

TERRES SACREES DES INCAS

15 jours / 14 nuits / 12 jours de ballades et découvertes



Que de trésors délivrés par Pachamama aux fils du Soleil au fil du temps : des dunes du Pacifique à Arequipa la ville Blanche, du canyon vertigineux de Colca à l'immensité du lac Titicaca, pour enfin découvrir Cusco le nombril du monde, les nombreux sites de la Vallée Sacrée et le splendide Machu Picchu. Un voyage qui ne révélera pas tous les secrets de cette terre mystérieuse mais en dévoilera à coup sûr de nombreux charmes.



PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 à 2 : PARIS - LIMA - PARACAS.

Vol Paris - Lima. Nuit à bord. A votre arrivée, depuis l'aéroport nous regagnons le terminal de bus et quittons la capitale en bus de ligne (4h) pour prendre la route panaméricaine, allant d'Alaska jusqu'à la Terre de Feu. Sur le trajet, nous traversons plusieurs villages typiques. À notre arrivée à Pisco, notre véhicule nous attend pour nous conduire à la réserve naturelle de Paracas, véritable désert côtier doté de falaises impressionnantes et belles plages. Si vous le souhaitez, vous pourrez partir en Buggy (en option) pour se balader dans les dunes de sable fin, s'initier au sandboard. Hôtel 3 ***.

▲ **Temps de marche : 1 h 30. Temps transfert : 4 h.**

JOUR 3 : PARACAS - NAZCA - AREQUIPA.

Depuis le petit port de pêche de Paracas, nous nous embarquons pour mettre le cap vers les îles Ballestas (appelées aussi les «Galápagos du Pérou»). Durant cette excursion en mer, nous admirerons le gigantesque et magnifique Candélabre, tracé sur les dunes de sable. Nous serons charmés par la richesse de la biodiversité de l'archipel : manchots de Humboldt, lions de mer, otaries, cormorans de Bougainville, pélicans et autres oiseaux endémiques.

Depuis la gare routière de Paracas nous prenons le bus de ligne en direction de Nazca. À notre arrivée, nous avons le choix entre la visite du musée Antonini ou le survol des célèbres lignes de Nazca en plein désert (en option et à réserver à l'inscription). Plus que de simples lignes, ce sont de magnifiques dessins réalisés de manière totalement énigmatique. Quelques-unes ont des formes géométriques, d'autres comportent des formes d'animaux comme le singe, l'araignée, le colibri, etc. Dans la soirée, transfert de Nazca pour Arequipa en bus de ligne tout confort. Collation dans le bus. Nuit dans le bus (10 h). Transfert à l'hôtel *** à votre arrivée au petit matin.

▲ **Temps transfert : 8 h.**

JOUR 4 : AREQUIPA.

Aujourd'hui, nous profitons de la «ville Blanche» péruvienne, construite avec de la pierre d'origine volcanique de couleur blanche. Nous commençons notre visite avec le belvédère de Cayma et Yanahuara dotée d'une vue exceptionnelle sur les volcans des alentours de la ville. Puis, nous continuons notre parcours avec la visite du couvent de Santa Catalina, très important à l'époque coloniale. Aujourd'hui, il est encore utilisé et ressemble d'ailleurs à une ville dans la ville, notamment avec ses rues, sa place et sa chapelle. Nous terminons notre visite avec l'église de la compagnie de Jésus. L'après-midi, vous êtes libres pour profiter de cette charmante ville à votre rythme. Repas libres. Hôtel ***catégorie locale ou similaire.

JOUR 5 : AREQUIPA - CHIVAY.

Le matin, notre véhicule nous conduit au Canyon de Colca. Nous aurons l'opportunité de nous arrêter un moment dans la réserve d'Aguada Blanca, laquelle est tout particulièrement peuplée de vigognes. Par la suite, sur la route, nous pourrions admirer quelques variétés d'oiseaux rares comme des ibis canards etc. Puis, nous ferons une pause au belvédère des Volcans pour enfin rejoindre Chivay au déjeuner. L'après-midi, après un petit trajet jusqu'à Coporaque (3575 m), nous profiterons de la nature au cours d'une petite promenade de 2h jusqu'à Yanque (3415 m), où nous aurons la possibilité de nous baigner aux sources d'eaux chaudes, retour à Chivay. Dîner et nuit à l'hôtel 2**.

