

lonely planet

Bolivie



**Les plus
beaux parcs
nationaux**

**Randonnées
et activités de
plein air**

**Culture
andine**

Les quatre sections de ce guide

Préparer son voyage

Les expériences incontournables, les itinéraires et de nombreuses idées inspirantes



À TABLE !
Le voyage culinaire est une expérience incontournable. Découvrez les plats les plus emblématiques de Bolivie, les marchés locaux et les restaurants de renom.

Altitudo
L'altitude est un facteur déterminant dans le voyage en Bolivie. Découvrez les conseils pour éviter le mal d'altitude et les endroits les plus adaptés à votre condition physique.

Transport
Les modes de transport en Bolivie sont variés : avion, train, bus, taxi, moto. Découvrez les tarifs, les horaires et les points de vente.

Monnaie
La monnaie bolivienne est le boliviano (Bs.). Découvrez les conseils pour échanger l'argent et les endroits où acheter des billets.

Les festivals
La Bolivie est un pays riche en traditions et en festivals. Découvrez les dates et les lieux des événements les plus importants.

Les parcs nationaux
La Bolivie dispose de nombreux parcs nationaux, chacun avec ses propres paysages et faunes. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les plantes
La Bolivie est un pays riche en biodiversité. Découvrez les plantes les plus emblématiques et les endroits où les observer.

Les animaux
La Bolivie est un pays riche en biodiversité. Découvrez les animaux les plus emblématiques et les endroits où les observer.

Les paysages
La Bolivie est un pays riche en paysages. Découvrez les endroits les plus beaux et les conseils pour les visiter.

Les villes
La Bolivie dispose de nombreuses villes, chacune avec ses propres caractéristiques. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les régions
La Bolivie est divisée en régions. Découvrez les caractéristiques de chacune et les conseils pour les visiter.

Les langues
La Bolivie dispose de plusieurs langues officielles. Découvrez les conseils pour les apprendre et les utiliser.

Les coutumes
La Bolivie est un pays riche en coutumes. Découvrez les coutumes les plus emblématiques et les conseils pour les respecter.

Sur la route

Des conseils pour découvrir la destination, vivre des expériences locales, tester les meilleurs restaurants...



Bassin amazonien

Le bassin amazonien est une région immense, riche en biodiversité et en cultures. Découvrez les conseils pour la visiter.

Les parcs nationaux
Le bassin amazonien dispose de nombreux parcs nationaux. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les villes
Le bassin amazonien dispose de nombreuses villes. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les paysages
Le bassin amazonien dispose de nombreux paysages. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les animaux
Le bassin amazonien dispose de nombreux animaux. Découvrez les conseils pour les observer.

Les plantes
Le bassin amazonien dispose de nombreuses plantes. Découvrez les conseils pour les observer.

Carnet pratique

Toutes les informations pratiques essentielles dont vous avez besoin pour votre voyage

Arriver en Bolivie

Avant de partir, vérifiez les documents nécessaires pour entrer en Bolivie : passeport, visa, assurance voyage.

Visa
La Bolivie dispose de différents types de visas. Découvrez les conditions d'obtention et les tarifs.

Assurance voyage
Une assurance voyage est recommandée pour couvrir les risques de rapatriement et de prise en charge médicale.

Transport
Les modes de transport en Bolivie sont variés : avion, train, bus, taxi, moto. Découvrez les tarifs, les horaires et les points de vente.

Monnaie
La monnaie bolivienne est le boliviano (Bs.). Découvrez les conseils pour échanger l'argent et les endroits où acheter des billets.

Langue
La langue officielle en Bolivie est l'espagnol. Découvrez les conseils pour apprendre quelques mots de la langue locale.

Coutumes
La Bolivie est un pays riche en coutumes. Découvrez les coutumes les plus emblématiques et les conseils pour les respecter.

Les festivals

La Bolivie est un pays riche en traditions et en festivals. Découvrez les dates et les lieux des événements les plus importants.

Les parcs nationaux
La Bolivie dispose de nombreux parcs nationaux, chacun avec ses propres paysages et faunes. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les villes
La Bolivie dispose de nombreuses villes, chacune avec ses propres caractéristiques. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les paysages
La Bolivie est un pays riche en paysages. Découvrez les endroits les plus beaux et les conseils pour les visiter.

Les animaux
La Bolivie est un pays riche en biodiversité. Découvrez les animaux les plus emblématiques et les endroits où les observer.

Les plantes
La Bolivie est un pays riche en biodiversité. Découvrez les plantes les plus emblématiques et les endroits où les observer.

Les coutumes
La Bolivie est un pays riche en coutumes. Découvrez les coutumes les plus emblématiques et les conseils pour les respecter.

Comprendre

Les particularités à connaître et l'histoire de la destination racontées de manière originale et vivante



LA CULTURE INDIGÈNE

La culture indigène est une partie importante de l'héritage bolivien. Découvrez les coutumes, les langues et les traditions des peuples autochtones.

Les langues
En Bolivie, on parle de nombreuses langues indiennes. Découvrez les langues les plus courantes et les conseils pour les apprendre.

Les coutumes
Les coutumes indiennes sont très variées. Découvrez les coutumes les plus emblématiques et les conseils pour les respecter.

Les festivals

La Bolivie est un pays riche en traditions et en festivals. Découvrez les dates et les lieux des événements les plus importants.

Les parcs nationaux
La Bolivie dispose de nombreux parcs nationaux, chacun avec ses propres paysages et faunes. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les villes
La Bolivie dispose de nombreuses villes, chacune avec ses propres caractéristiques. Découvrez les conseils pour les visiter.

Les paysages
La Bolivie est un pays riche en paysages. Découvrez les endroits les plus beaux et les conseils pour les visiter.

Les animaux
La Bolivie est un pays riche en biodiversité. Découvrez les animaux les plus emblématiques et les endroits où les observer.

Les plantes
La Bolivie est un pays riche en biodiversité. Découvrez les plantes les plus emblématiques et les endroits où les observer.

Les coutumes
La Bolivie est un pays riche en coutumes. Découvrez les coutumes les plus emblématiques et les conseils pour les respecter.

Bolivie



**Alexis Averbuck, Michael Grosberg, Brian Kluepfel,
Vesna Maric, Joe Sills, Ryan Ver Berkmoes**

SOMMAIRE

Préparer son voyage

Le voyage commence ici.....	4
Carte de la Bolivie.....	8
Expériences incontournables.....	10
Villes et régions.....	26
Itinéraires.....	28
Quand partir.....	36
Avant de partir.....	38
À table !.....	40
L'art de gérer le mal des montagnes.....	44
Activités de plein air.....	45

Sur la route

La Paz	54
S'orienter.....	56
Planifier son séjour.....	58
Centre-ville et Prado.....	60
Mi Teleférico.....	62
Les marchés de La Paz.....	68
El Alto.....	73
Tiwanaku.....	76
Sopocachi.....	80
Zona Sur.....	85
Notre sélection pour dormir.....	89
Lac Titicaca	91
S'orienter.....	92
Planifier son séjour.....	94
Copacabana.....	96
De Sampaya à Yampupata.....	96
Isla del Sol.....	102
Ruines de Chincana.....	106
Huatajata.....	108
Titicaca, le lac à la carte.....	112
Notre sélection pour dormir.....	114

Cordilleras et Yungas	116
S'orienter.....	118
Planifier son séjour.....	119
Treks et ascensions.....	120
Cordillera Real.....	122
L'ascension du Huayna Potosí.....	124
Coroico.....	131
La "route la plus dangereuse du monde".....	134
Environs de Coroico.....	138
Le trek d'El Choro, splendeur inca.....	140
Sorata.....	145
Environs de Sorata.....	148
Les ruines perdues d'Iskanwaya.....	150
Notre sélection pour dormir.....	151

Sud de l'Altiplano	153
S'orienter.....	154
Planifier son séjour.....	156
Parque Nacional Sajama.....	158
Environs du Parque Nacional Sajama.....	161
Salar d'Uyuni.....	163
Environs du Salar d'Uyuni.....	170
Reserva Nacional de Fauna Andina Eduardo Avaroa.....	172
Dans la Reserva Nacional de Fauna Andina Eduardo Avaroa.....	174
Laguna Colorada.....	176
Environs de la Reserva Nacional de Fauna Andina Eduardo Avaroa.....	177
Tupiza.....	179
Environs de Tupiza.....	182
La région sauvage à visiter.....	184
Notre sélection pour dormir.....	186

Hauts plateaux du Centre	188
S'orienter.....	190
Planifier son séjour.....	192
Cochabamba.....	194



Puerta del Sol, Tiwanaku (p. 77)

Environs de Cochabamba.....	202
Parque Nacional Torotoro.....	204
Sucre.....	211
Environs de Sucre.....	220
Potosí.....	225
Cerro Rico.....	228
Environs de Potosí.....	236
Notre sélection pour dormir.....	241

Centre-Sud et Chaco	243
S'orienter.....	244
Planifier son séjour.....	246
Tarija.....	248
Les vignobles de Tarija.....	250
Environs de Tarija.....	257
Chaco bolivien.....	262
Notre sélection pour dormir.....	266

