

Bolivie - Terres de Feux, d'Eaux, de Sel

Difficulté Niveau 1	Durée 18 jours	Places 7 à 12
-------------------------------	--------------------------	-------------------------

Itinéraire susceptible de modification en fonction de circonstances climatiques ou autres. Les guides sont aptes à décider de toute mesure nécessaire pour le bon déroulement et le confort du voyage et la sécurité des voyageurs.

Présentation

« Toit des Amériques » enclavé au coeur de l'Amérique du Sud, entre la Cordillère des Andes à l'ouest et l'Amazonie à l'est, le pays, deux fois grand comme la France, donne le vertige. Des sommets enneigés aux basses plaines tropicales, en passant par les rudes plateaux de l'Altiplano, c'est une composition originale de reliefs et de climats.

Mais tant de dissemblances n'ont pourtant divisé un peuple harmonisé par une culture imprégnée de l'histoire inca.

De La Paz, haute capitale, au Sajama, en passant par le Salar d'Uyuni, l'itinéraire entraîne dans un dépaysement où s'orchestrent austérité, beauté et convivialité. Dans ce pays de jungle, de poussière et de glace qui s'élève en gradins vers le soleil, vastes lacs, lagunes, déserts de sel, volcans, y réjouissent les goûteurs d'aventure.

Fiche technique

Carte d'identité

Nom :

République de la Bolivie

Capitale :

Sucre (capitale constitutionnelle) et La Paz (siège du gouvernement)

Superficie :

1 098 581 km²

Population :

11 410 651 habitants

Régime politique :

Démocratie Présidentielle

Formalités :

Le passeport doit être valable 6 mois après la date de retour. Pas de visa pour les ressortissants de nationalité française, belge et suisse, pour un séjour de 90 jours maximum.

Ambassade et Consulat de Bolivie : 12, avenue du Président-Kennedy, 75116 Paris.

Santé

Vaccinations recommandées : DTPolio, Typhoïde, Hépatite A et B, fièvre jaune, voire un traitement antipaludéen.

INSTITUT PASTEUR : 03 20 87 79 80. Voyager n'est pas anodin. Nos organismes ne sont pas forcément adaptés aux conditions de vie d'autres latitudes. Pour réussir ces moments d'escapade, mieux vaut être informé, préparé. Ne pas hésiter à téléphoner à l'Institut.

Devises

La monnaie locale est le boliviano (BOB) divisé en 100 centavos, 1€ = 7,36 BOB. (Mieux vaut emporter des dollars que des euros).

Pour d'avantage d'information sur le change : www.oanda.com/convert/classic

Décalage horaire

En hiver, quand il est 12h à Paris, 7h en Bolivie. En été, quand il est 12h à Paris, il est 6h en Bolivie.

Pour d'avantage d'information: www.horlogeparlante.com

Electricité

220-230 Volts. Prises de type américaine. Pensez à prendre un adaptateur/transformateur.

Religions

La principale religion du pays est le christianisme. Cependant, les indiens ne sont vraiment jamais totalement accoutumés au christianisme, car il est contraire aux religions indiennes. Les religions anciennes et la « magie » ont gardé en Bolivie un impact important sur les populations. Il existe donc une cohabitation bizarre entre paganisme et catholicisme. La tradition la plus fortement ancrée en Bolivie est celle de la Terre Mère (Pachamama), qui représente la fécondité et la source des biens matériels pour les indiens ; les indiens la considèrent comme un être vivant, et à ce titre la vénèrent.

Langue(s) et ethnie(s)

La Bolivie est un pays multilingue avec une bonne quarantaine de langues, presque toutes amérindiennes.

Langue officielle : l'espagnol, mais le quechua, le guarani et l'aymara sont les principales langues indiennes parlées dans le pays, et dans certaines régions parfois les seules (le quechua et l'aymara ont d'ailleurs acquis le statut de langues officielles).

La plupart de ces ethnies a gardé intacts leurs modes de vie, traditions et coutumes. Les religions anciennes – culte du soleil, de la Pachamama... – et même la magie sont toujours vivantes. La rencontre de ces peuples est un véritable choc culturel.