▲ **2h de marche, +30m/-160m de dénivelée, 5h de transfert**

JOUR 6 : CHIVAY - PUNO.

Nous partons très tôt pour le belvédère de La Cruz du Condor, d'où nous pouvons apprécier l'oiseau le plus grand du monde : Le Condor. Celui-ci profite des courants d'air chaud pour sortir de son nid et partir chercher sa nourriture. Vous apprécierez naturellement ce spectacle fascinant que nous offre cet oiseau. Après, nous retournons vers Chivay pour le déjeuner. En début d'après-midi, nous quittons notre guide francophone et prenons un bus touristique jusqu'à Puno. Hôtel.

▲ **5h de transfert**

JOUR 7 : PUNO - UROS - AMANTINI

Un véhicule nous attend devant l'hôtel pour rejoindre le port de Puno. Une fois installés sur notre bateau, nous partons naviguer sur le lac navigable le plus haut du monde (3830m d'altitude) : le lac Titicaca. Ce lac, appelé « Puma de Pierre », nous donne l'impression d'être dans une mer intérieure car il est étendu sur plus de 8000 km². Premier arrêt aux îles flottantes d'Uros, connues pour être construites à partir de roseaux. Nous nous arrêterons sur une île où une famille nous révélera ses secrets de construction. Puis, nous continuons vers l'île d'Amantani. Après avoir déjeuné au sein de notre famille d'accueil, nous partirons faire l'ascension du petit sommet de PachaTata (4050 m) pour admirer le coucher de soleil sur le lac avec vue, à l'horizon, sur la cordillère blanche bolivienne. Soirée en famille. Repas et nuit chez l'habitant. Transport en bateau.

▲ **Temps de marche : 2h30. + 200 m / - 200 m de dénivelée. Temps transfert : 4h.**

JOUR 8 : AMANTANI – TAQUILE - PUNO.

Le matin, nous reprenons notre bateau pour aller vers l'île de Taquile et y faire une jolie promenade sur les sentiers de pierres minutieusement construits par les Incas. Nous profitons de ses magnifiques paysages de terrasses et apprécions les costumes de ses habitants. Après un déjeuner typique de l'île, nous reprenons notre bateau pour repartir sur Puno. Hôtel 3 ***. Transport en bateau.

▲ **Temps de marche : 1h30. + 200 m / - 200 m de dénivelée.**

JOUR 9 : PUNO - CUSCO.

Court transfert vers la gare routière de Puno d'où nous prenons un bus touristique en direction de la ville impériale de Cusco. Pendant le trajet, nous faisons quelques arrêts. D'abord, la visite du musée de Pucara, puis, une halte au col de la Raya (à près de 4300 m d'altitude) pour y admirer les sommets enneigés de l'altiplano. Après un excellent déjeuner typique, nous redescendrons vers Raqchi où l'Inca Pachacutec a fait construire un temple pour Wiracocha, le dieu le plus important de la culture Andine. Après cela, nous continuons jusqu'à notre dernière étape : Andahuaylillas, où se trouve la chapelle Sixtine d'Amérique, connue pour ses splendides fresques. Arrivée à Cusco en fin de journée. Hôtel. Dîner et soirée libres dans la ville patrimoine mondial de l'UNESCO.

▲ **Temps de marche : 7h.**

JOUR 10 : CUSCO

Le matin, nous partons vers Tambomachay pour y découvrir les ruines de l'époque Inca. Nous descendons ensuite à pied vers la ville de Cusco et visitons en chemin les sites archéologiques de Quenqo et Saqsayhuaman dotés de pierres de plus de 100 tonnes. De retour en ville, nous visitons la Cathédrale de Cusco et le Koricancha. Hôtel 3 ***. Soirée libre. Repas libres

▲ **Temps de marche : 5h. -300m de dénivelée. Temps de transfert : 1/2h.**

JOUR 11 : CUSCO – PISAQ – OLLANTAYTAMBO - AGUAS CALIENTES.