Santa Cruz et Gran Chiquitania	268
S'orienter.....	270
Planifier son séjour.....	271
Santa Cruz de la Sierra.....	272
Samaipata.....	280
El Fuerte.....	284
Environs de Samaipata.....	285
Parque Nacional Ambaró.....	286
Circuit des missions jésuites.....	293
Au-delà du circuit des missions jésuites.....	303
Notre sélection pour dormir.....	306



Laguna Colorada (p. 176)

Bassin amazonien	309
S'orienter	310
Planifier son séjour	312
Amazonie bolivienne	
occidentale	314
Parque Nacional Madidi	319
Écolodges dans le Parque	
Nacional Madidi	320
"Selva" ou "pampa" ?	322
Ichapekene Piesta,	
la plus belle fête	
du bassin amazonien	324
Amazonie bolivienne	
orientale	329
Parque Nacional	
Noel Kempff Mercado	334
Région du Chapare	335
Nord de l'Amazonie	
bolivienne	340
Reserva Barba Azul	343
Notre sélection	
pour dormir	346

Carnet pratique

Arriver en Bolivie	350
Comment circuler	352
Argent	354
Hébergement	355
Avec des enfants	356
Santé et sécurité	357
Manger, boire et sortir	358
Voyage responsable	360
Voyageurs LGBTQI+	362
Voyage et handicap	363
Tenue mestiza	364
Bon à savoir	365
Langue	366

Comprendre

Une histoire de la Bolivie	
en 15 lieux	370
À la rencontre	
des Boliviens	374
La culture indigène	376
La signature musicale	
bolivienne	380
L'exceptionnelle	
biodiversité	383
La civilisation	
de Tiwanaku	386
Index	388



La Paz (p. 54)

BOLIVIE

LE VOYAGE COMMENCE ICI

Un jour que je flânais sur la Plaza San Francisco, à La Paz, j'ai vu un *curandero* (guérisseur) accepter des mains d'une femme plusieurs morceaux de papier, avant de souffler dessus en psalmodiant, puis de les brûler un par un. Cette démonstration de foi ancestrale, accomplie sur le parvis d'une église, reste gravée dans ma mémoire. La Bolivie est une source infinie d'émerveillement. Des hauteurs étourdissantes des cordillères à l'exubérance de la forêt amazonienne, des vestiges précolombiens aux villes coloniales, ce pays offre des aventures authentiques aux voyageurs, pour peu qu'ils se montrent prêts à les vivre.

Brian Kluepfel

Brian est un auteur spécialisé dans les voyages, le sport et la musique. Il a contribué à plus de vingt guides Lonely Planet, dont trois sur la Bolivie.



Mon expérience préférée a été un vol en parapente dans les environs de La Paz (p. 84). Malgré ma peur du vide, je ne regrette pas cette expérience inoubliable dans les cieux, survolant ville et montagnes.

@briankluepfel

SUR LE TERRAIN

Nos auteurs présentent les lieux qui, pour eux, incarnent le mieux la Bolivie.

SL-PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK



C'est un honneur de m'être vu confier la rédaction du chapitre consacré à Uyuni. Depuis des décennies, je rêvais de contempler de mes propres yeux un désert de sel. Pourtant, c'est un autre lieu dont je n'avais jamais entendu parler auparavant qui m'a marqué encore plus profondément. Car si le Salar d'Uyuni est d'une beauté époustouflante, **l'Isle del Sol** (p. 102 ; photo) a une âme et une magie indicibles. Il me tarde d'y retourner pour déambuler parmi ses vestiges.

Joe Sills

@JoeSills

Joe habite à Memphis. Écrivain et photographe, il se passionne pour les voyages, la protection de l'environnement et la recherche sur le climat. Il a rédigé les chapitres Lac Titicaca et Sud de l'Altiplano.

JOSE ARCOS AGUILAR/SHUTTERSTOCK



J'ai beau parcourir le monde depuis de nombreuses années, je n'ai jamais été aussi surprise qu'en arrivant, après des heures de route à travers les forêts humides de la Gran Chiquitania, devant la mission jésuite de **San Xavier** (p. 293 ; photo). Tandis que les perroquets volaient au-dessus de la place, je restai interdite devant la façade crème de cette église, rehaussée de délicats motifs bruns. À l'intérieur de ce site classé au Patrimoine mondial, les colonnes aux ornements envoûtants se succèdent jusqu'à un superbe retable doré.

Alexis Averbuck

alexisaverbuck.com

Alexis peint et écrit ses aventures – de son année en Antarctique à sa traversée du Pacifique en voilier – pour Lonely Planet, National Geographic et d'autres médias internationaux. Elle signe ici le chapitre Santa Cruz et Gran Chiquitania.

Au **Parque Nacional Torotoro** (p. 204 ; photo), on mesure plus que jamais les millions d'années qui nous séparent des dinosaures. Leurs empreintes aussi nombreuses qu'intactes et les strates sédimentaires qui s'y dessinent sont autant de splendeurs illustrant ce manuel de géologie grandeur nature. Vous aurez l'impression d'être revenu aux origines de notre planète... jusqu'à ce que vous aperceviez des écoliers rentrer chez eux le long de falaises s'élevant à 3 600 m d'altitude.

Michael Grosberg

@ [Like Local](#)

Michael est un écrivain de guides de voyage chevronné et le co-fondateur de la start-up LikeLocal. Il a rédigé les chapitres Hauts plateaux du Centre et Une histoire de la Bolivie en 15 lieux.



LARISA CHILANTI/SHUTTERSTOCK

Sorata (p. 145 ; photo) est perchée entre les luxuriants contreforts des Yungas et les sommets sauvages des Andes. J'adore m'y élever loin au-dessus de la limite des arbres, et me sentir minuscule au pied de pics embrumés depuis des chemins empruntés des siècles durant par les Incas et leurs successeurs.

Ryan Ver Berkmoes

@ [ryanvb \(bluesky\)](#)

Ryan, qui a déjà sillonné le globe pour Lonely Planet, ne recule jamais devant la promesse d'une nouvelle aventure. Il a rédigé le chapitre Cordilleras et Yungas.



FELIPE DUENAS/SHUTTERSTOCK



Marcher au cœur de la jungle et sentir tout autour de soi le foisonnement de la vie est une expérience totalement inédite pour moi. Le fait d'être guidée par un professionnel originaire de la région, prêt à partager son savoir local pour mettre en lumière la faune et la flore environnantes, a accru le plaisir de la découverte. Rien ne peut, à mes yeux, rivaliser avec une telle immersion sur les incroyables terres du **bassin amazonien** (p. 309).

Vesna Maric

@vesnamarx

Vesna est journaliste et auteure. Elle signe ici les chapitres Bassin amazonien et Vie sauvage et merveilles naturelles.

A AUSSI CONTRIBUÉ À CE GUIDE



Maria Silvia Trigo

@MariaSTrigo

Maria est journaliste indépendante. Avant de s'installer en Bolivie pour y élever ses deux enfants, elle a visité plus d'une centaine de villes et exploré pas moins de 29 pays. Son plus grand rêve ? Parcourir le monde avec sa famille comme elle aime tant le faire : sans se presser, sans écran et sans plan précis.



Parque Nacional Madidi

Un des écosystèmes les mieux préservés d'Amérique du Sud (p. 319)

Cordillera Real

Hauts sommets pour les amoureux d'aventures (p. 122)

Isla del Sol

Ruines précolombiennes et paysages de toute beauté s'y déclinent sous un soleil ardent (p. 102)

Tiwanaku

Les vestiges d'une civilisation perdue (p. 76)

