



## Pérou

# Le chemin des Incas

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide.  
Vous trouverez dans votre programme des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

**Valable pour le départ du 15/06/2026 (Spéciale Fête du soleil)**

**Nombre de participants : Minimum : 3 / Maximum : 16**

Rythme : 5/5 Traditions : 5/5 Hors des sentiers battus : 3/5 Enfants à partir de 15 ans



Explorez les trésors cachés des Incas dans le sud du Pérou, décryptez les mystères des lignes de Nazca et partagez les traditions des Uros sur le lac Titicaca. Ce circuit hors du commun vous mènera dans le Pérou d'hier et d'aujourd'hui à travers des paysages de montagnes, de lacs, d'îles du Pacifique, de canyon et de salines étincelantes.

### Les INCONTOURNABLES Nouvelles Frontières

- La découverte de la Vallée sacrée des Incas en petits groupes.
- Une nuit chez l'habitant sur le lac Titicaca, dans la péninsule de Luquina.
- La découverte du canyon du Colca et du condor.
- La découverte du légendaire Machu Picchu.



## Jour 1 : France – Lima

Envol dans la journée à destination de Lima. Arrivée en fin de journée. Accueil et transfert à l'hôtel.

Dîner libre.

Installation et nuit à l'hôtel.



## Jour 2 : Lima – Paracas (285 km / environ 3h30)

Visite panoramique de Lima avec la Plaza San Martín et de la **Plaza de Armas**, où se situent le palais du Gouvernement et la cathédrale de Lima.

Déjeuner libre.

L'après-midi, vous longerez la côte pacifique pour atteindre la **péninsule de Paracas** (3h30 de route). Cette péninsule désertique, située à 200 km au sud de Lima, abritait la civilisation précolombienne de Paracas entre 800 av. J.-C. et 200 ap. J.-C.

Dîner libre.

Installation et nuit à l'hôtel.



## Jour 3 : Îles Ballestas – Paracas – Huacachina – Nazca

(226 km / environ 4h)

Excursion aux **îles Ballestas**, qui forment un site naturel où des milliers d'otaries et d'oiseaux vivent en parfaite harmonie. Pendant la traversée en bateau, vous pourrez voir clairement, sur le flanc d'une montagne, un énorme symbole géoglyphique à l'origine incertaine, le "Chandelier".

Route vers **Nazca**, où vous visiterez une **cave**.

Déjeuner libre.

Visite d'un **mirador** afin d'observer certains détails des lignes de Nazca. Prendre de la hauteur vous permettra d'apprécier pleinement ces mystérieuses merveilles.

Dîner et nuit à l'hôtel.



## Jour 4 : Nazca – Arequipa (600 km / environ 9h)

**Nazca** fait naître, chez ses visiteurs, bien des interrogations. Matinée libre avec plusieurs excursions proposées autour de la culture nazca, ainsi qu'une visite du marché local de fruits et légumes. En option et à réserver avant départ : survol des lignes (Prix : 199 € par personne).

Déjeuner libre et départ dans l'après-midi pour **Arequipa** (9h de route en bus-couchettes confortables).

Arrivée tardive à Arequipa (altitude maximale : 2 340 m) et installation pour deux nuits à l'hôtel.

Dîner libre.



## Jour 5 : Arequipa (environ 4h)

Découverte du **centre-ville** et visite du **couvent de Santa Catalina**, véritable ville dans la ville, avec ses décors arabo-espagnols. Fondé en 1580, il abritait à l'époque des religieuses dominicaines. Visite d'Arequipa, la "ville blanche", une charmante ville coloniale considérée comme la capitale culturelle du pays. Son architecture particulière, avec des pierres blanches auxquelles elle doit son surnom, lui confère une beauté rare et en fait un véritable bijou du 17<sup>e</sup> siècle. En option, rencontre avec "Juanita", la momie de l'Ampato !

Déjeuner.

Après-midi libre pour flâner dans la ville, puis dîner libre.

Nuit à l'hôtel.



