

lonely  planet

Colombie

Les plus
belles plages

Randonnée
dans les
Andes

Séjours éco-
responsables



Les quatre sections de ce guide

Préparer son voyage

Les expériences incontournables, les itinéraires et de nombreuses idées inspirantes



Sur la route

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



Carnet pratique

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



Comprendre

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



Colombie



**Alex Egerton, Laura Watilo Blake, John Garry,
Jackie Gutierrez-Jones, Manuel Rueda**



A PARTIR DE LA GAUCHE : WILLIAM RO/SHUTTERSTOCK, POZOTOS/SHUTTERSTOCK

Valle de Cocora (p. 130), Salento

SOMMAIRE

Préparer son voyage

Colombie : le voyage commence ici	4
Carte de la Colombie	6
Expériences incontournables	8
Villes et régions	18
Itinéraires	20
Quand partir	26
Avant de partir	28
À table !	30
Activités de plein air	34

Sur la route

Bogotá	40
S'orienter.....	42
Planifier son séjour.....	44
La Candelaria.....	46
Centro.....	
Internacional.....	60
Chapinero.....	70
Zipaquirá, Choachí et leurs environs.....	82

Medellín

et la Zona Cafetera	89
S'orienter.....	90
Planifier son séjour.....	92
Medellín.....	94
Environs de Medellín.....	110
Jardín.....	114
Manizales.....	120
Environs de Manizales.....	124
Salento.....	128
Environs de Salento.....	134

Boyacá et Santander

S'orienter.....	142
Planifier son séjour.....	144
Villa de Leyva.....	146
Environs de Leyva.....	151
San Gil.....	156
Barichara.....	162
Environs de Barichara.....	167

Cali et le Sud-Ouest

S'orienter.....	172
Planifier son séjour.....	174
Cali.....	176
Environs de Cali.....	185
Popayán.....	188
Environs de Popayán.....	194
San Agustín.....	197

Côte pacifique

S'orienter.....	204
Planifier son séjour.....	206
El Valle.....	208
Environs de El Valle.....	210
Nuquí et la côte de Nuquí.....	212
Parque Nacional Natural Isla Gorgona.....	214

Cartagena

et la côte caraïbe

S'orienter.....	220
Planifier son séjour.....	222
Cartagena.....	224
Environs de Cartagena.....	234
Santa Marta.....	242
Environs de Santa Marta.....	244
San Andrés, Providencia et Santa Catalina.....	256

Bassin amazonien

S'orienter.....	266
Planifier son séjour.....	268
Leticia.....	270
Environs de Leticia.....	275
Puerto Nariño.....	278



Cartagena (p. 224)

Carnet pratique

Arriver en Colombie	284
Comment circuler	286
Argent	288
Hébergement	289
Souvenirs	290
Avec des enfants	291
Santé et sécurité	292
Visiter les régions du café	295
Manger, boire et sortir	296
Voyage responsable	298
Voyageurs LGBTQI+	300
Voyage et handicap	301
Voyager de façon responsable en Amazonie	302
Bon à savoir	303
Langue	304

Comprendre

Une histoire de la Colombie en 17 lieux	308
À la rencontre des Colombiens	314
Les peuples autochtones	316
Le foot, une passion colombienne	318
La fièvre de l'or colombien	320
La Ciclovía : la rue aux cyclistes	323
Le vallenato, un genre musical aux mille histoires	325
Index	327



GABRILO/ALAMY STOCK PHOTO

Ligne de *brujita* (chariot sur rail motorisé) en direction de San Cipriano (p. 186)

COLOMBIE

LE VOYAGE COMMENCE ICI

J'ai eu le coup de foudre pour la Colombie en visitant le pays pour la première fois à la fin des années 1990. Ses splendides paysages de montagne, ses villes colorées et ses sympathiques habitants en ont fait l'une de mes destinations de voyage préférées – et c'est encore le cas aujourd'hui.

Même si je vis dans le pays depuis plus de dix ans, je suis toujours aussi émerveillé qu'au premier jour. Chaque fois que je prends la route, je me sens extrêmement privilégié d'avoir un tel monde magique à portée de main.

Que ce soit pour randonner dans les *páramos* des Andes, savourer une boisson chaude sur une place animée ou déguster une bière fraîche dans un bar caché de Cali, voyager en Colombie est toujours un plaisir ! Alors que bon nombre des problèmes autrefois très médiatisés appartiennent au passé, le pays est plus accessible que jamais.

Alex Egerton

@alexetravel

Alex est journaliste et vit dans les montagnes du centre de la Colombie. Il s'est spécialisé dans les voyages, ainsi que dans la culture et l'histoire latino-américaines et caribéennes.



Ce que je préfère,
c'est monter sur un des chariots à moteur bricolés qui traversent la jungle sur des rails jusqu'au petit village fluvial de San Cipriano.

L'aventure est grisante et le décor, spectaculaire.

SUR LE TERRAIN

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

A PARTIR DE LA GAUCHE : ARTUSH/SHUTTERSTOCK, JHAMPER GIRON M/SHUTTERSTOCK



J'adore randonner sur le **Camino Real** (p. 160), dans le Santander. En quittant la ville de Villanueva, on découvre des collines ondulantes et des terres agricoles évoquant la campagne galicienne. Non loin, le paysage cède la place à un canyon couvert de petits buissons et de grands cactus, et à un sentier avec une superbe vue. Partez à l'aube, car la chaleur peut être intense.

Manuel Rueda

[@manueltravels](#)

Journaliste indépendant, Manuel vit en Colombie depuis 2015. Il a rédigé le chapitre sur Boyacá et le Santander.

A PARTIR DE LA GAUCHE : MEMDIS300/SHUTTERSTOCK, JUAN ALEJANDRO BERNAL/SHUTTERSTOCK



La ville de **Jardín** (p. 114) m'a envoûtée dès mon arrivée. Après avoir bravé les rues frénétiques de Medellín et des routes de montagne vertigineuses, j'ai eu l'impression de prendre une vraie bouffée d'air après un sprint en entrant dans cette charmante ville. La place, avec ses cafés animés, et les rues pavées, bordées de boutiques aux couleurs vives, font rapidement place à des sentiers de randonnée bucoliques et à des réserves naturelles où abondent fleurs et oiseaux.

Jackie Gutierrez-Jones

[@jaxwriteswords](#)

Jackie est journaliste senior à l'université Vanderbilt (Tennessee). Elle a rédigé les chapitres sur la côte pacifique et sur Medellín et la Zona Cafetera.



Le désert de **La Guajira** (p. 253), à l'extrême nord du pays, est unique. Les pistes bosselées qui mènent au Cabo de la Vela, avant-poste battu par les vents, semblent un vrai luxe au regard des rudes conditions de vie dans la région. Cela m'a donné envie d'en apprendre plus sur les Wayúus.

Laura Watilo Blake

[@farlungtravels](#)

Laura est écrivaine, photojournaliste et cinéaste ; elle vit à Cleveland, dans l'Ohio. Elle a rédigé les chapitres consacrés à Cartagena et à la côte caraïbe.



Faire du vélo pendant la **Ciclovía** dominicale de Bogotá (p. 64) permet aux cyclistes et aux piétons de se réapproprier les routes de la capitale colombienne. Le paysage urbain réserve des surprises : le long des autoroutes décorées de street art et d'artères bordées de façades coloniales ou encore sur les routes sinueuses serpentant dans les Andes. On prend aussi son temps, avec des pauses aux stands de nourriture pour déguster une *arepa* (galette de maïs fourrée) bien chaude, dans une ambiance chaleureuse.