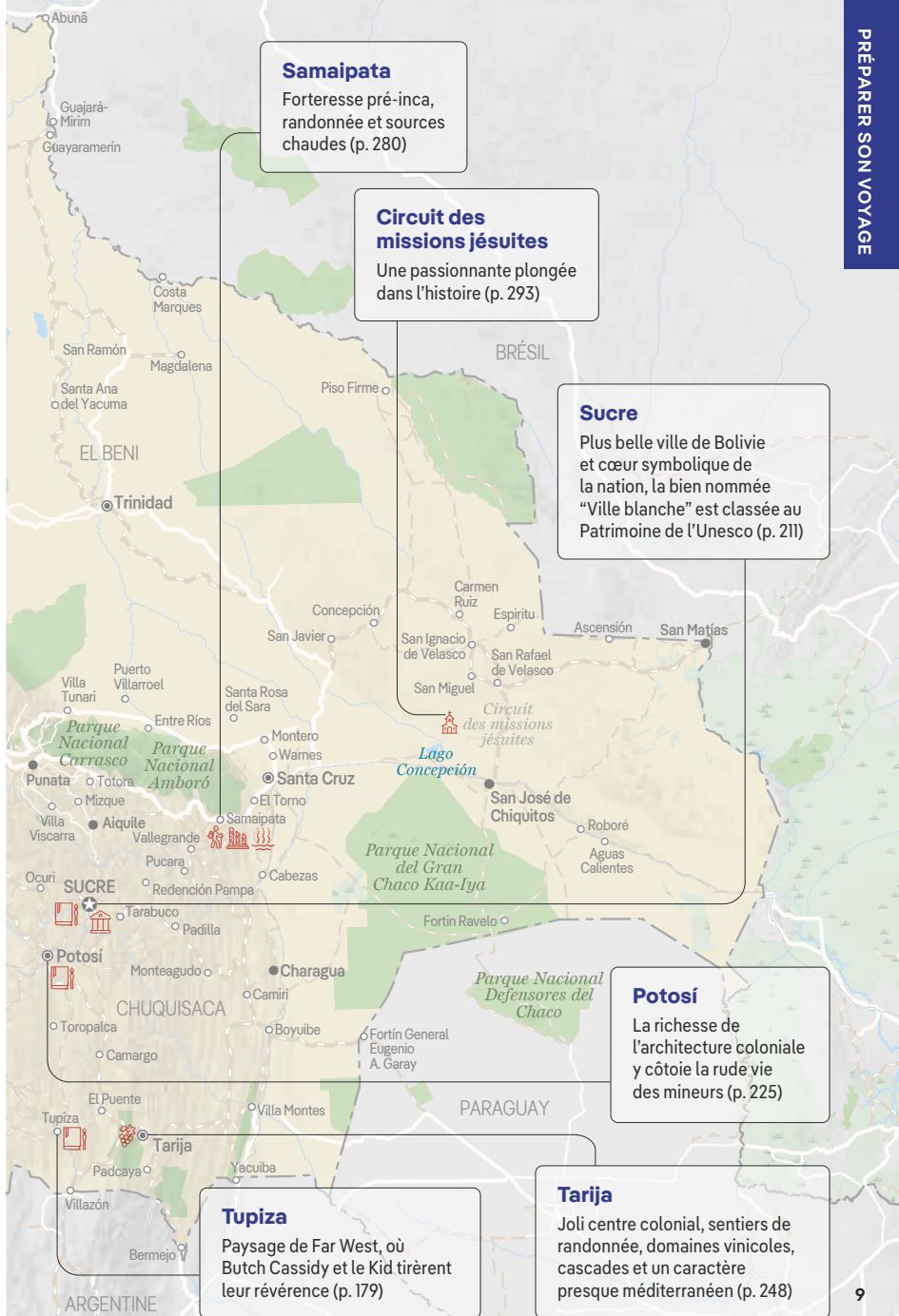
La Paz

Une ville haut perchée, à l'ambiance frénétique et à la vie culturelle captivante (p. 54)

Salar d'Uyuni

Splendide désert de sel, cimetière ferroviaire et lacs peuplés de flamants roses (p. 163)

Océan Pacifique





ART

Comme en témoignent les musées petits et grands disséminés à travers tout le pays, la Bolivie est une nation fière de son patrimoine artistique et culturel. De l'art rupestre à l'art précolombien, du baroque andin (XVIII^e siècle) à l'architecture néo-andine de Freddy Mamani, en passant par les toiles de Melchor Pérez de Holguín (1665-1732), les sculptures de Marina Núñez del Prado (1910-1995) et les photographies de Freddy Alborta (1932-2005), le pays peut s'enorgueillir de trésors artistiques riches et variés. Prenez le temps de découvrir cet héritage, ainsi que la scène artistique actuelle.



Le pays des fresques

En Bolivie, les bâtiments servent de supports à des fresques murales représentant animaux, personnalités politiques respectées ou déçues, traditions indigènes et même des odes à la gastronomie.



Art et politique

Les œuvres d'artistes comme **Walter Solón** (p. 82) et **Gastón Ugalde** (p. 83) sont autant de fenêtres sur l'âme et l'histoire mouvementée de la Bolivie.



Tournée des galeries

À La Paz, une tournée des musées et galeries d'art dans le centre-ville et dans le quartier bohème de Sopocachi permet de s'imprégner de la culture bolivienne tout en faisant un peu d'exercice.

DE GAUCHE À DROITE : CHESHIR.007/SHUTTERSTOCK, PABLO SOLÓN, CASA MUSEO SOLÓN/WIKIMEDIA/CC BY SHARE ALIVE 4.0, ROAMING PICTURE/SHUTTERSTOCK





NOTRE SÉLECTION

À La Paz, modernisme et classicisme se côtoient au **1 Museo Nacional de Arte** (p. 72), bijou d'architecture coloniale abritant une belle collection permanente et des expositions tournantes d'art contemporain.

À Sucre, les expositions du **2 Museo de Arte Indígena** (p. 211) sont notamment consacrées aux textiles tissés des peuples jalq'a et tarabuco (département de Chuquisaca).

À Santa Cruz, art des quatre coins du monde et expositions photographiques emplissent les différents niveaux du **3 Manzana 1 – Espacio de Arte** (p. 273).

La **4 Casa Museo Solón** (p. 83) n'est pas seulement la maison-atelier de l'un des plus grands artistes boliviens ; elle est aussi un condensé des luttes politiques et sociales du pays, et Don Quichotte y tient une place de choix.

À Santa Cruz, la collection de masques et d'artisanat du petit **5 Museo Guaraní** (p. 276), offre un aperçu intéressant de la culture guaraní.



ARTISANAT TRADITIONNEL

DE GAUCHE À DROITE : ICHPHOTO/GETTY IMAGES, SLIPHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK, LOUIELEA/SHUTTERSTOCK

Pour garder un souvenir tangible de votre périple ou pour offrir, rapportez dans vos bagages un peu de Bolivie : tissus, talismans de sorcière, paniers, lainages précieux, objets en argent, sculptures en bois, céramiques... On trouve sur les marchés et au gré des villages traditionnels de véritables trésors issus de techniques ancestrales.



Marchés de La Paz

Les **marchés de La Paz** (p. 68), quotidiens, sont nombreux et animés. On y trouve de tout, et on fait le plein de souvenirs (amulettes, paniers, sculptures sur bois...) tout en profitant de l'atmosphère vibrante et des en-cas.



Tissage

La Bolivie est très fière de ses techniques ancestrales. Vous pourrez acheter de superbes tissages artisanaux (tapis, couvertures...), notamment à Candelaria et au marché dominical de **Tarabuco** (p. 220), dans la région de Sucre.



Sacs à main et bijoux

Vous trouverez un choix impressionnant d'artisanat de qualité supérieure chez **Inca Pallay** (p. 218), coopérative de tisserands et d'artisans à Sucre, et chez **Mistura** (misturabolivia.com), joli petit concept store à La Paz.





NOTRE SÉLECTION

Célèbre pour ses remèdes traditionnels, ses fœtus de lamas, ses diseuses de bonne aventure et ses amulettes en tout genre, le **1 Mercado de las Brujas** (p. 69), à La Paz, abrite aussi des boutiques d'artisanat provenant de différentes régions du pays.

S'émerveiller du talent des artisans fabriquant bateaux et autres objets en *totora*, variété de jonc qu'ils cueillent dans les hauts-fonds du **2 lac Titicaca** (p. 108).

Admirer les œuvres précolombiennes en argent, or et cuivre du **3 Museo de Metales Preciosos** (p. 66), à La Paz.

Visiter le site archéologique de **4 Tiwanaku** (p. 76), où l'on peut voir une collection de céramiques datant d'une civilisation pré-inca.

Une excursion en Amazonie à la rencontre d'artisans indigènes des communautés **5 tsimanés** (p. 328), que l'on peut observer à l'œuvre.



PARCS, PLANTES ET JARDINS

La diversité de la topographie et des écosystèmes boliviens se retrouve dans la profusion de plantes et de fleurs agrémentant les jolis parcs et jardins botaniques du pays. Cactus aux piquants acérés, roses attirant des nuées de colibris, plantes d'Amazonie, du *cerrado* (savane), du *bosque seco* (forêt sèche) ou d'autres régions encore s'y épanouissent et offrent une oasis de calme contrastant avec le chaos urbain.



Une plongée dans l'inconnu

La flore de Bolivie est loin d'avoir révélé tous ses secrets, et de nouvelles découvertes ont lieu régulièrement. À vous d'en profiter autant que possible.



Un paradis pour botanistes

La flore bolivienne intéresse les explorateurs et naturalistes depuis fort longtemps. À partir du XVIII^e siècle, des botanistes suédois, allemands, hongrois, français et britanniques sont venus l'étudier.



Kantuta

La *kantuta* est un superbe arbuste aux fleurs rouge et or. Sacrée pour les Incas, sa fleur est aujourd'hui, avec le *patujú*, l'un des symboles de la Bolivie, et a donné ses couleurs au drapeau national.

DE GAUCHE À DROITE : MANMANA/SHUTTERSTOCK, HARMAR/SHUTTERSTOCK, ESKYSTUDIO/SHUTTERSTOCK





NOTRE SÉLECTION

Le luxuriant **1 Jardín Botánico** (p. 278) offre une paisible escapade près de Santa Cruz, entre sentiers forestiers, cactus spectaculaires, plateforme d'observation, tortues et paresseux.

Flâner dans les jardins extravagants du **2 Palacio Portales** (p. 199) de Cochabamba, dont les jardins et l'extérieur sont inspirés du château de Versailles.

Visiter un élevage de papillons, examiner une collection d'orchidées et barboter dans 15 bassins naturels au **3 Biocentro Güembé** (p. 279).