## Jour 6 : Arequipa – Chivay (canyon del Colca) (155 km / environ 5h)

Départ à travers l'Altiplano à destination de **Chivay**, dans la région du Colca. Avec ses 3 000 m de dénivelé sur 100 km de long, le fameux **canyon du Colca** est plus profond que celui du Colorado. En cours de route, vous pourrez observer des vigognes, des alpagas et des lamas. Déjeuner.

Après le repas, petite **marche d'environ 2h** à travers de charmants **petits villages**. Arrivée aux **sources d'eau chaude de Yanque**.

Dîner libre.

Nuit à l'hôtel.



## Jour 7 : Canyon del Colca – Lac Titicaca (350 km / environ 7h)

Départ pour le belvédère de la **Croix du Condor** afin d'admirer l'animal royal. Vous trouverez des locaux vous proposant des produits typiques aux couleurs vives. Il faudra s'armer de patience pour observer un condor en plein vol survolant le Canyon de Colca. Ce sera alors un spectacle magique !

Déjeuner puis poursuite de l'itinéraire vers le lac Titicaca, en traversant l'**Altiplano**. Vous passerez par de nombreux paysages désertiques et sauvages, aux couleurs changeantes.

Dîner et nuit chez l'habitant, dans la **péninsule de la Luquina** (altitude maximale : 4 900 m).



## Jour 8 : Lac Titicaca – Îles flottantes de Uros de Titino – Péninsule de Luquina (90 km / environ 2h)

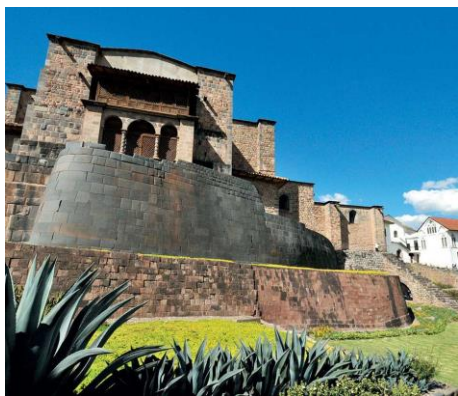
Trajet en bateau jusqu'aux **îles flottantes des Uros** de Titino. Ce peuple de pêcheurs vit sur de petites îles de roseaux qui flottent sur le lac. Le roseau travaillé sert aussi bien de plancher aux îles qu'à la fabrication des habitations et des embarcations.

Déjeuner sur les îles flottantes.

Retour sur la **péninsule de Luquina** pour une belle balade. **Passage d'un col** et du chemin des crêtes pour une **vue panoramique à 360°** sur l'île de Taquile et la **cordillère Royale** (altitude maximale : 4 000 m).

Dîner et nuit chez l'habitant.





## Jour 9 : Puno – Cusco (400 km / environ 9h)

Transfert en bus de ligne jusqu'à Cusco. Traversée de l'Altiplano. En route, visite du **musée de Pukará** et du **col de la Raya** (4 336 m).

Après un déjeuner-buffet, visite du site de **Raqchi**, du **temple de Viracocha**, dieu créateur inca, et de la "**chapelle Sixtine des Andes**", à **Andahuaylillas**.

Installation pour deux nuits à l'hôtel.



## Jour 10 : Cusco – Fête de l'Inti Raymi

Participation à la **fête de l'Inti Raymi**, célébration spectaculaire du soleil et des traditions andines, offrant un moment inoubliable au cœur de la culture Cuzquéenne.

Le guide sera présent et assurera l'accompagnement durant toute la journée.

L'**Inti Raymi** est une cérémonie religieuse inca. Elle signifie **Fête du Soleil (ou fête du Dieu Soleil)** en langue quechua. Inti est le nom pour Dieu-Soleil. Son origine est inconnue mais les légendes disent qu'il est le fils de « **Viracocha** », dieu créateur de la civilisation. La cérémonie remonte aux origines mythiques de la civilisation inca. Elle est probablement apparue au **XI siècle**. Elle est tenue en l'honneur de l'**Inti** qui est une représentation divine du Soleil. C'est pourquoi on parle de **Fête du Soleil inca**.

Depuis 1944, chaque 24 juin est une journée spéciale à Cusco. La fête renaît grâce aux habitants de Cuzco qui reviennent vers leurs croyances ancestrales. On y fête l'une des plus grandes fêtes de l'empire inca : l'Inti Raymi.