Climat

Rappelons tout d'abord que les saisons en Bolivie sont inversées par rapport à celles de la France. Chaud et humide en général, mais les conditions climatiques sont variées en raison d'altitude diverses. En haute altitude, le climat est froid, sec et venteux, alors qu'en plaine il est humide et plus doux. Les températures moyennes annuelles se situent entre 8°C et 26°C selon les régions. Il faut noter également de forts contrastes de températures entre le jour et la nuit. Malgré une régularité générale qui nous permet d'apprécier les bonnes ou mauvaises périodes pour la visite d'un pays, la météo reste un paramètre imprévisible, il convient donc de se préparer au mieux en cas de conditions climatiques exceptionnelles et difficiles. Pour davantage d'information: fr.news.yahoo.com/meteo

Quand partir

Située dans l'hémisphère sud, la Bolivie a ses saisons inversées par rapport à l'hémisphère nord. Elle possède deux saisons bien marquées : la saison sèche d'avril à octobre correspondant à l'hiver et la saison humide, l'été, de novembre à mars. Le climat du pays varie en fonction de l'altitude de ses régions.

Géographie :

La Bolivie abrite dans son Altiplano, ses vallées et son Amazonie, les merveilles de ce qu'Amerigo Vespucci considérait comme le « paradis terrestre ». Outre les espaces vierges et grandioses de l'Altiplano, la végétation est l'une des richesses les plus fascinantes de la Bolivie. De la puya raimondi que l'on trouve dans le parc Comanche aux fleurs des vallées ou aux orchidées du parc Amboró, sans oublier les cactus géants du salar d'Uyuni et les plantes carnivores d'Amazonie, la végétation est sans aucun doute l'une des richesses les plus fascinantes de la Bolivie. On retrouve en Bolivie les paysages montagneux de la Cordillère des Andes, mais aussi des paysages de plateau d'altitude, avec l'Atliplano. Au Sud de la Bolivie, la «banquise de sel» offre un paysage lunaire. On y découvre aussi lagunes, volcans et canyons. Dans la région de l'Oriente, au Nord-Est de la Bolivie, un paysage de plaines débouche sur la forêt amazonienne, à la frontière avec le Brésil.

Respect des coutumes

Le marchandage fait partie intégrante de l'achat en Bolivie. La coca est une plante traditionnelle produite en Bolivie et largement consommée dans le pays. La Bolivie est un pays aux traditions importantes et très syncrétiques (des pré-incas aux espagnols) et aux racines très profondes.

Groupes

7 à 12 personnes

Bagages

Pour rendre les manutentions plus aisées, il vaut mieux prévoir un sac à dos classique ou sac marin (souple) ; ce sac mis en soute ne doit pas excéder 23 kg.

Transport

Les vols internationaux sont assurés par des compagnies aériennes régulières. Les transferts terrestres sont principalement réalisés en véhicule tout terrain à raison de 4 personnes par véhicule plus le chauffeur.

Niveau

Les marches sont de niveau facile et se font sans portage. Il faut prévoir un petit sac à dos pour les affaires personnelles. (crème, appareil photo, gourde..).

Accompagnement

Le circuit est encadré par un guide francophone soucieux de partager la connaissance de son pays, de maintenir la cohésion et la bonne humeur du groupe.

Hébergement

En l'hôtels ou chez l'habitant.

Gastronomie

La gastronomie bolivienne est aussi variée que les différentes zones géographiques du pays. La salteña, chausson à la viande, pommes de terre, œufs, olives, petits pois et sauce pimentée a donné son nom à la pause que le pays s'accorde entre dix heures et midi. La sopa "la soupe" peut constituer la seule nourriture de la journée dans les quartiers populaires. C'est aussi, dans la partie andine, une façon intelligente de se nourrir, tout en buvant du liquide chaud. Parmi les variétés les plus remarquables, nous avons choisi : La sopa de mani : le soupe de cacahuètes. C'est le pot-au-feu bolivien, avec une crème épaisse d'arachides, un peu de lait, un morceau de viande tendre, des pommes de terre à la vapeur, des épices et un brin de persil. Un plat très consistant que l'on mange le dimanche, en famille. La bière bolivienne, surtout la Cruzeña est une des meilleures du continent. La chicha cochabambina liqueur très forte à base de maïs fermenté, est la boisson préférée des boliviens.

Eau

Se munir de bouteilles encapsulées.

Rappel : les boissons ne sont pas comprises dans le prix.

Protection des sites

Chaque participant est responsable de la propreté des lieux de passage et de bivouac. Il ne faut rien laisser traîner (papiers, plastiques...) car l'équilibre écologique de ces endroits est fragile et la permanence des flux touristiques accroît les risques de dégradation.

Assurance

Nous vous rappelons qu'en cas d'hospitalisation sur place ou de rapatriement, vous pouvez être couvert par une assurance personnelle (avec la carte VISA par exemple ou une mutuelle). Si vous n'êtes pas couvert par cette dernière, Horizons Nomades vous propose une assurance globale qui couvre l'assistance rapatriement, l'annulation du voyage, l'interruption de séjour et les bagages. Son montant est variable en fonction du prix du voyage. Si vous disposez d'une assurance personnelle, vous pouvez souscrire une assurance « annulation » uniquement qui vous permettra d'être remboursé en cas d'annulation inattendue de votre voyage. Son montant est également variable en fonction du prix du circuit choisi. Merci de nous consulter pour plus de renseignements.