John Garry

[@garryjohnfrancis](#)

John est journaliste de voyage, enseignant, explorateur et passionné de culture. Il a écrit le chapitre sur Bogotá.

Providencia

Siroter un coco loco face à la mer turquoise. (p. 260)

Cartagena

Une plongée dans l'histoire à travers les rues de l'époque coloniale de ce joyau fortifié de la côte caraïbe. (p. 224)

Cabo de la Vela

Une immersion dans la culture wayuu sur ce cap désertique. (p. 254)

Parque Nacional Natural Tayrona

Une randonnée dans une région sauvage - d'une plage de sable blanc à l'autre. (p. 245)

Barichara

Les bâtiments anciens de cette cité de l'époque coloniale sont soigneusement conservés. (p. 162)

Medellín

Une nuit de danse dans les clubs branchés de la bouillonnante "Cité de l'éternel printemps". (p. 94)

San Gil

Descendre les rapides sauvages du Río Suarez. (p. 156)

Nuquí

Papérage de balaises à bosse depuis les plages sauvages encadrées par la jungle. (p. 212)

MER DES CARAÏBES

Cabo de la Vela

Santa Marta

Riohacha

Barranquilla

Cartagena

Valledupar

Lago de Maracaibo

Sincelejo

Mompós

El Banco

SUCRE

Montería

Capurganá

Sapzurro

Turbo

CÓRDOBA

BOLÍVAR

NORTE DE SANTANDER

CESAR

MAGDALENA

GUAJIRA

LA

ARAUCA

BOYACÁ

CASANARE

ANTIOQUIA

SANTANDER

CUNDINA-MARCA

BOGOTÁ

Salento

Quibdó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare

Rio Magdalena

Rio Cauca

Rio Atrato

Santa Fe de Antioquia

Nuquí

Guachalito

Pereira

Chocó

Manizales

Medellín

Barichara

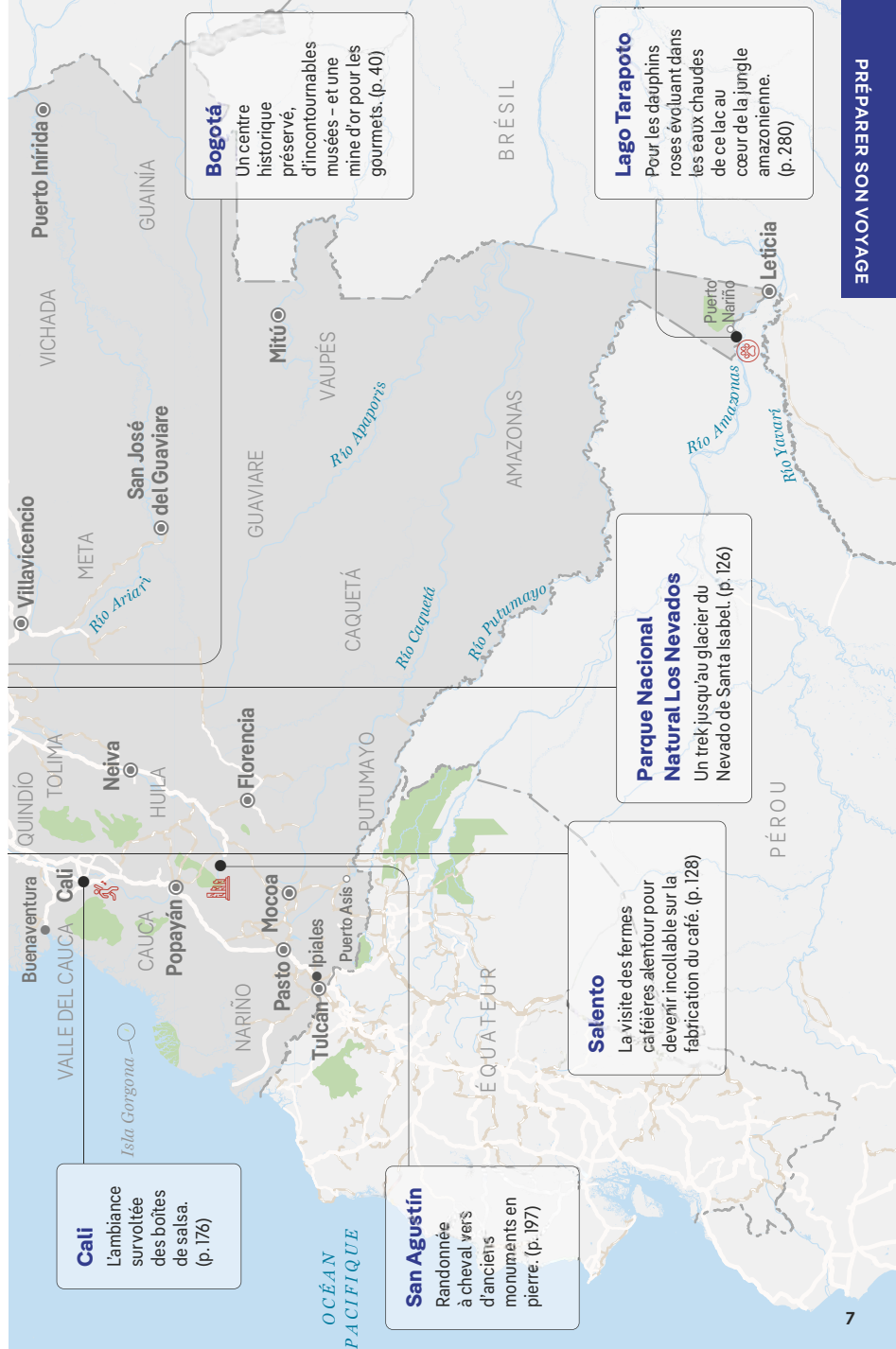
Bucaramanga

Cúcuta

Arauca

Rio Arauca

Rio Casanare





UNE BIODIVERSITÉ UNIQUE AU MONDE

La Colombie est l'un des pays les plus biodiversifiés de la planète et sa topographie permet de passer facilement d'un écosystème à un autre. Même les plus chevronnés des amateurs de la vie sauvage sont souvent stupéfaits par la variété des espèces qu'il est possible d'apercevoir lors d'un court séjour. Si sa richesse ornithologique n'est plus un secret, la Colombie abrite aussi des singes, des dauphins d'eau douce (*botos*), des tapirs, des ours et aussi des félins rares et discrets.

A PARTIR DE LA GAUCHE : MILAN ZVOMUNT/SHUTTERSTOCK, LOUIE/EA/SHUTTERSTOCK, MEMO OSSA/SHUTTERSTOCK



Paradis des ornithologues

Au dernier recensement, la Colombie accueille près de 1 954 espèces d'oiseaux, soit environ 20% de la biodiversité aviaire de la planète.



Réserves naturelles

Les zones protégées sont administrées par diverses entités. L'accès aux réserves gérées par les autorités locales peuvent nécessiter une autorisation préalable.



Guides qualifiés

De nombreux sites naturels ont vu fleurir une nouvelle génération de guides naturalistes dont l'expertise justifie amplement leurs tarifs un peu plus élevés.



LES MEILLEURES EXPÉRIENCES EN COMPAGNIE DES ANIMAUX

Embarquez sur le **1 Lago Tarapoto** (p. 280) avec un guide autochtone, sur la piste des *botos* (dauphins roses d'Amazonie) et des lamantins.