**La mise en scène de l'Inti Raymi dans ses trois lieux**

### Qorikancha

À 9h00 du matin, l'Inti Raymi commence sur l'esplanade du Qorikancha, où l'Inca, accompagné de la Coya et de la Suite Impériale, saluent le dieu Inti. Dans ce lieu privilégié de la capitale de Cusco, conçu sous la forme d'un puma, commence la fête la plus éclatante du pays en révérence au Soleil.

### Place d'Armes

L'entrée sur la Place d'Armes, remplie par les spectateurs venus sur place admirer ce spectacle, est la scène du deuxième acte.

La Rencontre des Temps, où l'Inca demande au Maire de Cusco de porter et d'administrer adéquatement le destin de la province.

### Esplanade de Chukipampa (Parc Archéologique de Sacsaywaman)

Invitant la population et les visiteurs à remonter dans le temps pour revivre le glorieux passé inca, la cérémonie commence par l'imposante entrée de l'Usnu Inca et de la Suite Impériale. Dans la langue maternelle péruvienne, le quechua, se déroule la partie centrale de cette immense mise en scène, comprenant la présentation des « comptes-rendus » des quatre régions (Collasuyo, Contisuyo, Antisuyo et Chinchaysuyo), suivie des rites de la Chicha, du feu sacré, du sacrifice du lama et du Q'ochurikuy (explosion d'exaltation populaire) qui marque la fin de la représentation.

Cette cérémonie dure approximativement 3 heures.

Dîner et nuit à l'hôtel.



## Jour 11 : Ollantaytambo – Machu Picchu – Ollantaytambo

(Aller 48 km / environ 1h45)

Départ en **train** pour Aguas Calientes, puis navette en bus jusqu'au **Machu Picchu**. Classé parmi les sept merveilles du monde moderne, il est de loin le site précolombien le plus impressionnant du continent. Vue panoramique sur le site puis visite guidée de cette citadelle inca encore entourée de nombreux mystères.

Déjeuner libre.

Retour en train en fin d'après-midi.

Dîner libre et nuit à Ollantaytambo.



## Jour 12 : Ollantaytambo – Salines de Maras – Moray – Cusco (125 km / environ 5h)

Après le petit déjeuner, départ vers Pisac. Visite du village et de son célèbre marché indien, véritable foire colorée et folklorique. À côté des étalages de fruits et légumes s'alignent ceux d'artisans. Vous poursuivrez vers les spectaculaires **salines de Maras**, composées de milliers de bacs étincelant sous le soleil, que vous parcourez à pied. Terminez par les terrasses concentriques de Moray.

Déjeuner.

Route vers Cusco.

Dîner libre.

Nuit à l'hôtel à Cusco.



## Jour 13 : Cusco – Lima (environ 1h30)

Visite guidée à pied de Cusco (3h), ancienne capitale des Incas située en plein cœur de la cordillère des Andes (altitude : 3 400 m). Visite du quartier typique de San Blas et de la place des Armes avec ses maisons coloniales.

Déjeuner et après-midi libre jusqu'à votre transfert pour l'aéroport pour prendre votre vol pour Lima.

En option et à réserver sur place, visitez le Qorikancha, le plus riche de tous les palais de l'Empire inca, ainsi que la cathédrale, dont vous pourrez admirer les précieuses peintures de l'école de Cusco. Comme le Qorikancha fait partie des célébrations de l'Inti Raymi, il est possible qu'il soit fermé à certaines dates. Les informations officielles concernant les ouvertures et fermetures ne sont communiquées que quelques jours ou semaines avant la fête du Soleil. Pour cette raison, nous vous suggérons d'acheter directement le billet d'entrée sur place, uniquement si le site est ouvert. Votre guide vous informera à votre arrivée de la situation (ouverture/fermeture).

Arrivée à Lima et transfert à votre hôtel.

Dîner libre.

Nuit à l'hôtel.



## Jour 14 : Lima – France

Temps libre jusqu'à votre transfert à l'aéroport et envol pour la France.

Repas libres.

Nuit à bord.