Départ pour la vallée sacrée des Incas. Après une heure de route, nous arrivons à PISAQ pour visiter ses quartiers, ses terrasses et son cimetière. Ces derniers sont le signe d'une ville très importante à l'époque. Nous continuons notre parcours vers Ollantaytambo, village dont la distribution des rues est restée la même depuis le temps des Incas. Puis, nous prenons le train accompagné de ses vues pittoresques sur la vallée sacrée pour rejoindre Aguas Calientes. Hôtel 2 **.

▲ **Temps de marche : 2h. +200m/-200m de dénivelée**

JOUR 12 : AGUAS CALIENTES – MACHUPICCHU- OLLANTAYTAMBO - MARAS

Très tôt le matin, nous montons en navette jusqu'à la célèbre citadelle du Machupicchu, découverte en 1911 par Hiram Bingham. La citadelle de Machupicchu est reconnue comme l'une des grandes merveilles du monde moderne. En un mot, elle est fascinante. Profitons d'une visite guidée de près de 2h30 suivie par un temps libre pour se balader et faire les photos. Les courageux pourront monter jusqu'à l'Inti Punco ou porte du soleil. Retour à l'hôtel à Agua Caliente. Train pour Ollantaytambo, puis route pour le petit village de Maras où vous attendent vos hôtes. Nuit chez l'habitant.

▲ **Temps de marche : 2h30**

JOUR 13 : OLLANTAYTAMBO – MARAS – MORAY - CHINCHERO.

Nous découvrirons le site impressionnant des salines, avec plus de 5000 terres d'exploitation de sel. Nous continuons vers Moray, ancien centre d'expérimentation de semences de l'époque inca. Puis, nous visitons Chinchero où nous pourrions apprécier l'église du village et son site archéologique avant de retourner à Cusco en véhicule privé. Dîner et soirée libres. à votre charge à votre arrivée.

▲ **Temps de marche : 2h. +100m/-100m de dénivelée**

JOUR 14 : CUSCO –LIMA-FRANCE

Transfert aéroport et vol pour Lima, accueil et enregistrement pour votre vol international. Repas libres.

Inty Raymi

En raison de la fête, le programme sur la partie vallée sacrée sera le suivant :

JOUR 10 : la Vallée Sacrée, Pisac, son marché coloré, Ollantaytambo et train des Andes pour Aguas Calientes. Hôtel.

JOUR 11 : visite de la citadelle du Machu Picchu. Nuit chez l'habitant à Maras.

JOUR 12 : découverte des salines de Maras, de l'ancien centre expérimental inca de Moray et le village de Chinchero. Hôtel.

JOUR 13 : Cusco et le fête incas de L'Inty Raymi.

N.B : Ce programme est donné à titre indicatif. L'itinéraire pourra être légèrement modifié en fonction des conditions climatiques ou d'aléas indépendants de notre volonté. En cas de changement de catégorie d'hôtels, du fait de la défaillance de l'un de nos prestataires, vous en serez prévenus à l'avance. Ces changements ne donneront droit à aucune compensation financière.

ITINERAIRE :



FICHE PRATIQUE :

HEBERGEMENT : 9 nuits en hôtels simples ** et *** (de bonne catégorie locale) en chambre double avec salle de bain (possibilité de faire laver son linge à l'hôtel à Cuzco pour 2/3€/kg) , 2 nuits chez l'habitant, 1 nuit en bus couchette et 2 nuits dans l'avion.

NIVEAU : 2 à 5 heures de marche en moyenne, sans difficultés. Randonnées de 4 à 6 h en Cordillère Blanche. Les transferts peuvent être difficiles car nous empruntons des pistes que les conditions climatiques modifient au gré des saisons, comme les jours 3, 9, J12 et J16 (compter 7 à 10 h de transfert dans des paysages fabuleux).
L'altitude aussi peut augmenter la difficulté.

PORTAGE : Uniquement les affaires de la journée

ENCADREMENT : Accompagnateurs locaux francophones.

GROUPE : De 4 à 15 participants

DÉPLACEMENTS : Bus de ligne les J2 et J3, bus touristique le J6 et J9 et véhicule privé les autres jours, bateau privé sur le lac Titicaca à partir de 7 pers. , train touristique pour Aguas Calientes et Olanaytambo.