Entre octobre et mars, des milliers de flamants roses affluent dans les lagunes peu profondes du **2 Santuario de Fauna y Flora Los Flamencos** (p. 251).

Observez les baleines à bosse et leurs petits lors d'une excursion en mer depuis **3 Bahía Solano** (p. 210).

Levez-vous à l'aube pour observer les oiseaux dans les réserves naturelles urbaines de **4 Manizales** (p. 120).

Installez-vous sur un banc dans le grand parc du **5 Parque Santander** (p. 270), à Leticia, et guettez l'arrivée en fanfare de milliers de perruches.



LE CIRCUIT DU CAFÉ



EXPÉRIENCES FORT DE CAFÉ

Découvrez le processus de transformation du café – du grain à la tasse – dans l'une des plantations traditionnelles, à la sortie de **1 Salento** (p. 126).

Le café se déguste comme un vin raffiné chez **2 Jaguar Coffee** (p. 53), à Bogotá (dégustation d'une heure).

Passez la nuit à la ferme de l'**3 Hacienda Venecia** et dégustez au réveil un bon café maison (p. 124).

Sirotez un café arabica tout chaud installé à une table en bois devant les ravissantes résidences colorées de la grand-place de **4 Jardín** (p. 114).

Goûtez aux cafés locaux de **5 Barichara** (p. 160), avant de visiter une ferme bio à l'orée d'une forêt tropicale.

Si le commerce du café est depuis longtemps une source de richesse en Colombie, les meilleurs grains ont, pendant des années, été exportés et mélangés en grandes quantités. Ce temps est révolu : la mondialisation a entraîné une hausse de la demande de cafés de qualité et l'apparition de réseaux de vente directe. Aujourd'hui, les producteurs colombiens approvisionnent les cafés et les torréfacteurs du monde entier. Certaines plantations ouvrent leurs portes aux visiteurs.



Types de grain

En Colombie, on ne cultive que de l'arabica, qui se décline en nombreuses variétés : bourbon, typica, maragogype, tabi, caturra et castillo, entre autres.



Périodes de récolte

Les périodes de croissance des caféiers varient selon les régions. Le climat tropical permet généralement de faire deux récoltes : une au printemps et une moins importante en fin d'été, la *mitaca*.



Visites de plantations

Les plantations proposent souvent des visites. Au programme : cueillette de grains, explication de l'ensemble du processus et dégustation. Plus de détails p. 295.



LES MEILLEURES EXPÉRIENCES ARCHÉOLOGIQUES

Découvrez à cheval les statues en pierre et les pétroglyphes des environs de **1 San Agustín** (p. 197).

Randonnez à travers la jungle jusqu'aux ruines de la **2 Ciudad Perdida**, dans la Sierra Nevada (p. 246).

Explorez d'obscurs tombeaux souterrains avant d'éclairer les murs richement ornés à l'aide de votre lampe de poche lors d'une randonnée dans le **3 Parque Arqueológico de Tierradentro** (p. 195).

Admirez le talent des artisans précolombiens au **4 Museo del Oro** (p. 60) de Bogotá.

Partez à la découverte des vestiges muisca dans le **5 Parque Arqueológico Zaquequipa** (p. 150).



Ciudad Perdida (p. 246)



CITÉS PERDUES ET TOMBES ENFOUIES

Bien avant l'arrivée des conquistadors, la Colombie connut de nombreuses civilisations prospères. Les mystérieux monuments émergeant de la jungle et de la savane offrent un aperçu fascinant de ces mondes oubliés. Réveille l'archéologue qui sommeille en vous : partez en excursion vers des cités perdues, explorez des tombeaux cachés et percer le mystère de statues monumentales.

Ne pas oublier

Certains sites sont isolés : prévoyez de bonnes chaussures de marche, une lampe torche (pour explorer les tombeaux souterrains), un répulsif à insectes et beaucoup d'eau.

Billets flexibles

Prenez votre temps. L'entrée pour les plus grands parcs archéologiques gérés par le ministère de la Culture est généralement valable quelques jours.



PLAGES ANIMÉES

Avec deux longues côtes très différentes et une multitude d'îles paradisiaques, la Colombie possède des plages qui combleront même les voyageurs les plus exigeants en quête de soleil. La côte caraïbe est la plus courue : les touristes colombiens et étrangers se retrouvent sur des étendues de sable accompagnées de bandes-son entraînantes où ils peuvent commander des rafraîchissements sans quitter leur transat. Adossées à la jungle, les plages sauvages de la côte pacifique sont plus calmes : vous serez souvent seul sur le sable.



Conseils vestimentaires

Les Colombiens ne sont pas pudiques pour un sou : c'est le moment de sortir vos maillots les plus osés. En revanche, le topless et le naturisme sont très mal vus.



Rafraîchissements

La Cour constitutionnelle a annulé les projets de loi visant à interdire l'alcool sur les plages. Les vendeurs à la criée proposent donc un large choix de bières et de cocktails.



À la tête du client

Sur les plages fréquentées, on vous proposera du poisson frit, des massages et bien d'autres choses. N'oubliez pas de négocier le prix au préalable.

À PARTIR DE LA GAUCHE : ALEXANDRE LARIBÉ/SHUTTERSTOCK, IN VECTOR STUDIO/SHUTTERSTOCK, PHOTOS99/SHUTTERSTOCK





PLAGES DE RÊVE

Traversez la forêt dense du **1** **Parque Nacional Natural Tayrona** jusqu'à de superbes plages parsemées de rochers (p. 245).

Allongez-vous sous les cocotiers d'une plage de sable blanc baignée d'eau turquoise sur les îles de **2** **San Andrés et Providencia** (p. 256).

Glissez-vous dans l'eau douce des cascades, tout près des magnifiques plages isolées de **3** **Nuquí** (p. 212), bordées par la jungle.

Détendez-vous sur les minuscules îles de l'archipel **4** **Islas del Rosario** (p. 234), dans les Caraïbes.

Passez un pied en Amérique centrale pour plonger dans l'eau fraîche à **5** **La Miel** (p. 240), près de Sapzurro.



Cañon del Chicamocha (p. 159)



AVENTURES SAUVAGES

Des cimes enneigées aux rivières au cœur de la jungle, la Colombie offre un cadre parfait pour les activités de plein air. Que vous exploriez les Andes ou les basses terres couvertes de jungle, que vous descendiez le torrent d'un canyon étroit... les paysages sont à couper le souffle. Vous trouverez sans problème des partenaires enthousiastes pour partir à l'aventure.

Atteindre les sommets

La randonnée en altitude demande beaucoup d'énergie, si bien que les plus petites distances peuvent être éprouvantes : prenez le temps de vous acclimater avant de partir.

Glaciers majestueux

Dans certains parcs nationaux, il est interdit de poser le pied sur les glaciers ; dans d'autres, on peut se frayer un chemin jusqu'au sommet. Renseignez-vous auprès des autorités du parc.

PLEIN AIR ÉBOURIFFANT

Glissez sur les rapides du **1 Cañon del Chicamocha**, au pied de montagnes arides où ne poussent que des cactus (p. 159).

Randonnez plusieurs jours au cœur du **2 Parque Nacional Los Nevados** (p. 126), à la conquête du glacier Santa Isabel.

Dévaliez à vélo les pentes fumantes d'un volcan, entre fumerolles, fleurs sauvages et *frailejones*, dans le **3 Parque Nacional Natural Puracé** (p. 192).

Bercé par la sérénade des oiseaux tropicaux, payagez sur les affluents du **4 Río Yavarí** (p. 276), au cœur de la paisible forêt inondée.