Explorer les 4 ha de plantes exotiques d' **4 El Picacho** (p. 260), hacienda d'un ancien président bolivien.

Déambuler entre les mausolées impressionnants et les allées bien entretenues du **5 Cementerio Municipal** (p. 216), le cimetière de Sucre.



Salar d'Uyuni



PAYSAGES D'EXCEPTION

La Bolivie est une destination incomparable pour les amoureux de la nature. Les parcs nationaux et réserves se prêtent à l'observation d'espèces végétales et animales. Des immenses étendues austères et sauvages de l'Altiplano aux pics de la cordillère andine, en passant par l'exubérance de la forêt amazonienne et les collines arides et rocailleuses du Chaco, le pays révèle de multiples facettes.

Parcs nationaux

En classant 22 zones protégées nationales (dont 13 parcs nationaux) et diverses réserves régionales, la Bolivie a sauvegardé près de 20% de son territoire. C'est l'un des plus vastes systèmes de protection du continent.

À l'assaut des sommets

La Bolivie compte une dizaine de sommets de plus de 6 000 m, dont trois dépassent même 6 400 m : le **Sajama** (p. 159), l'**Illimani** (p. 129) et l'**Ancohuma** (p. 128). De nombreux tour-opérateurs y organisent des excursions.



NOTRE SÉLECTION

Une randonnée parmi les fougères géantes et la faune sauvage du **1 Parc National Amoró** (p. 286).

Un circuit en jeep de 3-4 jours dans le **2 Salar d'Uyuni** (p. 163) est une aventure en soi. Outre le plus grand désert de sel au monde, vous traverserez d'autres paysages époustouffants.

S'aventurer entre les cactus jusqu'au bord du **3 Cañón del Pilaya** (p. 261), sixième canyon du monde par sa profondeur, entre Chuquisaca et Tarija, sous le regard des condors patrouillant dans le ciel.

Contempler les milliers de flamants roses peuplant la **4 Laguna Colorada** (p. 176), lac d'altitude de la Reserva Nacional de Fauna Andina Eduardo Avaroa.

Partir à l'assaut du **5 Huayna Potosí** (p. 124), sommet de 6 088 m, voisin de La Paz.



FASCINANTE BIODIVERSITÉ

Avec près de 2 000 espèces d'oiseaux et 5 000 espèces de plantes recensées, dont de nombreuses espèces endémiques, la Bolivie est l'un des pays présentant la plus grande diversité du continent américain, et même du monde en matière de biodiversité. Entre camélidés gambadant dans l'Altiplano, jaguars rôdant au cœur des jungles et dauphins roses sillonnant les rivières, la diversité de la vie animale est impressionnante.



NOTRE SÉLECTION

Rendez-vous à la

1 Reserva Barba Azul (p. 343) pour observer les célèbres aras à gorge bleue, ainsi que de nombreuses espèces d'oiseaux et de mammifères menacés.

À 4 278 m d'altitude, la Laguna Colorada, lac couleur rouille situé dans la **2 Reserva Nacional de Fauna Andina Eduardo Avaroa** (p. 172), abrite des milliers de flamants roses.

Tenue par l'ONG locale Armonía, la **3 Reserva Paraba Frente Roja** (p. 291) sauve et recueille, entre autres espèces menacées, l'ara de Lafresnaye, ou ara à front rouge.

Prendre de la hauteur dans la **4 Reserva Biológica Cordillera de Sama** (p. 258) et au **Cañón del Pilaya** (p. 261), près de Tarija, où les lamas gambadent entre les cactus sous l'œil attentif des condors des Andes.

À Rurrenabaque ou Trinidad, embarquez pour une **5 croisière fluviale dans le bassin amazonien** et ouvrez l'œil pour admirer le **dauphin rose** (p. 331).



Parque Nacional Madidi

Ce parc national (p. 319) recèle une biodiversité exceptionnelle.

Ses habitats naturels variés (forêt humide, montagnes andines...) et sa faune bigarrée sont à découvrir dans le cadre de randonnées guidées ou d'excursions en bateau.



Préservation de l'environnement

L'ONG de protection de la nature **Armonía** (p. 37), a mis en place des programmes communautaires en faveur des oiseaux et écosystèmes menacés, en étroite collaboration avec les communautés locales.



Camélidés andins

Lors de votre voyage, soyez prêt à rencontrer les camélidés des Andes, espèces emblématiques du continent. Mais savez-vous distinguer le lama au sale caractère de l'alpaga au doux pelage ? Une vigogne (*vicuña*) d'un guanaco ?



EN VILLE

La Bolivie ne compte que 12 millions d'habitants, mais la vie urbaine y est riche : Santa Cruz est culturellement proche du Brésil par de nombreux aspects ; sa rivale, La Paz, possède des places coloniales, des marchés hauts en couleur, des téléphériques fendant le ciel et le plus haut gratte-ciel du pays. Sucre et Cochabamba, quoique plus petites, sont tout aussi animées : la Bolivie saura combler les amateurs de plaisirs urbains.



Culture du café

Santa Cruz et La Paz possèdent une riche **culture du café** (p. 64) – dégustations possibles – alimentée par une fierté grandissante pour l'excellent café cultivé dans les vallées humides de Bolivie.



Tournée des musées

Une tournée des **musées** (p. 66) de La Paz vous permettra d'enrichir vos connaissances sur l'art, l'histoire et la culture de la Bolivie, et d'échapper quelque temps aux implacables rayons du soleil.



Fresques murales et art public

Street art et fresques hautes en couleur fleurissent sur les murs de La Paz ; le quartier de **Challuma** (p. 79), à El Alto, en est particulièrement riche.

DE GAUCHE À DROITE : GRANSO/STOCK/SHUTTERSTOCK, DOSTOCK/PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK, WOODVILLE/SHUTTERSTOCK





NOTRE SÉLECTION

Assister à un **1 défilé** (p. 60) sur le Prado, à La Paz. Les participants sont vêtus de somptueux costumes traditionnels. On vous invitera sûrement à vous joindre à la foule : ne soyez pas timide !

Survoler La Paz et Cochabamba à bord de fantastiques **2 téléphériques** (p. 62).

Assister à un **3 match de football** (p. 71) dans les stades de Santa Cruz, Potosí, Cochabamba ou La Paz. Gooooooooooooooooo !

Profiter de la vie nocturne de Cochabamba lors d'une **4 tournée des bars, karaokés et clubs** (p. 201).

Prendre de la hauteur sur Tarija depuis **5 deux points de vue au sommet des collines** (p. 254), l'un en haut d'un calvaire, l'autre en forme de verre à vin.



CULTURES ET FOLKLORES



NOTRE SÉLECTION

En avril, à Santa Cruz et dans les anciennes missions jésuites, le **1 Festival de Música Misiones de Chiquitos** (p. 299) célèbre durant dix jours la musique baroque.

Se prosterner devant la reine du **2 carnaval de Santa Cruz** (p. 301), célébration organisée quelques jours avant le début du carême.

Processions aux chandelles, costumes élaborés et danses envahissent les rues de La Paz lors de la **3 Fiesta del Gran Poder** (p. 60).

Lors de la **4 Feria de las Alasitas** (p. 67), on fait bénir des objets miniatures sous l'œil du dieu aymara de l'Abondance, une tradition perpétuée depuis des siècles.

Danses, musique andine et spécialités culinaires boliviennes vous attendent dans les **5 peñas historiques de La Paz** (p. 70).

Une multitude de cultures composent la population du bien nommé État plurinational de Bolivie. Danses, musiques, traditions culinaires et festivités ont conservé toute leur vigueur, des Aymaras des hauts plateaux aux Guaranís de la frontière paraguayenne, en passant par les populations afro-boliviennes des Yungas. Les missions jésuites de la région de Santa Cruz ont également laissé un riche patrimoine musical.



Sainte patronne de la Bolivie

En février, la **Fiesta de la Virgen de la Candelaria** enflamme les rues de Copacabana (p. 96) dans un mélange de traditions andines et catholiques.



Une nation musicale

À Tarija, la Peña **La Cacharpaya de Taricanto** (p. 256) met à l'honneur la musique folklorique régionale, bolivienne, et argentine.



Le charango

Jadis fabriqués avec des carapaces de tatous, ces instruments finement sculptés, voisins de la mandoline, sont un élément de base de la musique andine. Certains des plus beaux du pays sont fabriqués à **Cochabamba** (p. 209).



NOTRE SÉLECTION

À **1 Tiwanaku** (p. 76), les vestiges de cette cité pré-inca représentent l'héritage le plus notable d'une civilisation disparue mystérieusement.

Le **2 Museo Nacional Paleontológico Arqueológico de Tarija** (p. 253) renferme une collection injustement méconnue de fossiles reconstitués, sidérants par leur état de conservation.

Sur les hauteurs de Samaipata, les ruines pré-incas d' **3 El Fuerte** (p. 284), non loin de Santa Cruz, sont classées au Patrimoine mondial de l'Unesco.

Le village de **4 Coqueza** (p. 169), à la lisière nord du **Salar d'Uyuni**, est célèbre pour sa grotte abritant plusieurs momies chipayas.

