



## CONSEILS PRATIQUES - VOYAGE AU PEROU



### INTRODUCTION

Nous vous remercions pour avoir choisi **Gaston-Sacaze** comme votre partenaire pour l'organisation de votre circuit.

De par la fascination engendrée par l'impressionnante et mythique citadelle du Machu Picchu, par les célèbres et énigmatiques lignes de Nazca, par les ingénieuses îles flottantes des Uros construites sur le lac navigable le plus haut au monde, mais aussi par la plus haute chaîne de montagnes tropicale, la Cordillère Blanche, et son épais manteau forestier, l'Amazonie, le Pérou est une terre qui regorge de beautés naturelles et historiques uniques.

Ce document est destiné à vous donner les meilleurs conseils pratiques et les formalités d'usage afin de vous permettre de connaître au mieux cette destination passionnante. Les informations sont données à titre indicatif et sont sujettes à des modifications sans préavis. Pour plus d'informations, nous vous invitons à consulter les dernières mises à jour disponibles sur le site du Ministère des Affaires Etrangères de votre pays de résidence :



France  
Diplomatie



ROYAUME DE BELGIQUE  
Affaires étrangères,  
Commerce extérieur et  
Coopération au Développement



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra



Gouvernement  
du Canada

## GEOGRAPHIE ET CLIMAT

**Superficie** : 1 285 215 km<sup>2</sup>

**Capitale** : Lima

Sur 1 285 215km<sup>2</sup> de territoire, le Pérou englobe 11 écorégions, 84 des 117 milieux de vie existants sur la Terre et 28 des 32 types de climats. Cette situation est la conséquence de divers facteurs géographiques, mais principalement due à la présence de la Cordillère des Andes.

Cette grande variété de climats, de paysages et d'écosystèmes peut-être repartis en 3 grandes régions :



## QUAND Y ALLER ?



### **La côte (12% du territoire)**

La côte est particulièrement aride. L'été (décembre à avril, 20 à 30 degrés), le ciel reste ouvert, avec un temps chaud et moite. Le reste de l'année (12 à 20 degrés), s'installe la « garúa » (brume/bruine côtière grisâtre) qui cache souvent le soleil, surtout sur Lima, la capitale.



### **Les Andes (28% du territoire)**

Dès que l'on pénètre dans les Andes (10 à 25 degrés), on subit plus fortement l'alternance des saisons sèches (avril à octobre) et humides (décembre à mars). En saison sèche, les journées sont d'un soleil étincelant et les nuits froides. Par contre en saison humide, il peut y avoir quelques pluies l'après-midi.



### **La Forêt Amazonienne (60% du territoire)**

En Amazonie (22 à 32 degrés), la chaleur et l'humidité augmentent fortement en saison humide (novembre à avril) avec de fortes pluies à tout moment.



## DÉCALAGE HORAIRE

La Pérou est régulé selon le fuseau horaire GMT- 5, sans changement d'heure. Par rapport à l'Europe occidentale (France/ Suisse/ Belgique) le décalage est de :

En été (d'avril à octobre), le décalage horaire est de 7h. Lorsqu'il est midi à Lima, il est 19h00 à Paris.

En hiver (d'octobre à avril), le décalage horaire est de 6h. Lorsqu'il est midi à Lima, il est 18h00 à Paris.

## ALTITUDE

Lima	150 m
Arequipa	2300 m
Chivay (Colca)	3600 m
Puno / Titicaca	3800 m
Cusco	3400 m
Vallée Sacrée	2800 m
Machu Picchu	2430 m

Dès que l'on dépasse les 2500m l'on peut être sujet au « soroche » ou mal des montagnes. Pour l'éviter, il est recommandé de bien se reposer et de manger léger (la digestion se fait plus lente en altitude). L'acclimatation dure généralement 24h00.

Il convient aussi de boire plus que d'habitude, tout en évitant l'alcool bien entendu. Le mate de coca (infusion de coca), proposé dans la plupart des hôtels et restaurants d'Arequipa (canyon du Colca), de Puno et Cusco, permet aussi de mitiger les effets de l'altitude.