Randonnez à travers une forêt d'orchidées pour atteindre le sommet du Pico de Loro dans le **5 Parque Nacional Farallones de Cali** (p. 185).



TRADITIONS SÉCULAIRES

De la péninsule désertique de La Guajira aux terres ancestrales des Andes du Sud, en passant par la jungle du Chocó, de nombreuses communautés autochtones et afro-colombiennes vivent en Colombie. Actives, elles préservent le précieux savoir de leurs ancêtres, et les chefs sont souvent fiers d'expliquer aux visiteurs leur mode de vie, au travers de discussions, de randonnées et d'ateliers.



RENCONTRES CULTURELLES

Découvrez les riches traditions de la première ville libre des Amériques à **1 San Basilio de Palenque** (p. 236).

Découvrez la médecine du peuple Misak au **2 Jardín Botánico Las Delicias** (p. 194), dans les montagnes qui entourent Silvia.

Passez une nuit à la belle étoile dans le village wayúu de **3 Cabo de la Vela** (p. 254), installé là où le désert rencontre les Caraïbes.

Visitez un village ticuna avant de vous rendre au **4 Museo Etnográfico Amazónico** de Leticia (p. 274).

Filez sur la voie ferrée à bord d'un chariot recyclé jusqu'au village afro-colombien isolé de **5 San Cipriano** (p. 186).

A PARTIR DE LA GAUCHE : WISNU OARENG/SHUTTERSTOCK, SARAPONGPHOTO/SHUTTERSTOCK



Respect

Certaines communautés autochtones n'apprécient pas d'être prises en photo.

Demandez toujours l'autorisation avant de sortir votre appareil.



Diversité ethnique

La Colombie compte 87 peuples autochtones, qui représentent environ 3,5% de la population.

Au total, 64 langues amérindiennes sont parlées dans le pays.



Paysages ancestraux

Les populations autochtones habitent principalement dans les régions du centre de la Colombie, comme le département du Chocó, le sud-ouest des Andes, le bassin amazonien et la péninsule aride de La Guajira.



TRÉSORS DU PATRIMOINE

Promenez-vous dans
1 Cartagena (p. 224),
avec ses rues aux tons
pastel, ses balcons
en bois couverts de
géraniums et ses places
arborées.

Descendez sous terre
et visitez la **2 Catedral
de Sal**, excavée au
cœur d'une montagne
de sel près de Zipaquirá
(p. 82).

Dégustez un bon chocolat
chaud avant d'aller vous
balader dans les rues
intemporelles de
3 La Candelaria (p. 46),
le centre historique de
la capitale.

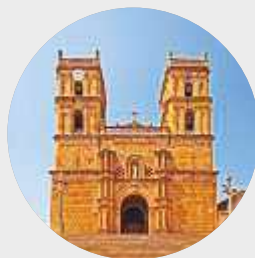
Plongez dans l'ambiance
de **4 Barichara**, joli
village de l'époque
coloniale figé dans
le temps, en surplomb
d'un canyon (p. 162).

À Medellín (p. 94),
empruntez les Escalator
pour grimper sur
les pentes de la
5 Comuna 13, pour
voir de près le renouveau
urbain de la ville.



PÉPITES ARCHITECTURALES

Entre demeures coloniales, églises imposantes
ayant traversé les âges et bâtiments innovants
pensés pour des villes adaptées à une
topographie urbaine complexe, la Colombie
ravira les amateurs d'architecture et de design.



Matériaux bruts

De nombreux bâtiments
anciens ont été en grande
partie construits à l'aide de
boue argileuse, suivant diverses
techniques de construction
(adobe, *tapia pisada*
et *bahareque*).



Palettes de couleurs

La plupart des villes coloniales
colombiennes arborent des
teintes terreuses et neutres,
tandis que les localités
de l'Antioquia affichent
des couleurs vives.



Fossiles cachés

Dans les Andes occidentales, observez bien les sols
et les murs en pierre des bâtiments anciens :
de minuscules fossiles sont parfois incrustés dans la roche
extraite localement.

A PARTIR DE LA GAUCHE : KAREL STIPEK/SHUTTERSTOCK, LEONID ANDRONOV/SHUTTERSTOCK



IMMERSION MUSICALE

Perfectionnez votre technique grâce aux excellents professeurs des écoles de salsa de **1 Cali** (p. 179).

Déshanchez-vous sur les chansons populaires des groupes des clubs du **2 Barrio Colombia**, à Medellín (p. 107).

Laissez-vous entraîner par les rythmes afro-colombiens et les mélodies de la *marimba de chonta* du **3 Festival Petronio Álvarez** (p. 184) de Cali.

Découvrez 20 salles, chacune avec son propre univers sonore, au sein du **4 Theatron** (p. 79) de Bogotá, la plus grande boîte de nuit LGTBQI+ de l'hémisphère occidental.

Savourez des cocktails sur fond de salsa rétro au **5 Portal de los Dulces**, en plein cœur du vieux Cartagena (p. 229).



Danseurs traditionnels, Festival Petronio Álvarez (p. 184)



RYTHMES ENTRAÎNANTS

La musique et la danse sont si importantes aux yeux des Colombiens que le silence en angoisse plus d'un. Des rythmes typiquement colombiens aux sons importés des Antilles, la variété des styles est imbattable et accompagnera chacune de vos sorties. Et comme en Colombie tout le monde danse, il faudra vous prêter au jeu – aucune excuse n'est valable !

Racines musicales

La musique typiquement colombienne vient surtout de la côte caraïbe, où les influences amérindiennes, africaines et européennes ont donné naissance à la cumbia, au porro et au vallenato.

Superstars locales

Oubliez les guitaristes et les batteurs déchainés : en Colombie, certaines des plus grandes stars jouent de l'accordéon aux côtés de chanteurs de vallenato (p. 325).

VILLES ET RÉGIONS

Composez votre voyage selon vos envies.

Côte pacifique

NATURE, PLAGES ET AVENTURE

Bienvenue dans un monde perdu où la forêt luxuriante plonge dans l'océan, où des baleines à bosse batifolent près des côtes, où des cascades se déversent sur des plages de sable gris : la côte pacifique promet des expériences mémorables. Découvrez la culture afro-colombienne et autochtone, dégustez du poisson et marchez jusqu'à des chutes d'eau secrètes dans cette fabuleuse région encore intacte.

p. 202 Côte pacifique
p. 202

Cartagena et la côte caraïbe

p. 219

Cartagena et la côte caraïbe

HISTOIRE ET PLAGES IMMACULÉES

Avec plus de 1000 km de littoral tropical, de plages bordées de palmiers et de récifs de corail, la côte caraïbe est synonyme de détente et de relaxation... mais pas seulement.