CLIMAT : Climat très contrasté d'une région à l'autre. On peut visiter le Pérou en toute saison. La meilleure période pour visiter les Andes s'étend d'avril à octobre. Toutefois les températures seront plus douces entre septembre et avril.



DATES ET PRIX

Pour connaître les départs et tarifs actualisés, consultez notre site internet :
www.cheminsdusud.com

Forfait tout compris excepté :

- Les entrées des sites facturées à l'inscription (164€)
- Les repas des jours 1, 4, 9, 15,19, 20
- Les dîners des jours 7, 8 et 12
- Le petit-déjeuner du jour 13
- L'option survol des lignes de Nazca (115€) à réserver à l'inscription
- Les frais d'inscription éventuels
- Les assurances
- Les boissons et les dépenses personnelles.

Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € / personne.
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € / personne



ÉQUIPEMENT CONSEILLE

LES BAGAGES

- Un sac de voyage ou un grand sac à dos, ou un grand sac marin qui doit contenir vos affaires de façon étanche (dans des sacs plastiques par exemple). Proscrire les sacs rigides ou valises.
- Un petit sac à dos (35 à 45 l) pour les affaires de la journée, le train et les randonnées.

LES VETEMENTS

- Une paire de bonnes chaussures de marche déjà rodées et tenant bien la cheville
- Une paire de chaussures de rechange
- Une veste polaire coupe-vent ou softshell
- 1 veste de montagne (ou gore tex)
- 1 cape de pluie
- 1 pantalon de montagne (trekking) déperlant (évitiez les jeans)
- 1 pantalon de voyage détachable
- Une fourrure polaire chaude ou un bon pull en laine (achat possible sur place)
- 1 paire de gants ou de moufles de montagne + 1 paire de gants de soie
- 3 ou 4 paires de chaussettes de marche. Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnées. Évitez le coton (ampoules)
- Plusieurs tee-shirts (ayez un deux sous vêtements en fibre thermique)
- Un short, un maillot de bain, chapeau

LE MATERIEL A EMPORTER

- Lunettes de soleil de bonne qualité, crème solaire et protection des lèvres
- Une gourde en alu d'un litre, un couteau pliable (à mettre en soute)
- Une lampe frontale et pile de rechange
- Un réveil de voyage (départs matinaux)
- Votre appareil photo et batteries de secours et chargeur, un adaptateur

LA PHARMACIE

Une pharmacie personnelle :

- Indispensable : vos médicaments habituels + aspirine, antiseptique intestinal (type Intetrix), coramine (glucose), antibiotique à large spectre, antidiarrhéique (type Imodium), antihistaminique, antiseptique, Micropur, collyre, répulsif anti-moustique, gaze, élastoplast, compresses, pince à épiler, petit ciseaux , etc...
- Eventuellement : somnifère, antinauséeux (Primpéran), pommade anti-inflammatoire (Percutalgine).

AUTRES PRÉCISIONS

Limitez le poids de votre bagage : votre sac de voyage doit pouvoir contenir l'ensemble de vos affaires. N'oubliez pas que vous bénéficiez de produits détaxés à l'aéroport d'embarquement.



INFOS PAYS – PÉROU

TRANSPORT AÉRIEN

Le voyage s'effectue sur vol régulier, selon les dates il est prévu sur Continental Airlines, Air Europa, KLM, Ibéria, ou une autre compagnie régulière.

Départ de province, nous consulter.

FORMALITÉS

PASSEPORT

Passeport biométrique en cours de validité, valable au moins 6 mois après la date de retour. Faire une photocopie de votre passeport avant votre départ, en cas de perte ou de vol cela vous évitera des longues démarches administratives à l'ambassade.

Pour tout **vol transitant par les Etats-Unis**, les ressortissants français doivent obligatoirement solliciter, via Internet, une autorisation électronique de voyage avant leur départ, **ESTA (Electronic System for Travel Authorization)**. Depuis le 8 septembre 2010, **ESTA est obligatoire ET payant : les voyageurs doivent s'acquitter d'un montant fixé à 14\$ par les autorités américaines depuis 2010 (paiement en ligne par carte bancaire)**.