Au sud-ouest du Parque Nacional Sajama, ne manquez pas les **5 chullpas du Río Lauca** (p. 168) ; ces tours funéraires furent construites par les Aymaras pour abriter les restes momifiés de certains membres de leur société.



Puma Punku (porte du Puma), Tiwanaku



MYSTÈRES DU PASSÉ

Des ruines énigmatiques de Tiwanaku aux découvertes que les archéologues continuent de mettre au jour, en passant par les fossiles marins et empreintes de dinosaures superbement conservés découverts sur les hauts plateaux du Centre, la Bolivie reste un pays aux nombreux secrets. Ressentez le poids de ce lointain passé en suivant les traces de mystérieuses civilisations et de géants disparus.

Maudits pillards

Si **Tiwanaku** est un site merveilleux, on ne peut s'empêcher de se demander à quoi la cité devait ressembler avant que les pillers, depuis la période coloniale, ne la dévastent.

Fossiles de pacotille

Lors de votre séjour en Bolivie, vous serez peut-être abordé par des vendeurs ambulants proposant des *fossiles*. D'une part, c'est illégal, d'autre part, ne vous faites pas avoir, ce sont très certainement des faux.



RELIGION ET CROYANCES

La Bolivie est un pays à grande majorité catholique, mais ne laissez pas les apparences vous tromper : malgré le poids des religions occidentales, la plupart des pratiques et des rites chrétiens sont mêlés de croyances incas et aymaras. Rituels et superstitions sont aussi très répandus. Ce syncrétisme se retrouve lors des festivités et fêtes religieuses, mais aussi au sein même des églises.



Nouvel An aymara

À Tiwanaku, à Copacabana, sur l'Isle del Sol et dans l'ensemble de la région andine, le Nouvel An aymara est un événement culturel incontournable.



Églises catholiques

À La Paz, l'Iglesia San Francisco est une merveille baroque, tandis que l'église San Roque, joyau architectural de Tarija, accueille une célébration (p. 255) qui attire tout le pays.



Une expérience spirituelle

Le 21 juin, rendez-vous à la Puerta del Sol de **Tiwanaku** pour vivre la fête du solstice d'hiver, qui marque le Nouvel An aymara. Les habitants revêtent des costumes cérémoniels et les visiteurs sont invités à participer à la fête, c'est-à-dire à boire du *singani*, à mâcher de la coca et à danser jusqu'à l'aube.

RADOSLAW CZAJKOWSKI/SHUTTERSTOCK, R.M. NUNES/SHUTTERSTOCK, FAVIO ANTEANA/SHUTTERSTOCK





NOTRE SÉLECTION

Le 21 juin, la célébration du Nouvel An aymara à la **1** **Puerta del Sol** (p. 78) de Tiwanaku est un événement à ne pas manquer.

Une reine préside les festivités de la **2** **Fiesta de la Virgen de Urkupiña** (p. 214), célébrée en août à Quillacollo, près de Cochabamba.

À Tarija, la **3** **Fiesta de San Roque** (p. 255) honore le saint patron de la ville dans l'église d'un blanc étincelant qui lui est dédiée, perchée au sommet d'une colline.

L' **4** **Iglesia de San Xavier** (p. 293), bâtie au milieu du XVIII^e siècle, est l'une des plus belles du circuit des missions jésuites.

Une plongée dans l'art et l'histoire religieuse au **5** **Museo y Convento de San Francisco** (p. 227) de Potosí, le plus ancien couvent de Bolivie.



SUR LA ROUTE

Avec très peu de trains et des liaisons aériennes limitées aux grandes villes, la Bolivie est un terrain de jeu idéal pour ceux qui ne jurent que par la route. Certains axes n'ont pas encore été goudronnés ni répertoriés sur les cartes.

Alors qu'attendez-vous ? En route !



Croisière fluviale en Amazonie

Les routes peuvent également être aquatiques – une croisière (p. 322) sur les méandres de l'Amazone au départ de Rurrenabaque changera un peu de la terre ferme.



L'Angosto de Villa Montes

Entre Villa Montes et Tarija, ce tronçon de route étroite (p. 265) bordant un précipice de 400 m de profondeur et sans le moindre garde-corps est terrifiant ; pour des questions de sécurité, ne l'empruntez jamais (de nuit).



Frissons sur la route de Chulumani

Il n'y a plus de circulation motorisée sur la "route de la mort" ? Qu'à cela ne tienne : prenez un bus (p. 143) de La Paz à Chulumani, dans les Yungas – frissons garantis !

DE GAUCHE À DROITE : ELZBIETA SIKOWSKA/SHUTTERSTOCK, FERNANDO CUELLAR ROSSEL/WIMEDIA, CC BY-SA 4.0, JULIUS LAJENFELD/SHUTTERSTOCK



NOTRE SÉLECTION

Une plongée dans l'histoire et la culture boliviennes, à la découverte du **1 circuit des missions jésuites** (p. 293), fondées aux XVII^e et XVIII^e siècles dans la région de Chiquitania.

Explorer les lacs cristallins de l'Altiplano lors d'un **2 circuit "triathlon" à Tupiza** (p. 180), comprenant des étapes en 4x4, à VTT et à cheval le long de gorges ponctuées de sources thermales.

Autour de Vallegrande, la **3 route du Che** (p. 292) suit les derniers pas du célèbre révolutionnaire, qui fut capturé, exécuté puis enterré ici.

Se lancer dans une éprouvante **4 odyssée à VTT** (p. 149) de Sorata à Mapiri, à travers des régions reculées et sauvages.

Une descente terrifiante à VTT sur la **5 route la plus dangereuse du monde** (p. 134), des hauteurs de La Paz aux Yungas.

VILLES ET RÉGIONS

Composez votre voyage selon vos envies.

Cordilleras et Yungas

**SENTIERS INCAS, ASCENSIONS
ET DESCENTES VERTIGINEUSES**

Dévaldez à VTT la "route la plus dangereuse du monde" jusqu'aux vallées brumeuses qui s'étirent non loin de La Paz, et vous pourriez bien tomber sous le charme des chutes d'eau et sentiers de ces montagnes où l'on cultive le café sous l'œil des singes et des perroquets.

Lac Titicaca

**PLONGÉE AU CŒUR
DES CULTURES ANDINES**

Sur le plus haut lac navigable du monde, posez le pied sur des îlots de roseaux, passez la nuit sur l'Isla del Sol et contemplez les merveilles incas de l'Isla de la Luna, voguez à bord d'une barque traditionnelle et savourez des truites grillées tout juste sorties de l'eau.

Sud de l'Altiplano

**FABULEUSES AVENTURES
À TRÈS HAUTE ALTITUDE**

À Oruro, un fastueux carnaval voit danser des processions de démons. Le cimetière de trains d'Uyuni annonce le plus vaste et spectaculaire désert de sel de la planète – un circuit en jeep de 3-4 jours est une aventure en soi.

Vous traverserez des paysages époustouffants : le plus grand lac salé qui soit, des vallées constellées de cactus, des pics volcaniques, d'immenses étendues austères et sauvages où prospèrent vigognes, alpagas et lamas, ainsi que des lacs colorés sous un ciel infini.

**Cordilleras
et Yungas**
p. 116

Lac Titicaca
p. 91

★
La Paz
p. 54

Bassin amazonien
p. 309

**Hauts plateaux
du Centre**
p. 188

**Sud
de l'Altiplano**
p. 153

La Paz et ses environs

CŒUR URBAIN ET CULTUREL DE LA BOLIVIE

L'épicentre de la vie culturelle et sociale du pays s'ouvre sur d'innombrables splendeurs naturelles, à explorer à pied, à vélo et même en parapente. Ses fascinants musées, ses marchés animés aux étals colorés, ses fêtes religieuses et profanes, ainsi que sa scène culinaire inventive vous convaincront d'y revenir.

Bassin amazonien

LUXURIANT TOURBILLON DE VIE SAUVAGE

Amazonie ! Le nom même est synonyme d'aventure. Déconnectez du monde moderne pour vous immerger dans celui, bien réel, des singes hurleurs, caïmans, capybaras, piranhas, dauphins roses et anacondas. Laissez-vous émerveiller par la biodiversité exceptionnelle du parc Madidi et faites connaissance avec les communautés qui cultivent l'açaï aux abords de Riberalta, avant de monter à l'arrière d'une moto-taxi pour dîner à Rurrenabaque.

Hauts plateaux du Centre

VILLES HISTORIQUES ET PAYSAGES DE MONTAGNE

Le passé colonial du pays se lit encore dans les mines délaissées et les étroites rues de Potosí, mais ce sont des millions d'années qui nous contemplent depuis le Parque Nacional Torotoro, où les dinosaures ont laissé leurs empreintes. Cochabamba jouit d'un climat plaisant, tandis que Sucre, majestueuse, au pied des Andes, n'a pas son pareil en Bolivie.

Santa Cruz et Gran Chiquitania

PLAINES FERTILES À L'HISTOIRE FÉCONDE

La ville la plus moderne de Bolivie – et paradis des gastronomes – partage ces terres avec de paisibles missions jésuites, disséminées dans un écrin de verdure. Randonnez sur les pas de Che Guevara, partez à l'assaut des cours d'eau et volcans du Parque Nacional Ambaró, le "coude des Andes", et remontez le temps parmi les imposants vestiges préhispaniques de Samaipata.