Pour vous inscrire

Il suffit de compléter le bulletin d'inscription en ligne se trouvant à la fin de cette fiche technique, accompagné d'un acompte de 30% du montant total, à l'agence de Strasbourg : Horizons Nomades, 4 rue des Pucelles, 67000 Strasbourg.

Vêtements

- chapeau ou une casquette
- un bonnet
- une veste polaire
- une veste imperméable respirante
- sweat-shirts ou chemises manches longues
- Tee-shirts
- pullovers chauds pour le soir

Chaussures

- une paire de chaussures de marche légère et souple

Accessoires nécessaires

- lunettes de soleil
- un couteau multi -usages (à ranger dans le bagage de soute)
- une gourde (d'1,5l)
- une lampe de poche frontale

Trousse de toilette

- nécessaire de toilette : préférez des produits biodégradables.
- une crème solaire
- lait de toilette
- du papier hygiénique + briquet
- des serviettes humidifiées type lingettes
- baume pour les lèvres
- protection contre les moustiques

Pharmacie

Une pharmacie de premier secours est fournie par HORIZONS NOMADES pendant le voyage. Cependant, prévoyez une petite pharmacie individuelle:

- compresses, pansements
 - antiseptiques
 - analgésique
 - coton
 - collyre
 - pommade anti-inflammatoire
 - poudre anti-parasitaire
 - antidiarrhéiques
 - analgésiques
 - désinfectant cutané
 - répulsif anti-moustiques (en zone tropicale)
 - antibiotiques (selon avis du médecin)
 - biafine
- (ciseaux, épingles de sûreté en soute, pince à épiler en soute)

Photo/Vidéo

Il faut penser à s'approvisionner en batteries avant le départ et à prendre des sachets plastiques pour protéger le matériel. Pour la photographie, n'oubliez pas de demander une autorisation et de remercier les personnes.

Guides

- Bolivie, Anti-guide de voyage, A. Retti
- Pérou / Bolivie, Routard

Récits, littératures, ouvrages illustrés

Bolivie : vision de lumière et d'espace, E. Dehau

Bolivie, D. Fernandez

Pour comprendre la Bolivie, d'Evo Morales, D. Rolland, J. Chassin

Apprendre la libération, M. Preiswerk

La guérilla du Che, R. Bebray

Poésie quechua, C. Romero

Une saison en Bolivie, F. Lacoudre

Carte routière

- Carte Bolivia, Travel Maps

Itinéraire

Jour 1-2 • Vol Paris - Sao Paulo - La Paz

Arrivée à Sao Paulo, transfert à La Paz. Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel. La ville s'étend, entre 4000 et 3200m d'altitude, au pied des majestueux sommets des Andes dont les cimes enneigées culminent à plus de 6000 mètres. Visite de la capitale la plus haute du monde : la Calle Sagarnaga avec ses échoppes d'artisanat local, la Calle des sorcières, les marchés typiques de San Pedro, le centre historique et le quartier colonial. Nuit à l'hôtel.

Jour 3 • La Paz

Visite guidée de cette cité perchée à près de 4000 mètres d'altitude : Calle Sagarnaga avec ses échoppes d'artisanat local (l'un des plus fameux d'Amérique du sud), la Calle des sorcières, les marchés typiques de San Pedro, le centre historique et le quartier colonial. Nuit à l'hôtel.

Jour 4 • La Paz - Copacabana

Tôt le matin , départ pour le lac Titicaca qui fut , dit une légende , formé des larmes du soleil pleurant ses enfants dévorés par le puma... Sur la presqu'île , la ville, réputée comme lieu de pèlerinage à la vierge noire , s'étale sur la colline . Visite de la ville et en fin d'après-midi, petite marche jusqu'à la Colline du Calvaire et de la Basilique de la Vierge. De là s'offre souvent un magnifique coucher de soleil . Nuit à l'hôtel

Jour 5 • Copacabana - Trek île du Soleil - Yumani

Le matin, traversée en bateau jusqu'à l'extrême nord de l'île du Soleil pour atteindre les ruines Incas de Chincana; à partir de là, randonnée vers le sud en suivant les crêtes; tout au long de la marche, de belles échappées se donnent sur ces lieux empreints de la nostalgie que suscite le souvenir de la grandeur Inca. Bivouac . Nuit chez l'habitant.