L'autorisation de voyage ESTA peut être obtenue en répondant aux questions posées sur le site Internet <https://esta.cbp.dhs.gov/esta/> seul site habilité par les autorités américaines. Le formulaire est à renseigner en langue anglaise, mais les instructions sont disponibles en langue française. Le ministère américain de la sécurité intérieure (Department of Homeland Security) recommande d'effectuer cette formalité au moins 72 heures avant le départ.

Depuis le 3 novembre 2014, les Etats-Unis ont mis en place de nouvelles mesures de sécurité pour les ressortissants des pays membres du Visa Waiver Program, à savoir les pays soumis à la procédure ESTA. Les personnes faisant une demande ESTA doivent désormais répondre à quelques questions supplémentaires : pseudonyme, informations complémentaires sur le passeport, coordonnées du voyageur, ville de naissance, noms et prénoms des parents, personnes à contacter en cas d'urgence, coordonnées de l'employeur, contacts aux Etats-Unis. Ces nouvelles questions sont obligatoires. Cependant, les voyageurs inscriront UNKNOWN s'ils ne peuvent répondre à l'une des questions, notamment dans le cas où ces derniers n'auraient pas connu leurs parents par exemple.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Une autorisation de séjour valable 90 jours, ainsi qu'un formulaire vous sera remis à l'entrée. Attention, ce formulaire sera exigé à la sortie. Ne l'égarerez pas, sous peine d'amende (4 USD).

SANTÉ

VACCINS OBLIGATOIRES

Aucun vaccin n'est obligatoire. Soyez à jour des vaccinations comme le tétanos et la polioamyélite. La vaccination contre la fièvre jaune et un traitement antipaludéen sont recommandés pour un séjour en Amazonie seulement.

VIE COURANTE

DÉCALAGE HORAIRE

Le décalage avec la France est de 6 heures en hiver, 7 heures en été. Quand il est midi à Paris, il est 6 heures du matin à Lima.

CHANGE

La monnaie nationale est le Nuevo sol péruvien.
1 € = 3,50 PEN (Peru Nuevos Soles) au 22/03/2017.

MOYENS DE PAIEMENT

Pour tous vos achats, (souvenirs par exemple), le dollar et l'euro sont acceptés partout. Les cartes de crédit sont également acceptées un peu partout. (Visa, American express, Mastercard). Vous pouvez changer l'argent les banques, les casas de cambio (bureau de change). Ne pas changer dans la rue, de nombreux faux billets (dollars ou sols) circulent au Pérou. Vérifiez soigneusement l'état de vos billets car les banques péruviennes refusent la moindre trace de déchirure, d'usure trop marquée ou d'inscription.

INDICATIF TÉLÉPHONIQUE

L'indicatif du Pérou est le 51.

COUVERTURE GSM

Il existe un bon réseau de téléphonie mobile au Pérou, vous pourrez téléphoner avec votre portable si vous avez la couverture internationale sauf en trek. Mais n'oubliez pas que vous êtes en vacances.

INTERNET

Il existe de nombreux cybercafés même dans les coins les plus reculés.

ÉLECTRICITÉ

Le Pérou utilise le 220 V, 60 Hz sauf à Arequipa (50 Kz), les prises femelles à 2 douilles acceptent généralement les fiches plates des prises mâles d'Amérique du nord et les rondes des branchements européens.

SÉCURITÉ

Pas de risque avéré outre la vigilance classique recommandée dans tout déplacement à l'étranger. Nous vous invitons à consulter le site du quai d'Orsay dans la rubrique conseils aux voyageurs pour tout renseignement sur le pays que vous allez visiter
www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseilsaux-voyageurs/

REPÈRES GÉOGRAPHIQUES

LE PAYS

La région côtière s'étire sur 2 000 km. Large de 200 km au nord et de seulement 40 km au sud, c'est une bande désertique et rocailleuse coincée entre l'océan Pacifique et les contreforts de la cordillère des Andes. La région côtière représente à peine 11 % du territoire péruvien mais rassemble plus de la moitié de la population nationale (la moitié la plus riche). La sierra, c'est la fameuse cordillère des Andes, dont les montagnes les plus élevées (beaucoup de volcans) culminent à plus de 6 000 m. Son relief accidenté et ses températures basses en font un milieu relativement inhospitalier. La sierra occupe 32 % du territoire pour environ 32 % de la population.