Cette région est aussi une véritable mine culturelle avec ses propres rythmes musicaux, le plus grand carnaval du pays et une cuisine des plus savoureuses.

p. 219

Boyacá et Santander

CŒUR HISTORIQUE DE LA COLOMBIE

Les habitants sont fiers de leur région. Empreinte d'histoire et de légendes, elle recèle de petites villes d'époque coloniale soigneusement préservées, telles que Villa de Leyva et Barichara, où le temps semble s'être arrêté, le tout au milieu de montagnes sauvages et de vallées spectaculaires – un terrain de jeu idéal pour les amateurs de sensations fortes.

p. 140

Boyocá et Santander

p. 140

Medellín et la Zona Cafetera

p. 89

Bogotá

p. 40

**Cali et
le Sud-Ouest**
p. 171

**Cali et
le Sud-Ouest**

**RYTHMES INTEMPORELS
ET MYSTÉRIEUX VESTIGES**

Loin des sentiers battus, le sud-ouest du pays's ajoutera une bonne dose de culture à votre voyage. Des bars à salsa bondés de Cali aux villages indiens des Andes du Sud, en passant par les mystérieuses ruines de San Agustín, aucune région n'incarne mieux la remarquable diversité du pays.

p. 171

**Medellín et
la Zona Cafetera**
**MÉTROPOLE SCINTILLANTE
ET CULTURE PAISA**

Quel plaisir de discuter avec les sympathiques habitants de la bouillonnante Medellín ! Après avoir découvert les musées et la scène artistique de cette cité moderne et branchée, cap vers le sud au cœur de la région du café, où vous pourrez affiner vos talents de barista dans une plantation et vous promener à votre guise dans des villages colorés.

p. 89

Bogotá

OR, STREET ART ET CICLOVÍA

Immense et impétueuse, Bogotá est le cœur culturel de la Colombie. La capitale offre un fascinant aperçu de l'identité nationale plurielle du pays. Promenez-vous dans les rues anciennes de La Candelaria et visitez les meilleurs musées et galeries d'art de Colombie avant de grimper au sommet du Cerro de Monserrate pour profiter d'une vue panoramique.

p. 40

Bassin amazonien

DANS LA MOITEUR DE LA JUNGLE
Place à la déconnexion et à la relaxation au milieu de l'immense jungle de la plus vaste étendue sauvage du monde. De Leticia, capitale régionale transfrontalière, à Puerto Nariño, paisible village sans voiture, cette région magique qui respire la culture et les légendes autochtones est une étape incontournable pour les amoureux de la nature.

p. 264

**Bassin
amazonien**
p. 264



JULIAN BOHONOWSKI/SHUTTERSTOCK



Villa de Leyva (p. 146)

ITINÉRAIRES

Aventures andines

Durée : 7 jours

Distance : 360 km

Pour goûter à la campagne colombienne authentique, louez un véhicule à Bogotá et mettez le cap au nord. Traversez les villages de montagne hors du temps du Boyacá et du Santander et, en chemin, découvrez vestiges précolombiens, fossiles, artisanat et sports extrêmes.



1 BOGOTÁ ⌚ 2 JOURS

À **Bogotá** (p. 40), explorez les musées ainsi que les perles architecturales du *barrio* historique de La Candelaria. Une fois acclimaté à l'altitude, grimpez jusqu'au sommet du **Cerro de Monserrate** (p. 63) pour admirer la vue panoramique sur la ville. Ensuite, profitez des restaurants et des bars branchés des quartiers nord, plus chics. Un conseil : évitez de quitter la ville aux heures de pointe.



2 VILLA DE LEYVA ⌚ 2 JOURS

Réservez un hôtel de campagne près de **Villa de Leyva** (p. 146) et partez savourer l'ambiance coloniale de la ville. Vous trouverez non loin des **fossiles** (p. 150) et des ruines précolombiennes, ainsi que le Convento del Santo Ecce Homo et les chutes de La Periquera.

🚗 *Trajet en voiture 5 heures*

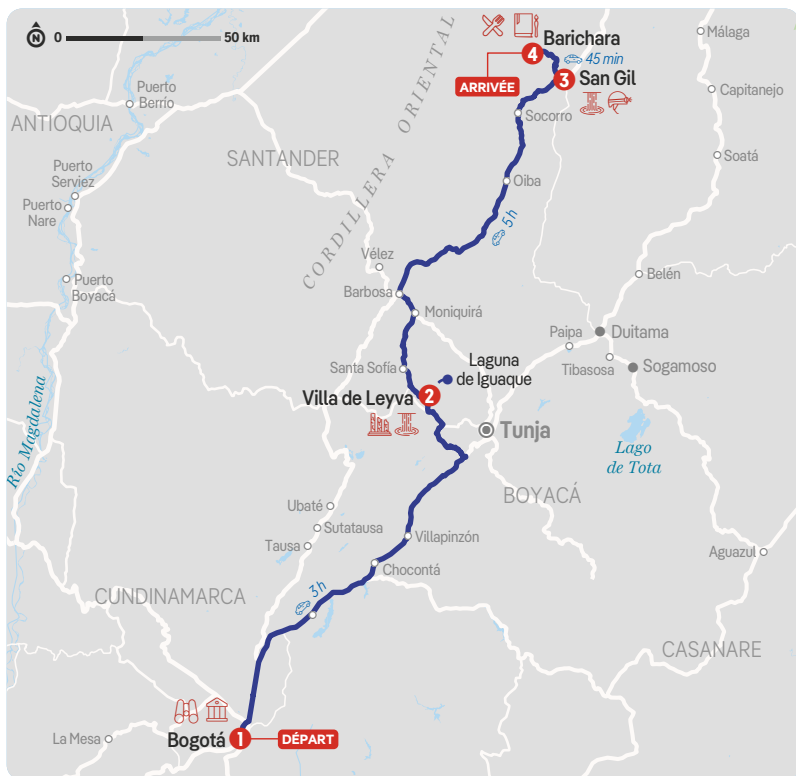
🏞️ **Détour** : Randonnée dans les montagnes jusqu'au lieu sacré de la **Laguna de Iguaque** (p. 150).



3 SAN GIL ⌚ 2 JOURS

Votre véhicule vous permettra de rayonner dans les environs de **San Gil** (p. 156) : cascades, piscines naturelles et grottes spectaculaires se trouvent à proximité. Détendez-vous sous les arbres du paisible **Parque El Gallineral** (p. 156) ou dévalez en rafting le **Río Suárez** (p. 158) – avec un détour par la **Cascada de Juan Curí**, une des plus hautes chutes d'eau du pays.

🚗 *Trajet en voiture 45 minutes*



4

BARICHARA 🕒 1 JOUR

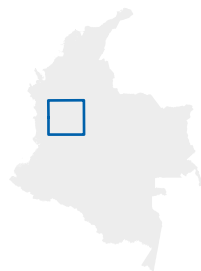
Parcourez le vieux centre de **Barichara** (p. 162) au gré des charmantes églises en pierre, des superbes belvédères et des cafés bohèmes qui servent les nectars régionaux. Plus tard, dégustez des mets délicats (les fourmis grillées sont une spécialité locale) et initiez-vous à l'artisanat traditionnel, avant d'emprunter le sentier pavé qui conduit au minuscule village de **Guane** (p. 164).



Centre-ville de Bogotá (p. 40)



JHAMPER GIRON / MSHUTTERSTOCK



Piedra del Peñol, Guatapé (p. 112)

ITINÉRAIRES

La région du café

Durée : 7 jours

Distance : 540 km

Passez de la modernité de Medellín à l'ambiance animée des petites villes de la Zona Cafetera en traversant les montagnes et les vallées de l'Antioquia. Au programme : plantations de café, réserves naturelles remplies d'oiseaux, cascades rugissantes, palmiers à cire géants et bains thermaux.