Santa Cruz et Gran Chiquitania p. 268

Centre-Sud et Chaco p. 243

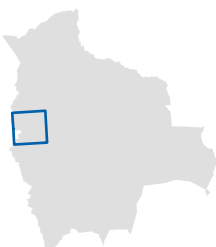
Centre-Sud et Chaco

HAUTES TERRES, VIN ET TRIBULATIONS DANS L'ALTIPLANO

La viticulture est au cœur de l'activité dans le Centre-Sud, contrée proche de l'Altiplano où l'on s'abreuve de panoramas spectaculaires. Survolant d'impassibles lamas, les condors veillent sur de profonds canyons. La torride région du Chaco, quant à elle, comble cyclistes et randonneurs avec ses points de vue et ses villages indigènes.



T. A. NICKAY/SHUTTERSTOCK



Isla del Sol

ITINÉRAIRES

La Paz et ses environs

Durée : 10 jours

Distance : 160 km

Des aventures et découvertes de toutes sortes vous attendent au départ de La Paz, ville fascinante et intense au cœur de l'Altiplano. Cet itinéraire vous entraîne des rives du lac Titicaca aux Yungas, en passant par les ruines de Tiwanaku et les pics de la Cordillera Real.



1 LA PAZ 1 JOUR

Commencez par une journée d'acclimatation à **La Paz** (p. 54) en explorant les marchés animés, colorés et chaotiques de la ville. Faites une tournée des musées avant de filer découvrir en **teleférico** (p. 62) l'étonnante architecture d'**El Alto** (p. 73). Ensuite, dînez dans l'un des excellents restaurants de La Paz avant de faire un saut dans une **peña** (salle de musique traditionnelle) dans le **Casco Viejo** (p. 70).

28

 3 heures 30


2 LAC TITICACA 2 JOURS

Poursuivez votre acclimatation à l'altitude en profitant de **Copacabana** (p. 96), petite ville animée au bord du lac Titicaca. Prenez le ferry pour l'**Isla del Sol** (p. 102), en vous arrêtant un après-midi sur l'**Isla de la Luna** (p. 104), puis filez voir les impressionnantes **ruines de Chincana** (p. 106). Explorez les villages voisins bordant le lac, profitez de chaque coucher de soleil et faites un festin de truite grillée.

 3 heures 30


3 SORATA 2 JOURS

Ambiance détendue et air frais vous attendent dans la ville andine de **Sorata** (p. 145), point de départ idéal pour de brèves randonnées dans les contreforts de la **Cordillera Real** (p. 122). Vous pourrez aussi opter pour des **treks de 4 à 14 jours** (p. 120) à l'assaut des sommets enneigés du massif – vos efforts seront récompensés par une connexion mystique avec la Pachamama (la Terre-Mère) au cœur de paysages sublimes.

 4 heures



4 TIWANAKU 1 JOUR

Site archéologique incontournable de Bolivie, les mystérieuses ruines de **Tiwanaku** (p. 76) enflamment l'imagination. Errez parmi ces vestiges monumentaux comprenant d'énigmatiques monolithes sculptés, arches et arcades. D'importantes célébrations y sont organisées lors des solstices, et le musée du site offre un aperçu intéressant de cette cité et civilisation pré-inca.

4 heures



5 COROICO 1 JOUR

Cap sur les Yungas pour une journée de sensations fortes, avec une descente à VTT de la **route la plus dangereuse du monde** (p. 134). À l'arrivée, reprenez votre souffle à **Coroico** (p. 131), où l'on peut faire des randonnées, se baigner et visiter un **refuge animalier** (p. 139).

Retour à La Paz 3 heures

Détour : des excursions partent de Coroico vers des cascades, des canyons et les paisibles villages de **Chulumani** (p. 143) et **Tocaña** (p. 142).

3 heures

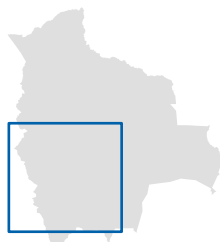


6 ASCENSION DU HUAYNA POTOSÍ 3 JOURS

Chaussez des crampons, attrapez votre piolet et partez à l'assaut d'un sommet de 6 000 m. Les trois jours d'ascension du **Huayna Potosí** (p. 124) permettent aux alpinistes débutants de s'acclimater. Pour votre sécurité, n'entreprenez l'ascension qu'en excursion guidée. Vous pourrez aussi vous contenter d'un séjour dans un lodge de montagne, de randonnées plus brèves ou de sorties à VTT.



MARIAN DREHER/SHUTTERSTOCK



Salar d'Uyuni

ITINÉRAIRES

L'Altiplano et les hauts plateaux du Centre

Durée : 11 jours

Distance : 465 km

Explorez les paysages époustouffants et les immensités austères de l'Altiplano, qui abritent des merveilles naturelles à couper le souffle, dont le Salar d'Uyuni. Plongez ensuite dans l'histoire coloniale de la Bolivie, et partez à l'aventure, entre randonnées, dinosaures et peintures rupestres.



1 PARQUE NACIONAL SAJAMA 1 JOUR

La plupart des touristes vont directement de La Paz à Uyuni, mais les plus aventureux font une halte à **Tomarapi**, à 5 heures 30 de La Paz, pour explorer les superbes hautes plaines du **Parque Nacional Sajama** (p. 158). Randonnez à travers des geysers, baignez-vous dans des sources thermales et découvrez la faune qui peuple ce prolongement septentrional du désert de l'Atacama.

7 heures 30



2 SALAR D'UYUNI 3 JOURS

Si vous manquez de temps, prenez directement l'avion de La Paz à **Uyuni** (p. 163), où une excursion en jeep de trois jours vous permettra de découvrir le fabuleux *salar* (désert de sel). Au programme : paysages hypnotiques, flamants roses et vigognes, couchers de soleil spectaculaires et ciels remplis d'étoiles. 3 heures 30

Détour : rallongez votre trajet jusqu'à **Tupiza** (p. 179) et ses paysages de Far West, puis sillonnez la campagne vinicole près de **Tarija** (p. 248).



3 POTOSÍ 1 JOUR

Gagnez **Potosí** (p. 225), célèbre cité minière perchée à 4 070 m d'altitude, dont l'importance historique lui vaut d'être inscrite au Patrimoine mondial de l'Unesco. Terrifiante et ensorcelante, la visite des mines d'argent offre une plongée évocatrice dans le passé de la région. Les églises et édifices coloniaux, dont la **Casa Nacional de la Moneda** (p. 225), ancien hôtel de Monnaie converti en fascinant musée, valent également le détour. 3 heures

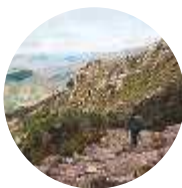
DE GAUCHE À DROITE : JEFF WOODWICK/SHUTTERSTOCK, JULIAN PETERS PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK, NORRADA/SHUTTERSTOCK, JESS KRAFT/SHUTTERSTOCK, ABLANDIN/SHUTTERSTOCK, STREETFLASH/SHUTTERSTOCK



4 SUCRE ⌚ 2 JOURS

Les façades chaulées et les toits en tuiles rouges de **Sucre** (p. 211), capitale constitutionnelle et berceau de la nation bolivienne, étincellent au soleil des Andes. Passé et présent se mêlent dans cette superbe ville au creux d'une vallée entourée de montagnes. En journée, flânez entre monuments historiques, musées et vastes places, puis profitez le soir d'une vie nocturne réputée dans tout le pays.

🚗 1 heure jusqu'à Chataquilla (accès à la Cordillera de los Frailes)



5 CORDILLERA DE LOS FRAILES ⌚ 1 JOUR

Cap sur la **Cordillera de los Frailes** (p. 222) pour des randonnées à travers cette chaîne montagneuse dentelée entre Sucre et Potosí, territoire du peuple jalq'a, émaillé de formations rocheuses multicolores aux formes étranges, de cratères et de peintures rupestres. Pour profiter au mieux de la région, nous recommandons vivement de faire une randonnée guidée.

🚗 7 heures entre Chataquilla et Cochabamba



6 COCHABAMBA ⌚ 1 JOUR

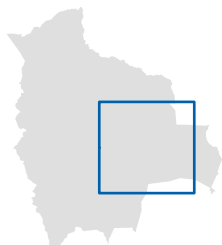
Cochabamba (p. 194), ville animée en plein essor, doit peut-être sa vitalité particulière à son climat clément. Pour les **Cochabambinos** (habitants de Cochabamba), ce printemps qui dure toute l'année fait de leur ville un paradis envié de tous.

🚗 **Détour** : passez une journée dans l'un des plus beaux parcs nationaux de Bolivie, le **Parque Nacional Torotoro** (p. 204). Cette étendue à la géographie unique, ponctuée de fossiles et d'empreintes de dinosaures, entoure le paisible village colonial de Torotoro.