La selva, ou forêt amazonienne, connaît des températures élevées, en général supérieures à 23°C, et des pluies fréquentes. C'est la région la plus vaste (57 % du territoire) et la moins peuplée (11 %), principalement à cause de la pauvreté des sols qui ont un des indices de fertilité les plus bas du monde.

RÉGIONS VISITÉES

Parcs nationaux et aires protégées

Le Pérou dispose d'un vaste réseau de parcs nationaux, de réserves naturelles et de lieux historiques nationaux. L'ensemble de ces sites couvre une superficie de 18 283 508 ha, soit 14% du territoire péruvien. L'INRENA (Institut National de Ressources Naturelles) gère la plupart des aires protégées. Cependant, un nombre croissant d'entre elles est administré par les communautés autochtones et par des associations de protection de la nature.

Réserve Pampa Galeras-Barbara d'Acchille

Bande de terre couvrant plus de 6500Ha, la réserve abrite la plus grande concentration de vigognes au monde.

Parc national de Manu

Composé de plusieurs zones naturelles qui s'étagent de 150 m à 4 200 m, le parc abrite environ 52% de toutes les espèces d'oiseaux du Pérou et 15% de celles du monde entier.

CLIMAT

Climat très agréable de mai à octobre dans le secteur d'Arequipa. A Lima, sur la côte, entre juin et septembre, les températures varient entre 15 et 19 °, fraîcheur due à la Garua, une brume persistante, qui disparaît dès que l'on s'élève au dessus de 600m. La Cordillère des Andes est ensoleillée toute l'année. Les températures sont plus fraîches la nuit, le matin et en soirée, fraîcheur que le vent a tendance à accentuer, notamment sur les rives du lac Titicaca.

Attention aux températures en altitude, qui peuvent être froides. Ex : Température en juin, juillet et août à Cuzco (3248m) entre 0 et 20 °C, à Arequipa (2524 m) entre 8 et 20 °, à Lima (0m) entre 16 et 20 °.

PROBLÈMES ENVIRONNEMENTAUX

Malheureusement, les autorités et la majorité des Péruviens n'ont pas encore pris conscience de l'importance de protéger cet environnement unique. Il est pourtant urgent d'agir, car les problèmes sont nombreux : pollution des lacs et des rivières par les compagnies minières et pétrolières, fonte des glaciers, baisse des réserves d'eau, exploitation désordonnée de la selva, ruptures fréquentes de gazoducs, décharges gigantesques à la périphérie des grandes villes, épuisement des sols du fait de cultures inadaptées dans certaines régions... La prise de conscience internationale sur l'importance de la biodiversité amazonienne pousse le gouvernement à repenser les méthodes d'exploitation de la forêt. Des « réserves d'extraction » destinées à l'exploitation des ressources (bois, caoutchouc, noix du Brésil) sont définies territoires sous contrôle étatique.

En parallèle, de nombreux parcs et réserves sont créés. Les aires protégées couvrent aujourd'hui 17 % du territoire péruvien, les pouvoirs publics comptant sur l'écotourisme pour amortir l'investissement. Malheureusement, l'Institut national des ressources naturelles n'a pas de budget pour payer des gardes forestiers. Pire, depuis la crise de 2008, la déforestation s'accélère avec l'explosion de

l'orpaillage illégal. L'or étant redevenu une valeur refuge, les exploitations se multiplient dans la région de Madre de Dios ; leur surface a augmenté de 400% depuis le début du XXIe siècle. Conséquence, la déforestation est 40 % supérieure aux prévisions. Sans parler des conditions de travail des mineurs, parfois proches de l'esclavage.

REPÈRES CULTURELS

POINTS D'HISTOIRE

Les premiers vestiges de présence humaine au Pérou sont découverts dans la grotte Pikimachay et dateraient pour les couches les plus anciennes de 19000 avant notre ère, vinrent ensuite les civilisations de Chavin, Paracas, Nasca, Huari, Mochica et la civilisation inca qui prit naissance au début du XIIIe siècle dans le bassin de Cuzco et se développa ensuite le long de l'océan Pacifique et de la cordillère des Andes, couvrant la partie occidentale de l'Amérique du Sud.