1 MEDELLÍN ⌚ 2 JOURS

Profitez du climat idyllique de **Medellín** (p. 94) en vous promenant en centre-ville. Arrêtez-vous au **Museo de Antioquia** (photo, p. 101) et sur la **Plaza Botero** (p. 97) pour admirer les œuvres de l'enfant chéri de la ville, puis rejoignez en métro le quartier redynamisé de **Comuna 13** (p. 98). Finissez par un tour en téléphérique jusqu'au bucolique **Parque Arví** (p. 103).
 🚗 *Trajet en voiture 2 heures*



2 GUATAPÉ ⌚ 1 JOUR

En arrivant à **Guatapé** (p. 112), gravissez les 740 marches jusqu'au sommet de la **Piedra del Peñol** (photo, p. 112) pour une vue à 360° sur l'Embalse Guatapé et les montagnes. Après une pause gourmande en ville au bord du réservoir, embarquez pour une **excursion en bateau** (p. 113) sur le lac.
 🚗 *Trajet en voiture 5 heures*
 🏞️ **Détour :** Explorez la rivière aux eaux cristallines de **Río Claro** (p. 110).



3 JARDÍN ⌚ 1 JOUR

Plongez dans l'ambiance de **Jardín** (photo, p. 114) en buvant un café sur la place centrale bordée de maisons traditionnelles. Parcourez à pied la campagne luxuriante jusqu'au point de vue surplombant le lieu. L'après-midi, après un passage par la **Cueva del Esplendor** (p. 117), repartez par la route en terre battue qui descend vers Manizales via Riosucio.
 🚗 *Trajet en voiture 5 heures*



4

MANIZALES 🕒 1 JOUR

Sortez vos jumelles et partez à l'aube observer de magnifiques oiseaux dans une réserve naturelle urbaine à **Manizales** (photo, p. 120), puis tuteoyez les glaciers dans le **Parque Nacional Natural Los Nevados** (p. 126). En rentrant, accordez-vous une pause dans les **eaux thermales volcaniques** (p. 123) avant de rejoindre **Chipre** (p. 120) pour admirer un superbe coucher du soleil.

🚗 *Trajet en voiture 2 heures*



5

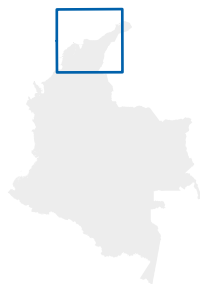
SALENTO 🕒 2 JOURS

Terminez votre visite de la région du café à **Salento** (p. 128), le plus charmant village de la Zona Cafetera. Dégustez une tasse de thé de la région sur la place principale avant de parcourir les rues étroites de la localité jusqu'au point de vue panoramique. Ensuite, partez pour le **Valle de Cocora** (p. 130), où les paysages spectaculaires émaillés de palmiers géants vous épateront. Le dernier jour, visitez une **plantation de café** (photo, p. 132) afin de découvrir le processus de production, de l'arbre à la tasse fumante.

🐒 **Détour** : Descendez dans le canyon boisé pour observer les troupes de singes hurleurs dans la **Reserva Natural Barbas-Bremen** (p. 135).



BETO SANTILLAN/SHUTTERSTOCK



Parque Nacional Natural Tayrona (p. 245)

ITINÉRAIRES

La côte caraïbe

Durée : 6 jours

Distance : 550 km

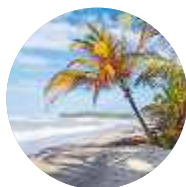
De La Guajira, à l'extrême nord du continent, à la ville fortifiée de Cartagena, cet itinéraire dans les embruns de la côte caraïbe vous fera passer par de nombreuses plages. La forêt tropicale de la Sierra Nevada et des ruines précolombiennes vous attendent également.



1 CABO DE LA VELA ⌚ 1 JOUR

Des terres arides bordent l'eau translucide de la mer des Caraïbes. Au cœur du territoire ancestral du peuple wayúu, **Cabo de la Vela** (photo, p. 254) sera le début d'un voyage mémorable. Allez jeter un coup d'œil au phare de **Punta Gallinas** (p. 254), le point le plus septentrional d'Amérique du Sud, puis dévalés les **dunes de Tarao** (p. 254) jusqu'à la mer.

🚗 Trajet en voiture 5 heures



2 PALOMINO ⌚ 1 JOUR

Le village balnéaire bohème de **Palomino** (photo, p. 251) est un petit havre de paix niché entre l'autoroute et une jolie plage frangée de palmiers. Longez la côte sauvage, ou bien remontez la rivière dans la jungle vers la Sierra Nevada et revenez en vous laissant dériver sur une bouée. En fin de journée, détendez-vous dans l'un des nombreux cafés et restaurants bobo-chics.

🚗 Trajet en voiture 2 heures



3 PNN TAYRONA ⌚ 1 JOUR

En roulant vers l'ouest, vous quittez peu à peu les terres désertiques de La Guajira et apercevez la végétation luxuriante de la Sierra Nevada. Entre mer et montagne, le **Parque Nacional Natural (PNN) Tayrona** (photo, p. 245) vous invite à arpenter les sentiers de randonnée en forêt ou à vous prélasser sur l'une des plages de sable blanc bordées de palmiers.

🚗 Trajet en voiture 1 heure



4

SANTA MARTA ⌚ 1 JOUR

Séjournerez dans le centre historique de **Santa Marta** (photo, p. 242), la plus ancienne ville de Colombie, pour explorer ses rues et ses places à votre rythme.

🚗 *Trajet en voiture 3 heures*

🛣️ **Détour :** Gravez les contreforts de la Sierra Nevada jusqu'au paisible village de Minca (p. 249).



5

CARTAGENA ⌚ 2 JOURS

Cartagena (photo, p. 224) est une ville parmi les plus envoûtantes d'Amérique latine. Arpentez ses ruelles pastel au milieu d'œuvres de street art et savourez un cocktail face au soleil couchant sur les anciens remparts. Montez au **Castillo San Felipe de Barajas** (p. 225) pour admirer la vue et piquez une tête sur l'une des plages animées du quartier de Bocagrande.

🚗 *Trajet en voiture 4 heures 30*

QUAND PARTIR

La Colombie bénéficie de températures égales toute l'année, avec simplement une saison sèche et une saison des pluies.

Jouissant d'un climat équatorial, le pays connaît peu de variations de température au cours de l'année. Les nuages et la pluie sont les deux principaux facteurs qui influencent le climat. Dans les régions montagneuses de l'intérieur, on observe deux saisons des pluies : de fin mars à début juin, puis de fin septembre à début décembre. Pendant ces périodes, les averses violentes sont fréquentes, entraînant souvent des retards dans les déplacements, par la route ou par les airs. Dans les plaines côtières de la région caraïbe, la saison sèche commence en mai pour se terminer en octobre – ce qui signifie que tout au long de l'année, on peut trouver quelque part en Colombie un coin au soleil.

Basse saison, petits prix

Le prix des hébergements augmente généralement pendant la saison sèche, de décembre à fin mars, période durant laquelle il est essentiel de réserver. Les tarifs grimpent aussi, dans une moindre mesure, pendant les grandes vacances. Pour bénéficier de tarifs intéressants et d'une météo clémente, voyagez en février ou à la fin août.



PAROLE D'HABITANT

SOUS DES CIEUX PLUS CLÉMENTS

Richard McColl est journaliste et animateur du podcast Colombia Calling.
@colombiacalling

Propriétaire d'une maison et de deux petits hôtels à Mompós, j'adore la chaleur des Caraïbes lorsqu'il fait frais à Bogotá, surtout début octobre, lorsque l'eau du Brazo de Mompós prend une teinte différente et que la brise de l'après-midi atténue la chaleur. Ici, on vit au ralenti et, le soir, on observe le vol de centaines de perruches, vous préparant au spectacle quotidien du coucher de soleil sur le Río Magdalena.