🚗 3 heures jusqu'à Torotoro



JEF MOONJAC/SHUTTERSTOCK



Parque Nacional y Área Natural de Manejo Integrado Amboró

ITINÉRAIRES

Le Sud-Est et le circuit des missions jésuites

Durée : 7 jours

Distance : 300 km

Cet itinéraire vous conduit hors des principaux circuits touristiques et vers le sud du pays. Découvrez la jolie ville de Santa Cruz et le superbe circuit des missions jésuites. Faites escale dans l'agréable village de Samaipata, près duquel vous attendent des vestiges pré-incas, avant d'explorer la faune et la flore du Parque Nacional Amboró.



1 SANTA CRUZ 1 JOUR

Prenez l'avion pour **Santa Cruz** (p. 272), une cité cosmopolite raffinée au climat de rêve (parfois humide) et à l'atmosphère tropicale. Une balade dans les rues de la plus grande ville du pays permet de se plonger dans la culture de la *camba* (des plaines), de découvrir une scène gastronomique variée et de tout simplement s'imprégner de la vie locale sur la **place centrale**.

4 heures 30



2 CIRCUIT DES MISSIONS JÉSUITES 2 JOURS

Surprenant et passionnant, le **circuit des missions jésuites** (p. 293) est une plongée dans l'histoire et la culture boliviennes, à la découverte des missions fondées par les Jésuites au XVIII^e siècle dans la région de Chiquitania, et de leurs églises richement ornées et restaurées. Ici, musique baroque et foi se mêlent à la culture des Guaranis.

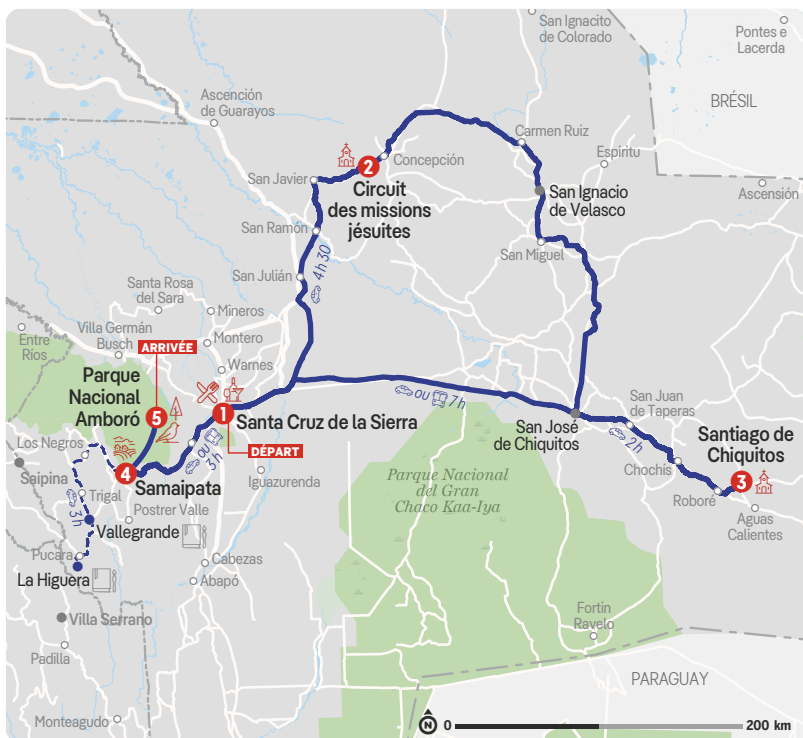
2 heures entre San José de Chiquitos et Santiago de Chiquitos



3 SANTIAGO DE CHIQUITOS 1 JOUR

Faites une escapade à **Santiago de Chiquitos** (p. 304), mission jésuite perchée sur les collines (quels couchers de soleil !) d'où partent des randonnées vers des bassins naturels, des cascades et des peintures rupestres (p. 305). C'est une oasis de fraîcheur après la chaleur des basses terres. Envisagez de passer une nuit à Santa Cruz sur la route de Samaipata.

7 heures jusqu'à Santa Cruz
 3 heures jusqu'à Samaipata



4 SAMAIPATA 1 JOUR

Bien que **Samaipata** (p. 280) soit désormais l'une des destinations préférées des randonneurs gringos dans la Bolivie orientale, ce paisible village a conservé son atmosphère décontractée. Les panoramas sur la vallée, le climat agréable, les hébergements d'un excellent rapport qualité/prix et l'intéressante scène gastronomique ne sont que quelques attraits des lieux. Surtout, se trouvent, tout près, les **ruines d'El Fuerte** (p. 284), des pétroglyphes millénaires et le Parque Nacional Ambaró – vous resterez peut-être plus longtemps que prévu. 🚗 3 heures

👣 **Détour :** les adeptes du Che se rendent en pèlerinage à **Vallegrande** (p. 292) et **La Higuera**, où la vie du célèbre révolutionnaire prit fin. 🚗 3 heures



5 PARQUE NACIONAL AMBARÓ 1 JOUR

Les 430 000 ha du **Parque Nacional y Área Natural de Manejo Integrado Ambaró** (p. 286) comprennent des paysages uniques, à la confluence de trois écosystèmes : les Andes, le bassin amazonien et le Chaco. La diversité des habitats explique la présence d'espèces des hauts plateaux aussi bien que des plaines. Parmi les mammifères, on trouve le timide ours à lunettes, le jaguar, le tapir, le pécarí et divers singes. Plus de 800 espèces d'oiseaux ont été identifiées. Des excursions et randonnées, avec guide, s'y rendent depuis Samaipata.

👥 Le Parque Nacional y Área Natural de Manejo Integrado Ambaró se visite avec un guide ou en circuit organisé.

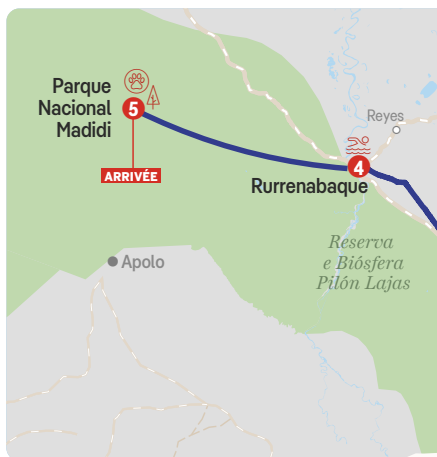
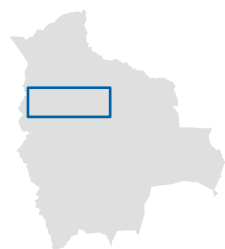
ITINÉRAIRES

Amazonie sauvage

Durée : 7 jours

Distance : 115 km

L'Amazonie couvre plus de la moitié du territoire bolivien et abrite de loin la plus riche biodiversité au monde ; elle reste pourtant l'une des régions les moins visitées. La saison des pluies réserve son lot de surprises, mais, si vous prévoyez des déplacements sur route, privilégiez la saison sèche. L'aventure sera éprouvante, mais ô combien gratifiante !



1 TRINIDAD 1 JOUR

Prenez l'avion ou le bus de nuit de Santa Cruz à **Trinidad** (p. 329), centre dynamique et cosmopolite du bassin amazonien. En ville, offrez-vous un festin de poisson, découvrez le patrimoine culturel ou autorisez-vous une sieste – il peut faire très chaud. Si vous avez le temps, faites une croisière d'un ou deux jours sur le **Río Ibare** (p. 331) pour observer une créature unique : le dauphin rose de l'Amazonie.

 3 heures


2 SAN IGNACIO DE MOXOS 1 JOUR

Paisible et accueillant, le village moxo de **San Ignacio de Moxos** (p. 327) possède une atmosphère distincte du reste de la Bolivie. On y parle un dialecte appelé l'ignaciano, et le mode de vie, les traditions et la cuisine y sont tout à fait particuliers. Si vous le pouvez, faites coïncider votre visite avec l'Ichapekene Piesta (p. 324), la plus belle fête du bassin amazonien.

 3 heures


3 RESERVA DE LA BIOSFERA Y ESTACIÓN BIOLÓGICA DEL BENI 1 JOUR

San Borja (p. 318) sert de camp de base aux voyageurs souhaitant explorer la **Reserva de la Biosfera y Estación Biológica del Beni** (p. 326), territoire historique du peuple tsimané (p. 328). Avec un œil averti, on peut observer dans la réserve quelque 500 espèces d'oiseaux (notamment quantité de hérons, d'aigrettes et de cormorans) et une centaine d'espèces de mammifères.

 3 heures



4

RURRENABAQUE 🕒 1 JOUR

Il n'y a pas grand-chose à faire à **Rurrenabaque** (p. 315), dont le charme tient surtout à la beauté de son cadre naturel. C'est le paradis des hamacs, un lieu où se reposer entre deux aventures épuisantes, bien manger et profiter d'excursions à la journée plus apaisantes. Rendez-vous à l'idyllique **cascade d'El Chorro** (p. 317) pour vous baigner et grimpez jusqu'au **mirador** et à la grande croix surplombant la ville et le Beni. Si vous avez le temps, faites un **circuit dans la jungle ou la pampa** (p. 322). Selon votre programme et votre budget, vous pourrez rejoindre/quitter Rurrenabaque en avion, par la route ou en bateau.