À son apogée, elle s'étend de la Colombie jusqu'à l'Argentine et au Chili, par-delà l'Équateur, le Pérou et la Bolivie. Elle est à l'origine de l'empire inca, l'un des trois grands empires de l'Amérique précolombienne, qui avait pour chef suprême le Sapa Inca. L'empire inca fut conquis par les conquistadors espagnols sous les ordres de Francisco Pizarro à partir de 1532, s'en suivit une période de conquête et de vice royauté qui dura jusqu'à 1821. Après de violentes insurrections à la fin du 18^{ème} siècle, un processus d'indépendance prit définitivement son élan et le Pérou fut proclamé indépendant par le général José de San Martín le 28 juillet 1821 à Lima.

RELIGIONS

Catholiques romains pour la plupart, les Péruviens apportent quelques nuances à leur ferveur, selon leurs origines. C'est notamment le cas des Amérindiens, qui associent leurs propres dieux aux prières communes.

ART

Instruments à vent et à percussions ont rythmé le pas des précolombiens et continuent à mener la danse chez leurs descendants. Les flûtes en bambou des Andins accompagnent désormais les guitares hispaniques, adaptées à la música folklórica, tandis que la ville danse toute la nuit sur des airs latino-américains, la salsateca. L'architecture et la peinture se sont également rencontrées à la frontière des deux cultures, pour former un art original, dit mestizo, dont s'est inspiré Paul Gauguin qui passa son enfance à Lima. Seul l'artisanat : poterie, sculptures en pierre et bois, tissages aux couleurs éclatantes, bijoux d'or et d'argent, semble être un héritage direct des précolombiens. En littérature, Mario Vargas Llosa a atteint une renommée internationale.

CUISINE / NOURRITURE

Petit-déjeuner continental. Déjeuner et les dîners pris dans les restaurants locaux parfois sous forme de buffet : repas simples et typiques (viande de bœuf, Alpaca, Cuy (petit rongeur des Andes), ceviche, légumes et fruits du Pérou). Certains repas seront pris chez l'habitant également à base de produit locaux. Les pique-niques, froids la plupart du temps, seront composés de pain et de charcuterie locale

et fruits.

I. UN COMPORTEMENT RESPONSABLE

POURBOIRES

Voyage découverte :

Montants minimums des pourboires recommandés pour un séjour au Pérou, variables selon l'itinéraire et la durée: 4,5 EUR par personne et par jour. Environ 30 EUR par personne.

Recommandation de distribution du pourboire :

2 EUR pour le guide qui accompagne tout le long du voyage ;

1,5 EUR par membre de l'équipe chauffeurs (40NS) ; Supplément de 1EUR pour guides des sites

Voyage trek :

Montants minimums des pourboires recommandés pour un séjour au Pérou, variables selon l'itinéraire et la durée: 7 EUR par personne et par jour.

Environ 45 EUR par personne

Recommandation de distribution du pourboire :

2 EUR pour le guide qui accompagne tout le long du voyage ;

1,5 EUR pour l'assistant guide et cuisinier tout le long du voyage ;

De 0,8 à 1 EUR par membre de l'équipe (aide cuisinier, muletier)

Cet indicatif tient compte du niveau de vie général du pays, et a pour objectif d'éviter de déstabiliser les équilibres économiques locaux.

DÉCHETS

Les acteurs locaux mettent en place des pratiques de gestion des déchets avec l'implication directe de leur personnel pour minimiser la quantité de déchets produits et pour que les déchets générés soient collectés et stockés de manière durable dans les conditions « localement » convenables ou ramenés en France, le cas échéant (piles, batteries).

PROJETS DE DÉVELOPPEMENT

Notre équipe met en place des pratiques de gestion de l'eau : consommation raisonnée, utilisation de détergents écologiques, limitant l'impact sur la biodiversité et sur les populations. Le personnel de terrain informe et sensibilise les voyageurs sur la qualité de l'eau afin de limiter l'achat de bouteille d'eau minérale.