## Jour 15 : Arrivée en France

**À noter :** En raison de l'altitude à laquelle il se déroule, ce circuit ne convient pas aux enfants. Il requiert en outre une bonne condition physique. Les nuits chez l'habitant sont de confort sommaire. L'observation des animaux dépendant de la saison et du climat, elle n'est jamais garantie.

## INFORMATIONS PARTICULIÈRES

### REPAS

Demi-pension. (14 repas ne sont pas inclus lors de ce voyage, se référer au programme détaillé). Pour les repas libres, les choix de restauration sont nombreux.

### TRAIN POUR LE MACHU PICCHU

- Présentez le même document d'identité que celui envoyé à l'agence, car les billets de train et le billet d'entrée au Machu Picchu seront basés sur ce document.
  - Chaque passager du train pour le Machu Picchu ne peut monter à bord qu'avec un bagage (sac à main, sac à dos ou serviette n'excédant pas 5 kg/11lb et 62"/157 cm).
- Vous retrouverez vos bagages à l'hôtel sélectionné.

Les billets pour le Machu Picchu sont nominatifs. Ils sont non modifiables, non remboursables. Pour garantir l'accès sur le site, votre billet sera émis dès votre réservation. Les informations passeport sont essentielles pour l'achat de ce billet. Si elles ne sont pas fournies au moment de la réservation, nous ne pouvons pas vous garantir l'accès sur le site. Toute modification/changement de nom entraînera l'annulation du billet et par conséquent, l'achat d'un nouveau billet, sous réserve de disponibilités.

Merci de vous munir des informations figurant sur votre passeport lors de la réservation. Ces informations sont indispensables pour la réservation de l'entrée du site du Machu Picchu, ainsi que pour celle des vols intérieurs. Sans ces informations, ces activités peuvent ne pas être garanties.

## EXCURSION OPTIONNELLE ET A RESERVER SUR PLACE

Le jour 12 ou le jour 13, à Cusco: en option et à réserver sur place, visitez le **Qorikancha**, le plus riche de tous les palais de l'Empire inca, ainsi que la cathédrale, dont vous pourrez admirer les précieuses peintures de l'école de Cusco (environ 20 USD par personne, donné à titre indicatif).

En fonction de votre heure d'arrivée à Cusco, vous pourrez effectuer cette excursion optionnelle le jour 12 ou le jour 13. A voir sur place avec le guide.

## EXCURSIONS A RESERVER AVANT LE DEPART

Survol des lignes de Nazca **(1)** (env. 35 min) (environ 199 Euros par personne, donné à titre indicatif). Au vu du grand nombre de demandes et du peu de places existantes, si vous souhaitez effectuer ce survol, merci de faire la demande auprès de votre agent de voyage. Il faudra envoyer vos informations passeport, votre poids afin de bloquer votre place chez notre fournisseur. Ce n'est que 24 heures avant le survol que vous saurez si vous pourrez l'effectuer. Cela dépend du nombre de participants et des conditions climatiques.

(1) Informations de la compagnie organisant le survol des lignes de Nazca Pour des raisons de sécurité des passagers et de la compagnie, un poids maximum est autorisé et est obligatoire pour assurer le vol. C'est pourquoi la compagnie est contrainte de limiter le nombre de passagers pour compenser le poids. Le poids maximum autorisé par passager est de 90 kg. Si les passagers dépassent les 90 kg, un supplément pour excès de poids est facturé sur place, soit 40,00 \$US par passager sera demandé. Cependant, si le poids atteint 120 kg, 145 kg ou plus par passager, les voyageurs devront payer le double sur place, soit 80,00 \$US par passager.



## VOS HEBERGEMENTS

Voici les noms des hôtels prévus pour ce circuit.

Selon l'état des réservations, nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires de même catégorie. La classification des hôtels est donnée en normes locales.