 3 heures



5

PARQUE NACIONAL MADIDI 🕒 3 JOURS

Quoi que vous ayez prévu, ne manquez pas d'explorer le **Parque Nacional Madidi** (p. 319). Sur plus d'1,8 million d'hectares, le parc national le plus célèbre de Bolivie réserve de multiples surprises. On y observe une biodiversité étourdissante à condition de prendre son temps – en logeant par exemple dans l'un des **écolodges** (p. 329) du parc, gérés par les communautés locales.

 Réservez un circuit organisé de plusieurs jours au Parque Nacional Madidi.

QUAND PARTIR

L'idéal est de venir à la saison intermédiaire, entre octobre et novembre, pour échapper à la foule de l'hiver et aux pluies de l'été.

Située dans l'hémisphère sud, la Bolivie traverse un hiver sec de mai à octobre et un été pluvieux de novembre à avril. Froids l'hiver, les régions montagneuses et l'Altiplano connaissent l'été des inondations soudaines submergeant parfois les routes. Dans les plaines tropicales, la période estivale se traduit par une chaleur moite, de la boue, une prolifération d'insectes et des averses incessantes qui affectent les transports. Les touristes affluent principalement l'hiver (fin juin-début septembre), la saison des grandes fêtes boliviennes.

Haute saison (mai-oct) : journées généralement ensoleillées dans tout le pays, mais fraîches dans l'Altiplano ; temps stable facilitant les déplacements et les activités de plein air ; circuits et hébergements plus coûteux.

Saison intermédiaire (oct-nov) : les températures commencent à grimper, mais le temps reste, en majorité, sec ; les touristes se font plus rares, c'est la bonne période pour les petits budgets.

Basse saison (nov-avr) : l'été est la saison des pluies ; conditions mauvaises dans les plaines ; escalade dangereuse, trek et VTT pénibles ; nombreuses fêtes en février-avril.

☆ PAROLE D'HABITANTE

L'HIVER AUX YUNGAS, UN PARFUM TROPICAL

Chercheuse en sciences sociales, **Erika Palacios** vit dans le quartier de Calacoto, à La Paz.

La plupart des habitants de La Paz connaissent les Yungas (p. 116), mais peu y vont en hiver, ma saison préférée. À défaut de neige, ce sont des mandarines qui tombent des arbres. Leur parfum acidulé qui flotte dans l'air rend cette région, située à la limite des Andes et du bassin amazonien, vraiment spéciale. Ajoutez à cela une végétation luxuriante, des bassins émeraude, des plantations de café et de cacao, ainsi que l'hospitalité de la population afro-bolivienne... Et vous aurez une certaine idée du paradis sur terre !



Tiwanaku (p. 76)

MÉTÉO CHANGEANTE

En Bolivie, les conditions météorologiques peuvent basculer de très froides à très chaudes en l'espace de quelques kilomètres ou dans un laps de temps très court. Soyez prévoyant !

La météo au fil des mois à La Paz

JANVIER	FÉVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
Temp. max. moyenne : 13°C	Temp. max. moyenne : 13°C	Temp. max. moyenne : 13°C	Temp. max. moyenne : 12°C	Temp. max. moyenne : 10°C	Temp. max. moyenne : 11°C
Jours de pluie : 21	Jours de pluie : 15	Jours de pluie : 9	Jours de pluie : 4	Jours de pluie : 2	Jours de pluie : 2



CHUTES DE NEIGE

Dans la région de La Paz, de soudaines averses de neige peuvent perturber la circulation et mettre les transports à l'arrêt.

Fêtes chrétiennes

Día de los Reyes Magos

Le jour des Rois commémore la visite des Rois mages à l'Enfant Jésus. Les festivités les plus importantes ont lieu à Reyes (Beni), à Sucre, à Tarija et dans les villages des départements d'Oruro, de Cochabamba et de Potosí. **6 janvier** ☀️

Fiesta de la Virgen de la

Candelaria Fête d'une semaine en l'honneur de la Vierge Marie. Elle est particulièrement animée, le 2 février, à Copacabana. **Février** ☀️

Semana Santa Célébrée dans tout le pays, la Semaine sainte atteint son paroxysme le Vendredi saint à Copacabana,

avec l'arrivée de centaines de pèlerins à pied. **Mars/avril** ☁️

Fiesta de la Virgen de

Urkupiña Des musiciens et danseurs traditionnels venus de tout le pays se retrouvent à Quillacollo, près de Cochabamba, pour se produire (p. 214). **Août** ☁️

Fiesta de San Roque

La fête de San Roque (p. 255), à Tarija, commémore la fin du fléau de la lèpre dans la région. Elle débute le 16 août, mais la plupart des célébrations commencent le premier dimanche de septembre et durent 8 jours.

Août/septembre ☁️

Autres festivités

Feria de las Alasitas (p. 67)

Organisée à La Paz et à Copacabana le 24 janvier et durant 2 semaines, cette fête célèbre Ekeko, dieu aymara de l'Abondance. À cette occasion, de minuscules copies d'objets convoités (maisons, voitures, etc.) sont vendues dans la rue.

Janvier/février ☀️

Carnaval Les célébrations ont lieu dans tout le pays durant la semaine précédant le carême. C'est à Oruro qu'est organisé le carnaval le plus endiable (p. 161). **Février** ☀️

Pujllay (p. 214) Tarabuco commémore la victoire des armées locales sur

les Espagnols en 1816.

Danses, chants, musiques traditionnelles, messe en quechua et *chicha* (boisson à base de maïs fermenté) sont au programme. **Mars** ☁️

Nouvel An aymara (p. 78)

Le 21 juin, les Aymaras fêtent le solstice d'hiver et le Nouvel An. La principale cérémonie a lieu la nuit à Tiwanaku. **Juin** ☁️

Fête de l'Indépendance

Férié, le jour anniversaire de l'Indépendance (6 août) est prétexte à moult défilés et coups de feu en l'air. Célébré dans tout le pays, il est particulièrement animé à Copacabana. **6 août** ☁️



PAROLE D'HABITANT

LE PARADIS DES OISEAUX

Tjalle Boorsma est biologiste et directeur du programme de conservation d'Armonía, une ONG de protection de la nature basée à Santa Cruz. **@tjalleboorsma**

Pour moi, les saisons sont marquées par les oiseaux. Dans la pampa du Beni, l'une des plus belles régions du pays, Armonía a créé la Reserva Barba Azul (p. 343) pour protéger l'ara à gorge bleue, une espèce menacée d'extinction. En outre, chaque année, en septembre, nous avons le bonheur de voir arriver des milliers de bécasseaux rousses, alors en migration. Un bonheur et une fierté pour nous !



Ara à gorge bleue



ET LA PLUIE ?

La pluie est une bénédiction pour la végétation, les cascades et la production agricole. En revanche, la saison des pluies s'accompagne de moustiques, d'inondations, de glissements de terrain et de routes impraticables.



JUILLET

Temp. max.
moyenne : **10°C**
Jours de pluie :
4



AOÛT

Temp. max.
moyenne : **11°C**
Jours de pluie :
7



SEPTEMBRE

Temp. max.
moyenne : **12°C**
Jours de pluie :
7



OCTOBRE

Temp. max.
moyenne : **13°C**
Jours de pluie :
11



NOVEMBRE

Temp. max.
moyenne : **14°C**
Jours de pluie :
11



DÉCEMBRE

Temp. max.
moyenne : **14°C**
Jours de pluie :
16



Randonnée, Isla del Sol (p. 102)

AVANT DE PARTIR EN BOLIVIE

Nos recommandations pour bien se préparer.

Dans sa valise

Vêtements Entre les sommets des Andes, la jungle amazonienne et les déserts, les conditions météorologiques changent vite en Bolivie. Le mieux est de privilégier le confort et ce qui vous maintiendra au chaud/frais/sec selon les lieux et la météo. Quoi qu'il en soit, vos vêtements doivent être résistants et supporter les montées et descentes incessantes de véhicules poussiéreux. Si vous allez sur l'Altiplano, prévoyez des sous-vêtements thermiques et des habits chauds. Vous aurez besoin (toute l'année) d'un vêtement de pluie et de lunettes de soleil. Prenez des chaussures robustes.

Mais aussi... Une copie de votre passeport, un certificat de vaccin contre la fièvre jaune, un adaptateur secteur, des jumelles (pour l'observation des animaux), une lampe frontale, de la crème solaire,

À savoir

Au restaurant Lorsque l'on passe à proximité d'une table de convives, il est courant de souhaiter un *buen provecho* (bon appétit).

Photos Ne prenez pas de photos des habitants sans avoir au préalable demandé la permission.

Altitude À La Paz, capitale la plus haute du monde, et dans l'Altiplano, on avoisine rapidement les 4 000 m d'altitude. Prenez le temps de vous acclimater.

Expérience Attendez-vous à des expériences de voyage parfois difficiles, mais toujours gratifiantes. Votre voyage sera bien plus agréable si vous faites preuve de patience et de flexibilité.

une trousse de premier secours, du répulsif anti-moustiques, un sac de couchage pour l'Altiplano, ainsi qu'un petit cadenas.