Máncora	
• PASSAGE DE LA FRONTIÈRE PÉROU-ÉQUATEUR	394

BOLIVIE UTILE

• ABC DE LA BOLIVIE	396	• ARTISANAT, ACHATS	398
• AVANT LE DÉPART	396	• BUDGET	399
• ARGENT, BANQUES, CHANGE	397	• CLIMAT	400

6 TABLE DES MATIÈRES

• DANGERS ET ENQUIQUEMENTS	403	• POSTE	407
• DÉCALAGE HORAIRE	404	• SITES INTERNET	407
• FÊTES ET JOURS FÉRIÉS	404	• TÉLÉPHONE – TÉLÉCOMMUNICATIONS	407
• HÉBERGEMENT	405	• TRANSPORTS	408
• LIVRES DE ROUTE	406		

BOLIVIE : HOMMES, CULTURE ET ENVIRONNEMENT

• BOISSONS	416	• Presse, télévision, radio • Liberté de la presse	
• LES CHEMINS DU BAROQUE	417	• <i>MERCADOS BOLIVIANOS</i>	434
• CINÉMA	419	• MUSIQUE	435
• CUISINE	419	• PERSONNAGES	436
• DROITS DE L'HOMME	420	• POPULATION	438
• ÉCONOMIE	421	• SITES INSCRITS AU PATRIMOINE MONDIAL DE L'UNESCO	438
• GÉOGRAPHIE	423	• SPORTS ET LOISIRS	438
• HISTOIRE	425		
• HISTOIRE CONTEMPORAINE	428		
• MÉDIAS	433		

• Votre TV en français : TV5MONDE

LA BOLIVIE

ALTIPLANO, ANDES

• LA PAZ	441	• SAJAMA	488
• Valle de la Luna et muela del Diab- lo • Trekking dans la cordillère Royale : le Huayna Potosí, le che- min des Incas de Takesi, le che- min des Incas del Choro et les chemins de Yunga Cruz		• POTOSÍ	490
• SORATA	469	• Laguna de Tarapaya • Lagunas de Kari-Kari • Manquiri • Hacienda Cayara • Mercado de Betanzos	
• COPACABANA ET LE LAC TITICACA	471	• UYUNI, LE SALAR ET LE SUD-LÍPEZ	506
• Isla del Sol • Isla de la Luna		• Le Salar • Isla Inca Huasi • Isla del Pescado • Entre isla Inca Huasi et San Juan • San Juan de Rosa- rio • Le Sud-Lípez : le salar de Chiguana, lagunas de Cañapa, Hedionda, Charcota, Honda et Ramaditas, desierto Siloli, laguna Colorada, les geysers Sol de Ma- ñana, le salar de Chalviri, le désert de Salvador Dalí et laguna Verde	
• TIWANAKU (TIAHUANACO)	478	• Pulacayo • Tomave	
• COROICO	480		
• Excursion à Tocaña • En direction du Guanay			
• ORURO	484		
• Lago Uru-Uru • Llallagua			
• LE PARC NATIONAL			

LES VALLÉES

- **SUCRE** 520
 - Parque Cretácico • Pinturas rupestres de Incamachay
- **TARABUCO** 536
- **LES VILLAGES JALQ'A** 538
- **TARIJA** 540
 - San Jacinto • Coimata, Rincón de la Victoria • La cordillère de Sama
 - Visite des domaines viticoles
- **TUPIZA** 545
 - Quebrada Palala • El Sillar
 - Puerta del Diablo, el cañon del Inca, el cañon de Duende, El Angosto, la Torre, quebrada Seca et

valle de los Machos • Le Salar et le Sud-Lípez : Palala, El Sillar, Nazarenito, San Antonio de Lípez, El Torreón, Chico, Quetena Grande, Kollpa Lagune, salar de Chalviri et laguna Verde

- **COCHABAMBA** 549
 - Valle Alto • Parque ecoturístico Machía • Quillacollo • Ruinas de Inkarakay • Le site d'Inkallajta
 - Parque nacional Torotoro
- **LE VALLE ALTO** 559
- **VILLA TUNARI** 560

L'ORIENTE

- **SANTA CRUZ DE LA SIERRA** 562
 - Río Piray • Parque regional Lomas de Arena • Samaipata y El Fuerte • Ruta del Che • Parque nacional Noel Kempff Mercado • Le Pantanal
- **PARQUE NACIONAL AMBORÓ** . 576

- **LES MISSIONS JÉSUITES DE CHIQUITOS** 578
 - San José de Chiquitos : Santiago de Chiquitos • San Rafael • Santa Ana • San Miguel • San Ignacio de Velasco • Concepción • San Javier

L'AMAZONIE

- **TRINIDAD** 591
 - Laguna Suárez et balneario Tapacaré • Puerto Almacén, Puerto Varador et Los Puentes • Chuchini

• San Ignacio de Moxos • Reserva biosférique del Beni • Parque national Isiboro Sécuré

- **RURRENABAQUE** 597

- **INDEX GÉNÉRAL** 611
- **OÙ TROUVER LES CARTES ET LES PLANS ?** 619