Bonnes pratiques : Les acteurs locaux impliquent les parties prenantes locales et les communautés locales dans la mise en place de pratiques touristiques responsables. Ils sensibilisent également les voyageurs aux questions de mendicité, d'achats du patrimoine local comme souvenirs (fleurs, coquillages, animaux vivants, article du patrimoine national), des codes vestimentaires, des us et coutumes et des cultures à respecter. L'artisanat fabriqué localement est privilégié afin de soutenir le savoir-faire local. Les acteurs locaux respectent les réglementations environnementales pour le chemin de l'Inca ainsi que tous les autres treks.

J. LEXIQUE

Hola / Salut
Buenos días / Bonjour
Buenas noches / Bonsoir
Cómo estas ? / Comment ça va ?
Gracias / Merci
De nada / De rien
Por favor / S'il vous plaît
Qué hora es ? / Quelle heure est-il ?
Cuánto cuesta ? / Combien ça coûte ?
Hay un descuento ? / Y-a-t'il une réduction ?
A qué hora nos encontramos ? / A quelle heure on se retrouve ?
Dónde esta el vehículo ? / Où est le véhicule ?
Cómo se llama ? / Comment ça s'appelle ?
Me llamo... / Je m'appelle...
Cuánto tiempo falta ? / Combien de temps reste-il ?
Me gusta - No me gusta / J'aime - Je n'aime pas
Tengo sed / J'ai soif.
Agua potable / De l'eau potable
Tengo hambre / J'ai faim
Tienda de comestibles / Epicerie
Cena / Souper
Desayuno / Petit déjeuner
Comida / Repas de midi
Bolsa de comida / Pique-nique
Esta rico - muy rico / C'est bon - très bon
Dónde esta el baño ? / Où sont les toilettes ?
Dónde hay un teléfono público ó locutorio ? /
Où puis-je trouver une cabine téléphonique ?

Una llamada telefonica / Un appel téléphonique
Encantado de conocerlos / Enchanté
Gracias por la hospitalidad / Merci pour l'accueil
Dónde puedo cambiar euros ó dólares? / Où y a-t'il un bureau de change ?
Dónde esta la oficina de correo ? / Où se trouve la poste ?
Estoy feliz / Je suis content.
PE1PERU Dernière mise à jour 17/02/2015 15 / 18
Estoy cansado / Je suis fatigué.
Me duele la cabeza / J'ai mal a la tête
Dónde hay una farmacia ? / Où y a t'il une pharmacie ?
Por dónde queda... ? / Où se trouve ...?
A qué hora partimos ? / A quelle heure est le départ ?
A qué hora llegamos ? / A quelle heure on arrive ?
sello / Timbre
Sobre / Enveloppe
Carte postale / Postal Mapa /Carte
Derecha / Droite
Izquierda / Gauche
Recto / Tout droit
Cruce / Carrefour
Centro urbano / Centre-ville
Sendero ou camino / Chemin
Pueblo /Village
Médico / Médecin
Urgencia / Urgence

BIBLIOGRAPHIE

- L'art précolombien - José Alcina – Mazenod
- Les Incas - Alfred Metraux - le Seuil
- Les Incas - collection Découvertes – Gallimard
- La cité perdue des Incas - Hiram Bingham - Ed du Rocher
- Le petit futé - Pérou - Nouvelles éditions de l'université
- Lonely planet - Lonely planet publication (existe en français)

SUR LE WEB

www.lonelyplanet.fr

www.lonelyplanet.com

www.amb-perou.fr

ADRESSES UTILES

- Ambassade du Pérou, 50, avenue Kléber, 75008 Paris tél. : 01 53 70 42 00

- Consulat du Pérou (Office du tourisme péruvien) :

102 avenue des Champs Elysées

75008 Paris

Tél. : 01 42 89 30 13

- Maison de l'Amérique Latine, Boulevard St Germain; 75007 Paris



NOTES PERSONNELLES

NOTES PERSONNELLES



En cas de problème de dernière minute, appelez en France en priorité au :

(00 33) 4 90 09 06 06

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous contacter au :

(00 33) 7 77 08 14 68