**Lima** : Limade ou 3\* (ou similaire).

**Paracas** : Hôtel Paracas Sunset 3\* (ou similaire).

**Nazca** : Hôtel DM Nazca Lines 3\* (ou similaire).

**Arequipa** : Hôtel Casa Andina Standard Arequipa 3\* (ou similaire).

**Chivay** : Hôtel Casa Andina Standard Colca 3\* (ou similaire).

**Péninsule de la Luquina** : chez l'habitant.

**Cusco** : Hôtel Hacienda Cusco Centro Historico 3\* ou Casa Andina Standard San Blas 3\* (ou similaire).

**Ollantaytambo** : Sol Ollantay 3\* (ou similaire).

La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage environ 15 jours avant le départ.

### Hôtels:

L'enregistrement dans la plupart des hôtels s'effectue à partir de 13 h.

Les chambres triples ont un lit double et un lit d'appoint.

Les nuits chez l'habitant sont d'un confort sommaire et les salles de bain sont à partager avec les habitants et les autres clients.

Concernant la nuit chez l'habitant, il est possible que le groupe soit séparé pour être réparti en deux endroits différents. Cela est dû au nombre limité de chambres disponibles chez l'habitant.

Les chambres chez l'habitant peuvent être rustiques. Chaque chambre sera néanmoins équipée d'un matelas et d'un oreiller. Aujourd'hui, la plupart des maisons ont une douche mais l'eau chaude y est très limitée. Dormir chez l'habitant implique par conséquent de se confronter à un quotidien qui n'est pas le vôtre. Il convient d'accepter et de respecter le mode de vie de vos hôtes, ainsi que leurs différences. Le contact n'est pas toujours aisé et une distance peut s'installer : ne vous en offusquez pas et ayez toujours à l'esprit qu'il ne s'agit pas de folklore. Il est de votre responsabilité de vous adapter aux comportements de votre famille d'accueil. Ce choix d'hébergement, malgré un confort que certains jugeront peut-être spartiate, permet de vivre de riches expériences faites d'échanges et de partage.

La toilette (et les toilettes) : sachez que l'eau chaude est disponible quasiment partout, mais généralement... pas longtemps ! Partez donc du principe que vos douches seront parfois fraîches. Vos hôtes pourront éventuellement vous fournir une baignoire d'eau chaude.

## VOLS DOMESTIQUES

Merci de vous munir des informations figurant sur votre passeport lors de la réservation (numéro de passeport, date d'expiration, pays d'émission et date d'émission, date de naissance). Ces informations sont indispensables pour la réservation des vols intérieurs. Sans ces informations, ces prestations peuvent ne pas être garanties.

Nous privilégions les vols directs. Cependant, pour toutes sortes de raisons (techniques, météorologiques...), les horaires de ces vols peuvent être soumis à modification sans préavis. Le temps d'attente à l'aéroport, en cas de vol non direct, peut être allongé. Le programme sera, alors, mis à jour en conséquence, en respectant, au maximum, les visites et excursions mentionnées au programme.

Les billets d'avion pour les vols domestiques vous seront remis à destination, le jour de votre arrivée.



NOUVELLES  
FRONTIERES



NOUVEAU

**Voyagez avec l'essentiel.**

Billets d'avion, carnet de voyage, itinéraire détaillé...