Jour 6 • Yumani - Yampupata - trek - Copacabana - La Paz

Traversée en bateau à moteur (20 minutes) jusqu'à la presqu'île de Yampupata. Randonnée le long de la presqu'île jusqu'à la "Vierge de Lourdes", en passant par le village perdu de Zampaya (environ 4 à 5h). Visite du temple de Pilkokaina et du Jardin des Incas. Retour dans l'après-midi. Nuit à l'hôtel .

Jour 7 • La Paz - Jirira

Départ de l'hôtel tôt le matin en 4x4 privé pour le Salar d'Uyuni (3650 m alt.). Traversée de l'Altiplano qui offrent des horizons toujours surprenants de beauté et de magnificence pour arriver, en fin de journée, en bordure du Salar, au village aymara de Jirira. Nuit chez l'habitant.

Jour 8 • Jirira - Salar d'Uyuni - Uyuni

De Jirira, traversée du Salar d'Uyuni jusqu'à l'île d'Incahuasi -d'origine volcanique, recouverte de stromatolithes et de cactus géants elle est dite aussi "isla del pescado". Puis continuation jusqu'à l'extrémité Est du Salar. Sur la route, visite des hôtels de sel (fermés depuis novembre 2001) et de l'exploitation de sel de Colchani. Arrivée à Uyuni en fin d'après midi. Nuit à l'hôtel.

Jour 9 • Uyuni - Potosi

Excursion au cimetière des locomotives avant de prendre la piste pour Potosi en 4x4 privé. Traversée par la piste de toute la Cordillère Frailes avant de rejoindre la ville impériale dans l'après midi. Fin de journée libre après la visite du couvent Santa Teresa. Nuit à l'hôtel.

Jour 10 • Potosi (4100 m alt

). Journée consacrée à la découverte de la ville, inscrite par l'Unesco au patrimoine de l'humanité: Visite des mines du Cerro Rico où l'on peut rencontrer des mineurs dans leur environnement et dans l'après-midi, visite de la Casa de la Moneda où les Espagnols frappèrent la monnaie de la couronne jusqu'au XIXe siècle. Nuit à l'hôtel.

Jour 11 • Potosi - Sucre

Par une route splendide, on rejoint en véhicule la ville coloniale, inscrite par l'Unesco au patrimoine de l'humanité. Différentes visites permettent de découvrir l'importance de ces lieux au temps de la colonisation et pour le développement du pays: musée ethnographique du textile, casa de la libertad, couvent de la Recoleta, cathédrale.... Nuit à l'hôtel.

Jour 12 • Sucre - Cochabamba

Continuation du parcours vers Cochabamba la capitale gastronomique du pays. Les pistes sont de qualité diverses entre terres et pavés en passant par Aiquile, au fond de basses vallées peu connues du tourisme. Arrivée en fin d'après-midi. Nuit à l'hôtel.

Jour 13 • Cochabamba - Parc Sajama - Tomarapi

Tôt le matin, départ en véhicule pour remonter sur l'Altiplano. Après avoir mis le cap plein ouest dans les vallées de moyenne altitude, bifurcation vers le nord jusqu'à Patacamaya. De là, route vers l'Ouest, vers la frontière chilienne. En route, découverte des chullpas, les sépultures carangas, aujourd'hui vides après leur pillage systématique. La piste mène au village de Tomarapi au pied des volcans du parc : le Sajama 6542 m alt., le Parinacota 6340 m alt. et le Pomerape 6280 m alt. Nuit au refuge.

Jour 14 • Tomarapi - Laguna Huana Khota - Sources thermales

Belle marche en contournant les neiges éternelles du volcan Sajama par le nord, arrivée en fin de matinée à la laguna Huaña Khota où des flamants roses viennent parfois se mêler aux canards et oies sauvages, propriétaires du lieu. Continuation de la randonnée jusqu'aux sources thermales pour un bain relaxant. Balade dans la zone des geysers. Cette zone particulièrement active offre un spectacle unique de bains bouillonnants dispersés sur quelques centaines de mètres carrés. Nuit chez l'habitant.

Jour 15-16 • Laguna Huana Khota - La Paz

Journées de route, en remontant vers le Nord jusqu'à la capitale, en faisant halte dans différentes petites villes, à la découverte du rythme de vie quotidien du peuple bolivien. Visite de la capitale, qui est la plus haute du monde et dont les rues, vibrantes de mémoires, sont sans cesse animées de scènes hautes en couleurs... Nuit à l'hôtel.

Jour 17-18 • Vol La Paz - Paris

En fonction de l'horaire, transfert à l'aéroport pour le vol retour.

Carte