Nevado del Tolima couvert de neige (p. 126),
Parque Nacional Natural Los Nevados

IL NEIGE SOUS LES TROPIQUES

Si la Colombie, pays tropical, est une destination prisee pour le soleil et les plages, il y neige parfois, surtout sur les hauteurs des Andes (centrales et orientales) et de la Sierra Nevada.

La météo au fil des mois (Bogotá)



JANVIER

Température
max. moyenne
en journée :
20°C



FÉVRIER

Température
max. moyenne
en journée :
21°C



MARS

Température
max. moyenne
en journée :
20°C



AVRIL

Température
max. moyenne
en journée :
20°C



MAI

Température
max. moyenne
en journée :
20°C



JUIN

Température
max. moyenne
en journée :
19°C

Jours de pluie : **8** Jours de pluie : **11** Jours de pluie : **14** Jours de pluie : **18** Jours de pluie : **20** Jours de pluie : **18**



CLIMAT ET ALTITUDE

En Colombie, la météo dans les villes et les villages dépend de l'altitude. En règle générale, à 1 000 m, il fait plutôt chaud, entre 1 000 et 2 000 m, le climat est tempéré, et au-dessus de 2 000 m, il fait assez frais.

Les principaux festivals de Colombie

Organisé à Pasto, au sud de Popayán, le **carnaval de Blancos y Negros** (carnaldepasto.org) est le plus grand événement du sud du pays. Les participants s'aspergent de graisse, farine, talc et craie... Ce n'est pas le moment de sortir vos plus beaux vêtements !

Janvier

Le **carnaval de Barranquilla** (p. 237) est la plus belle fête de Colombie : pendant quatre jours, on boit, on danse, on défile et on se déguise au son de la cumbia, du merecumbé, de la salsa et de la champeta.

Le carnaval commence 40 jours avant Pâques et s'achève à Mardi gras.

Février-mars

La **Feria de las Flores**, le grand rendez-vous annuel de Medellín (p. 94), annonce une ambiance festive dans toute la ville. Pendant dix jours, les participants dansent et défilent, le tout dans une farandole de fleurs. **Avril**

La **Feria de Cali** (p. 180) est l'événement incontournable de la fin d'année pour ses fêtes de quartier débridées, ses défilés et ses concerts.

Décembre

Festivals locaux et décalés

Des cerfs-volants colorés flottent au-dessus des toits en tuile du centre historique de Villa de Leyva à l'occasion du **Festival del Viento y las Cometas** (p. 148).

Avril

Pendant une semaine, le **Festival Petronio Álvarez** (p. 184) met à l'honneur la musique traditionnelle afro-colombienne de la côte pacifique. Au programme : compétitions et concerts de musiciens devant des fans souvent imbibés de *viche*, un alcool fort local. **Avril**

Autre rendez-vous très animé, le **Festival Mundial de Salsa** (p. 180) de Cali voit s'affronter les meilleurs danseurs du pays sur une bande-son géniale. Des artistes de salsa de renom accompagnent les festivités.

Octobre

Le **Desfile de Yipao** (p. 295), dans la Zona Cafetera, est très photogénique. Une foule de Jeep Willys chargées de marchandise, d'œuvres d'art et de sacs de café paradent et font des acrobaties dans les rues d'Armenia.

Octobre

PAROLE D'HABITANT

VOYAGER PENDANT LA SAISON SÈCHE

Oscar Gilede est biologiste et photographe animalier.
@colombianhighlands

Je voyage beaucoup dans les Llanos, surtout pendant la saison sèche, en janvier-février. Les journées sont ensoleillées, et l'eau cristalline des cours d'eau invite à la baignade. Les zones humides étant réduites, on y repère plus facilement les oiseaux et les mammifères : le bonheur pour les photographes amateurs – et les couchers de soleil sont magiques.



Nuages de pluie, Parque Nacional Natural Tayrona (p. 245)



N'OUBLIEZ PAS VOTRE PARAPLUIE

La côte pacifique de la Colombie est l'une des régions les plus humides au monde : elle peut recevoir plus de 10 m de précipitations par an. La pluie, qui fait baisser les températures, est indispensable à la biodiversité.



JUILLET

Température max. moyenne en journée :
19°C

Jours de pluie : **17**



AOÛT

Température max. moyenne en journée :
19°C

Jours de pluie : **16**



SEPTEMBRE

Température max. moyenne en journée :
20°C

Jours de pluie : **16**



OCTOBRE

Température max. moyenne en journée :
20°C

Jours de pluie : **18**



NOVEMBRE

Température max. moyenne en journée :
20°C

Jours de pluie : **17**



DÉCEMBRE

Température max. moyenne en journée :
20°C

Jours de pluie : **12**



Sentier de randonnée, Valle de Cocora (p. 130)

AVANT DE PARTIR EN COLOMBIE

Nos recommandations pour bien se préparer.

Dans sa valise

Des vêtements légers Des glaciers de haute altitude à la jungle suffocante de l'intérieur des terres, le climat colombien est varié et peut changer rapidement. Il faut pouvoir s'adapter à toute situation : emportez plusieurs couches de vêtements légers à enfiler ou retirer au fil de votre séjour.

Imperméable Comme l'indique la végétation luxuriante, les pluies ici sont intenses et elles peuvent surgir de nulle part. Une veste ou un imperméable léger est indispensable.

Legging Pas pour le style, mais pour protéger vos jambes des rochers dans les cours d'eau.

Chaussures de randonnée et baskets

Vous allez sûrement passer du temps en pleine nature : prévoyez une paire de chaussures de randonnée imperméables, et si vous prévoyez de faire du rafting ou de la spéléologie, une vieille paire de baskets vous sera utile.

À savoir

On n'oublie pas de dire bonjour.

Lorsque vous entrez quelque part, la coutume est de saluer d'un *buenos días* ou d'un *buenas tardes*.

Payez l'addition. Au restaurant, il est d'usage que la personne qui a lancé l'invitation règle la note.

Les titres honorifiques ont leur valeur.

Témoignez votre respect aux personnes plus âgées en ajoutant *don* (pour un homme) ou *doña* (pour une femme), avant leur nom.

Gourde Les bouteilles en plastique sont interdites dans certaines zones naturelles.

Câble de téléphone très long Les bus sont équipés de prises, mais elles sont souvent situées sur le porte-bagages.

Traitement antipaludique Si vous partez marcher dans les régions tropicales humides.

Cent Ans de solitude (Gabriel García Márquez, 1967). Mythes, rêve et réalité dans la Colombie rurale, le temps d'une dynastie. Une œuvre magistrale. L'auteur a obtenu le prix Nobel de littérature en 1982.

Que viva la música ! (Andrés Caicedo, 1977). Un roman qui relate les aventures d'une jeune femme aisée dans les années 1970 à Cali. Un des chefs-d'œuvre de la littérature latino-américaine du XX^e siècle.

La Voragine (José Eustasio Rivera, 1924). Un roman fondateur de la littérature colombienne : un poète en mal d'aventure s'enfuit en Amazonie avec la fille d'une famille aisée.

Ursúa (William Ospina, 2005). Entre fiction et histoire, l'auteur raconte comment le conquistador Pedro de Ursúa, assoiffé d'aventures et d'or, a parcouru le territoire colombien. Une œuvre saluée par la critique.

En quelques mots

hola signifie "bonjour".

buenos días/

buenas tardes sont les salutations habituelles à employer, respectivement le matin et l'après-midi.