Retrouvez tout votre voyage sur l'appli

**Nouvelles Frontières**

Téléchargez  
l'appli







## Pérou

# FORMALITÉS ET SANTÉ

**Décalage horaire : - 6h en hiver, - 7h en été**

**Temps de vol : 15h avec escale**

**12h45 avec escale, 15h avec escale**

### FORMALITÉS ADMINISTRATIVES\*

- **Passeport valide au moins 6 mois** à compter de l'arrivée sur le territoire péruvien.
- Pour un séjour inférieur à 3 mois, le visa n'est pas exigé.
- Il est vivement recommandé de disposer d'un contrat d'assistance ou d'une assurance permettant de couvrir tous les frais médicaux (chirurgie, hospitalisation, etc.) et de rapatriement sanitaire, au risque de ne pas avoir accès aux soins, y compris en cas d'urgence vitale.
- Dans le cadre de nos programmes incluant la visite du Machu Picchu, il est impératif de nous communiquer les informations figurant sur votre passeport au moment de la réservation (numéro de passeport, date et lieu d'émission, date d'expiration, date de naissance). Ces informations sont primordiales pour réserver l'entrée au Machu Picchu et les vols intérieurs. Sans ces informations, nous ne pourrions vous garantir l'accès au site.
- Les **mineurs** voyageant seuls, ou avec une personne ne disposant pas de l'autorité parentale, doivent être munis d'une autorisation de sortie de territoire. De plus, la réglementation péruvienne impose aux voyageurs de moins de 18 ans les conditions suivantes :
  - pour les mineurs, quelle que soit leur nationalité, accompagnés de leurs deux parents : justifier à l'aéroport qu'il s'agit bien des parents du mineur (livret de famille, par exemple) ;
  - pour les mineurs accompagnés d'un seul parent : les mineurs non-Péruviens ayant séjourné au Pérou moins de 90 jours sont exemptés d'autorisation de sortie.
- Pensez à vous munir d'une copie de vos certificats et formulaires, ou à les numériser sur votre propre adresse électronique.

### FORMALITÉS SANITAIRES

#### Vaccination et/ou traitements conseillés :

- Pour l'Amazonie, le vaccin contre la fièvre jaune est vivement recommandé (à réaliser avant le départ dans un centre de vaccination agréé).
- Traitement anti paludéen conseillé.
- Vaccinations habituelles à jour (DTP et ROR).
- Anti-moustique recommandé.

#### Vaccination obligatoire :

- Le vaccin contre la fièvre jaune est obligatoire pour se rendre au Vénézuéla depuis le Pérou (un certificat de vaccination peut être exigé).

\*Toutes ces informations, valables pour les ressortissants français, sont données à titre indicatif. Elles peuvent évoluer sans préavis et concernent exclusivement les vols directs de/vers la France. En cas de transit, certains pays peuvent exiger des formalités supplémentaires. Si votre voyage inclut plusieurs destinations, merci de vous référer aux formalités en vigueur pour chacune d'entre elles. Compte tenu de l'évolution rapide de la situation administrative et sanitaire dans certains pays, nous vous recommandons de consulter le site du ministère des Affaires étrangères jusqu'au jour de votre départ.

## INFORMATIONS PAYS

### Histoire et politique

Le Pérou, ou "Perú" en espagnol et "Piruw" en quechua et en ayamara, est le troisième plus grand pays du sous-continent par sa superficie : 1 285 220 km<sup>2</sup>. Lima, une vaste aire urbaine de 9 millions d'habitants, est à la fois la capitale et la plus grande ville du pays. Cuzco, capitale historique, est l'ancienne capitale de l'empire inca.

Le système politique actuel repose sur la Constitution de 1993. Les peuples descendant des Incas, principalement Quechuas et Aymaras, représentent 45 % de la population, suivis par les métis Européens/Amérindiens (37 %) et les descendants d'Européens (15 %).

### Économie

L'économie péruvienne est parmi les plus performantes de l'Amérique latine. Le Pérou est le 1<sup>er</sup> producteur d'argent au monde, le 5<sup>e</sup> producteur d'or, le 3<sup>e</sup> producteur de cuivre et le 4<sup>e</sup> producteur d'étain. À ces ressources, il faut ajouter le zinc et d'autres minerais rares, le Pérou vivant avant tout de la richesse de son sous-sol. À elle seule, l'extraction minière représente en effet plus de 50 % des exportations du pays.

### Culture et religion

La culture locale est marquée par les civilisations amérindiennes, notamment la civilisation Inca. Si le catholicisme est la religion la plus importante, de nombreuses croyances ont encore un impact considérable. Aussi, vous croiserez au Pérou bon nombre de syncrétistes.

### Langues

Les langues officielles du Pérou sont l'espagnol (employé en grande majorité), le quechua et l'aymara.

### Monnaie

La monnaie officielle du Pérou est le sol. Pour connaître le taux de change actuel, consultez le site : [www.xe.com](http://www.xe.com).

## INFORMATIONS CIRCUIT

TUI vous souhaite un agréable voyage au Pérou !