¿qué más? est une façon informelle de demander "ça va ?".

por favor signifie "s'il vous plaît" et peut s'employer avant ou après la demande.

gracias signifie "merci".

con (mucho) gusto signifie littéralement "avec (grand) plaisir" et s'emploie pour dire "de rien".

listo signifie "prêt", mais peut être utilisé pour indiquer son approbation ou ajouté comme interrogatif en fin de phrase pour vérifier que la personne en face a compris une affirmation.

donde está veut dire "où se trouve".

entonces est un des mots que vous entendrez souvent.

Il signifie "alors" et remplit les pauses dans les conversations. Il est aussi utilisé pour saluer quelqu'un de façon informelle.

pues est un mot généralement utilisé pour commencer une phrase et pourrait être l'équivalent de "eh bien". Il peut aussi être employé en fin de phrase pour insister, surtout dans l'Antioquia, où ce petit mot semble ponctuer chaque fin de conversation.

chevere est répandu dans tout le pays et signifie "excellent". Il peut aussi qualifier une personne sympathique ou amusante. **parcero**, parfois abrégé en "parce", signifie "ami". Il est souvent employé comme un pronom, même pour une personne que l'on vient de rencontrer.

ayuda signifie "aide". Employez-le dès que vous en avez besoin (*ayuda me*).



VOIR



L'Étreinte du serpent (Ciro Guerra, 2015). Un shaman solitaire accompagne des scientifiques en quête d'une plante sacrée.

La Vendedora de Rosas (Víctor Gaviria, 1998). Chronique de la vie des jeunes habitants des quartiers marginaux de Medellín.

Colombia magia salvaje (Mike Slee, 2015). Documentaire sur la biodiversité du pays, disponible en streaming.

Maria, pleine de grâce (Joshua Marston, 2004). L'histoire bouleversante d'une jeune Colombienne acceptant de faire la "mule" pour quitter son pays.

Les Oiseaux de passage (Cristina Gallego et Ciro Guerra, 2018). Magnifique film sur une famille autochtone de La Guajira.



ÉCOUTER

A Prueba de Fuego (Grupo Niche, 1997). Album implacable de salsa avec un message politique, qui aborde le thème de l'identité raciale et sociale.

This is Gozar (Herencia de Timbiquí, 2014). Rythmes contagieux et mélodies féeriques de la musique traditionnelle de la côte pacifique.

Amanecer (Bomba Estéreo, 2015). Le meilleur album pour découvrir un des plus célèbres groupes indés colombiens.

Mañana Será Bonito (Karol G, 2023). Un album populaire de la chanteuse contemporaine la plus écoutée de Colombie. Mélange de reggaeton et de pop latine.



Bandeja paisa (plateau de viandes, saucisses, haricots et accompagnements)

À TABLE !

Influencée par les cuisines autochtones et européennes, la cuisine colombienne est généreuse et aussi variée que les paysages du pays.

Les fins gourmets ne seront pas déçus en Colombie. La plupart des grandes villes proposent désormais aux voyageurs un large choix d'adresses chics et d'excellents plats venus des quatre coins du globe. Pour une expérience surprenante, tournez-vous vers les établissements de jeunes chefs talentueux qui revisitent les traditions culinaires colombiennes sans se cantonner aux *arepas*, que l'on trouve partout.

Riche de terres volcaniques fertiles, d'un climat très varié et de deux façades maritimes, la Colombie a toujours misé sur la fraîcheur des produits. Des plats de la mer des côtes pacifique et caraïbe, aux soupes réconfortantes et aux spécialités grillées au barbecue de l'intérieur montagneux du pays, vous resterez rarement sur votre faim.

Mais pour beaucoup, le vrai plaisir de manger demande peu de préparation : avec une farandole de fruits tropicaux – souvent inconnus ailleurs – présents sur tous les marchés du pays, grignoter sainement n'a jamais été aussi agréable.

La magie des marchés

Pour découvrir la culture culinaire colombienne, il n'y a pas de meilleur endroit que les marchés traditionnels des villes et villages du pays. Même les cités les plus modernes conservent plusieurs *galerías* où des produits frais arrivent chaque jour des fermes environnantes.

La plupart des marchés ont une halle dédiée aux produits frais, débordant de fruits et légumes de saison aux

Les essentiels

SANCOCHO

Soupe cuite lentement, à base de viande, bananes plantain et légumes.

PARGO SUDADO

Vivaneau cuit dans une sauce à la noix de coco, aux tomates et aux oignons.

LECHONA

Cochon de lait farci aux pois, au riz et aux épices, et rôti à la broche.

TAMALES

Pâte de maïs farcie (poulet, porc, œufs...), cuite dans une feuille de bananier.

mille couleurs. On y trouve un espace de restauration rempli de stands et de *comedores* — de petites cuisines traditionnelles ouvertes, avec quelques tabourets qui permettent d'admirer les chefs en pleine action. Plus qu'une expérience culinaire, c'est une immersion culturelle, avec des conversations animées entre les clients gourmands et les cuisiniers affairés, toujours en mouvement.

Le meilleur moment pour visiter les marchés est tôt le matin : dès 11h, l'activité ralentit, l'ambiance retombe et le choix de produits diminue. Certaines *galerías*, en particulier dans les petites villes, ont des jours de marché bien précis, où les agriculteurs des environs viennent vendre leur récolte.

Le repas, c'est sacré

En règle générale, le repas principal se prend le midi. Ici, le déjeuner est une affaire sérieuse et bon nombre de Colombiens ne comprennent pas comment on peut se contenter simplement d'un sandwich avalé à son bureau. Traditionnellement, le déjeuner consiste en une assiette généreuse riche en protéines, riz, légumes et salade, souvent précédée d'un bol de soupe consistant.

Le petit déjeuner est, lui aussi, généralement constitué d'un plat chaud et nourrissant, par exemple des *tamales* (à base de pâte de maïs garnie) et d'autres spécialités réconfortantes, accompagné parfois d'une soupe. Le dîner est en revanche plus léger et pris assez tôt, surtout dans les zones rurales où les restaurants ferment peu après la tombée de la nuit.



Festival Petronio Álvarez (p. 184)

FÊTES CULINAIRES

Congreso Gastronómico de Popayán

(p. 190) Le meilleur festival gastronomique de Colombie : marchés, cours de cuisine et menus concoctés par de grands chefs.

Alimentarte Food Festival

(fundacioncorazonverde.org/alimentarte) Plus de 200 restaurants de Bogotá servent leurs spécialités au sein d'un parc, dans une ambiance musicale et festive.

Festival Petronio Álvarez (p. 184)

Une excellente foire alimentaire présente les meilleurs plats de la côte pacifique.

Coffee Master (coffeemastercolombia.com)

Les cafés de Bogotá rivalisent d'expertise en proposant ateliers, dégustations et promotions pendant deux semaines en août.

Feria Piscícola del Amazonas (p. 268)

Chaque année, à Pâques, la foire aux poissons de Leticia est l'occasion rêvée de goûter des plats de la région.



Marché, Medellín (p. 94)

ASADO HUILENSE

Filet de porc mariné dans un mélange de bière, de jus d'orange amère et d'aromates.

BANDEJA PAISA

Plat typique de l'Antioquia : haricots rouges, bœuf, chorizo, bananes frites, œuf au plat et avocat.

AJIACO

Soupe de pommes de terre, de maïs et de poulet, avec des câpres et une herbe locale, la guascas.

HELADO DE PAILA

Sorbet aux fruits rouges préparé dans une grande poêle en cuivre (*paila*), posé sur un lit de glace.

MOTE DE QUEIJO

Plat typique de la côte caraïbe : soupe à base de fromage *costeño*, d'igname, d'ail et de citron vert.