L'itinéraire ci-dessus vous donne quelques informations quant à l'altitude des villes que vous visiterez et la durée des trajets. Le circuit est établi en fonction de horaires de vol théoriques. Tout changement décidé par la compagnie aérienne nécessitera de modifier le circuit, sans que ne soient remises en cause les excursions prévues. Notez qu'il est obligatoire de fournir à votre agence le N° de votre passeport et votre date de naissance, indispensables pour réserver l'accès au site du Machu Picchu (ce dont se charge notre réceptif local). Celui-ci est en effet réglementé : désormais, seules 2500 personnes sont autorisées à entrer sur le site chaque jour.

### ENCADREMENT / ACCOMPAGNEMENT

À chaque étape, un accompagnateur-guide bilingue sera là pour partager avec vous son goût pour sa ville. Ce guide local saura mieux que quiconque vous faire découvrir les coutumes et les cultures de sa région, la cuisine locale et les sites d'intérêt. Notez que la présence d'un accompagnateur n'est prévue que pour les trajets terrestres.

### NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Cette rubrique n'a pas pour but de vous alarmer, mais de vous informer. En effet, vous serez peut-être sujet au Mal Aigu des Montagnes (MAM), dû à la raréfaction de l'oxygène en altitude. Certains signaux bénins vous permettent de reconnaître son apparition, le plus souvent entre 3 000 et 3 500 mètres : maux de tête, nausées, perte d'appétit, perte de sommeil, gonflement de certaines parties du corps telles que les mains ou le visage. Dans la grande majorité des cas, ces signaux disparaissent : on parle d'acclimatation. Mais ils doivent être pris en compte lorsqu'ils persistent et s'accroissent.



## INFORMATIONS PRATIQUES

### **Climat**

Il est important de tenir compte de votre itinéraire et d'adapter vos bagages au climat et à la géographie des régions que vous allez visiter. Ainsi, au sud du Pérou (Arequipa, Puno, Cusco, Lima), les températures peuvent être hautes la journée (attention aux brûlures de soleil), et basses à l'ombre, sous le vent, le soir et la nuit. Les nuages et le vent sont fréquents (ayez un pull à portée de main), parfois accompagnés de pluie. Sur la côte péruvienne, notamment à Lima, le degré d'humidité est élevé : de 80 à 90 %.

### **Repas**

La nourriture vous sera servie dans les hôtels et les restaurants sélectionnés par nos soins (les boissons ne sont pas comprises). Nous avons à cœur de vous faire découvrir les "cuisines péruviennes" dans toute leur diversité. Certains repas aux saveurs locales seront préparés dans les communautés indiennes. Le prix des cafés, thés, infusions et bouteilles d'eau ou de limonade varient de 0,60 à 2 € dans les hôtels et lieux touristiques. Au supermarché, vous les trouverez à partir de 0,30 €, les prix dépendant néanmoins de la marque choisie (les boissons gazeuses nationales sont moins chères que les marques internationales). Les jus de fruit naturels (très abondants et variés) coûtent généralement de 1,30 à 2,60 € (selon les fruits et la saison), tandis que les infusions chaudes achetées dans la rue auprès des échoppes ambulantes ("emolientes") coûtent autour de 0,10 ou 0,15 €.

### **Budget**

Donnés en signe de remerciement selon la qualité du service reçu, les pourboires ne sont pas obligatoires mais conseillés. Il est d'usage de laisser une gratification au guide, à l'accompagnateur, au conducteur et aux bagagistes. Le montant du pourboire pour le port des bagages est de 0,50 \$US par valise. Pour une excursion d'une demi-journée, comptez 0,50 \$US pour le chauffeur et 1 \$US pour le guide, chaque fois que vous serez satisfaits de leurs services.

### **Photos et voltage**

Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et un chargeur. Un filtre UV permettra de protéger efficacement votre objectif. Votre aimable diplomatie et votre courtoisie sont indispensables pour vous faire accepter des peuples rencontrés et solliciter, le cas échéant, leur accord pour un cliché.

### **Électricité**

Au Pérou, le courant est sur 220 V, avec des fiches dites "américaines". Un adaptateur est donc à prévoir.

## BOUCLER SA VALISE

Vos bagages en soute ne devront pas excéder 20 kg. Prévoyez également un sac à dos pour vos affaires personnelles de la journée.

Soucieux de réduire l'impact des voyageurs sur l'environnement, nous limitons autant que possible l'usage de bouteilles d'eau en plastique. Nous vous conseillons d'emporter une gourde que vous pourrez remplir sur place. Merci pour votre action à nos côtés.

### **Chaussures**

Emportez une paire de chaussures de randonnée basses ne craignant pas l'eau, une paire de sandales de marche et des chaussures confortables pour le soir.

### **Vêtements**

Parmi les affaires à disposer dans votre valise, pensez à prendre une polaire, des chemises légères à manches longues, des tee-shirts, un pantalon transformable en short, une tenue de rechange et un short ou un bermuda-short (par respect de la culture locale, nous demandons aux femmes de ne pas choisir de short court). En cas d'invitation dans un campement ou une maison, les femmes opteront pour une jupe longue de style portefeuille ou pagne, tandis que les hommes préféreront le pantalon (en toile ou en jean) au short. N'oubliez pas non plus d'emmener un maillot de bain, des chaussettes en coton et/ou respirantes, une casquette pour protéger votre nuque et une petite serviette qui sèche rapidement.

### **Matériel**

- une paire de lunettes de soleil à forte protection
- un nécessaire de toilette peu encombrant (avec de la crème solaire à fort indice de protection)
- un sac de type congélation pour rapporter le papier usagé dans la poubelle collective
- une lampe torche ou frontale avec piles et ampoules de rechange
- un antibactérien pour les mains (l'eau étant rare, elle est réservée uniquement à la consommation et la cuisine)

### **Pharmacie**

- un collyre
- un antidiarrhéique
- un désinfectant externe (alcool à 90°)
- une crème anti-inflammatoire
- des pansements
- une bande de type "Elastoplast"
- du paracétamol
- une crème ou un spray anti-moustiques, adaptés au climat tropical



## VOYAGE ET PARTAGE

### La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté, aussi certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est notamment nécessaire d'être ponctuel aux rendez-vous donnés par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent en effet remettre en cause l'organisation des visites prévues et pénaliser injustement le reste des participants.

### Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages dans les meilleures conditions. Ainsi, l'eau est un bien précieux dans de nombreux pays, désertiques ou non : ne la souillez pas ! Pour ce faire, prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables. Les animaux que vous pouvez rencontrer dans la nature y sont chez eux : ne les dérangez pas et faites-vous discrets. Enfin, certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. En bref : ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

Si malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons d'en faire part à votre agence.

### Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont différemment perçues selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez et de créer avec elles des liens privilégiés. Là encore, les conseils de votre guide seront précieux ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. À titre d'exemple, il convient de demander sa permission à toute personne que vous souhaitez prendre en photo. Établir un contact préalable est le meilleur moyen qu'elle réponde favorablement. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout-va. Cela peut en effet inciter les enfants à mendier. Afin d'éviter ce genre de dérive, mieux vaut s'en remettre aux structures locales compétentes.

## RECOMMANDATIONS

Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Ne laissez jamais vos objets de valeur (argent, passeport, billets d'avion) sans surveillance dans votre chambre, votre bus ou au restaurant. Chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel ou gardez-les avec vous. Observez les règles élémentaires de prudence et n'oubliez pas, à l'hôtel, de mettre le verrou ou la chaîne de porte.

## POUR EN SAVOIR PLUS

### **Bibliographie**

- l'œuvre du prix Nobel de littérature de Mario Vargas Llosa
- "Le tombeau de l'éclair", de Manuel Scorza
- l'œuvre d'Alfredo Brice Echenique

### **Mini-lexique**

**Bonjour** : Buenos días

**Bon après-midi** : buenas tardes

**Bonsoir** : buenas noches

**Merci** : gracias

**Combien ça coûte ?** : ¿Cuanto cuesta?

**Trop cher !** : ¡muy caro!

**Les toilettes, s'il vous plaît** : los servicios por favor

**Sans piment, s'il vous plaît** : sin aji por favor

**J'ai mal à la tête** : me duele la cabeza

**J'ai mal au ventre** : me duele el estomago

**Trop chaud** : muy caliente

**Trop froid** : muy frio

**Bière** : cerveza

**Soda** : refresco

**Pourboire** : propina