## POPULATION, LANGUES ET RELIGION

**Démographie :** 27 millions d'habitants (urbaine : 72,3% et rurale : 27,7%).

Son origine andine et la vision inca, se sont trouvées confrontées à l'esprit espagnol de conquête puis à d'autres caractéristiques culturelles: l'esprit et les valeurs orientales, la joie et l'assiduité au travail africaine, la vie et les coutumes italiennes, françaises, japonaises et allemandes. Cet ensemble forme l'identité péruvienne, une identité riche, complexe, et diversifiée qui résulte du mélange de philosophies et de valeurs opposées.

**Langues :** Espagnol (80,3 %), Quechua (16,2 %), Aymara et autres langues (3 %).

Les langues officielles sont l'espagnol et le quechua. De nombreuses autres langues sont parlées dont l'aymara. L'anglais est utilisé dans les hôtels des grandes villes telles que Lima, Arequipa ou Cusco.

**Religion :** Catholiques (89 %), Evangélistes (7 %), autres (6 %).

La liberté de culte prévaut au Pérou, bien que la religion catholique, héritée elle aussi des Espagnols, y soit dominante. Si les fêtes religieuses dénotent d'une forte influence espagnole, elles attestent néanmoins de l'influence des multiples croyances et cultes de nos cultures préhispaniques.

## GOUVERNEMENT

Le Pérou est une république démocratique. Le président de la République et les 130 membres du Congrès sont élus tous les cinq ans au scrutin universel, secret et direct. Actuellement, le président constitutionnel de la République est Ollanta Humala Tasso, élu pour la période 2011-2016. Le système politique actuel repose sur la Constitution de 1993. Depuis 2002, le Pérou a été divisé en 24 régions et un important processus de décentralisation a été mis en place.

## MONNAIE

La devise péruvienne est le « Nuevo Sol » (NS). Evitez de payer en grosses coupures car la monnaie pose problème surtout dans les petites villes. Le dollar américain est accepté dans la plupart des grandes villes et est la devise la plus facile à changer. Les autres devises fortes (dont l'Euro) font souvent l'objet de commissions plus élevées. Il est déconseillé de changer de l'argent dans la rue. Il est préférable de le faire dans les banques et les *casas de cambio* ou bureaux de change.

Le taux de change (au 06/01/2015) est de 2.9 NS pour 1USD et 3.5 NS pour 1 Euro.

Vous pouvez vérifier à tout moment le taux de change officiel ici :



© [www.gaston-sacaze.com/monnaie/monnaie.html](http://www.gaston-sacaze.com/monnaie/monnaie.html)

*Pour une information plus complète se renseigner auprès de votre opérateur de carte de crédit/débit avant votre départ. N'oubliez pas de débloquer votre plafond bancaire avant de partir.*

## **TÉLÉPHONER**

Pour appeler à l'étranger : code du pays\* + numéro de téléphone (sans le 0).

\*France +33, Belgique +32, Suisse +41, Canada +1

Pour appeler un téléphone portable ou fixe national dans la même ville: numéro de téléphone.

Pour appeler un tél. fixe national dans une autre ville : 0 + code de la ville + le numéro de téléphone.

Quelques indicatifs: Lima 1, Arequipa 54, Puno 51, Cuzco 84, Puerto Maldonado 82, Trujillo 44, Chiclayo 74 et Iquitos 65.

Pour recevoir des appels depuis l'étranger : 00 + 51 + indicatif de la ville + numéro de téléphone.

## **COURRIER**

Pour acheminer vos courriers depuis le Pérou, plusieurs entreprises privées existent: SERPOST, DHL, TNT Express. Ayant des bureaux de poste à l'aéroport de Lima et dans les villes principales du Pérou, la plus abordable et la plus accessible est SERPOST. Comptez minimum 10 jours pour que la carte arrive en Europe, depuis Lima. Attention, vous n'êtes jamais sûre que votre courrier arrive à bon port !

## **INTERNET**

Les principales villes ont des cyber-café et de nombreux hôtels proposent un accès internet.

## **ELECTRICITÉ**

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

## **ACHATS**

Le Pérou a hérité des civilisations pré-incas et incas un savoir-faire artisanal remarquable. Les clients pourront ainsi trouver des objets en or et en argent, en bois, des sacs, des tissus de laine d'alpaga ou de vigogne et de coton. On trouve également des reproductions de céramiques précolombiennes, de tableaux et de tapisseries.

La plupart des magasins sont ouverts tous les jours de 10h00 à 20h00 avec une interruption quelquefois de 13h00 à 15h00. Le marchandage est une pratique courante sur les marchés. Elle est aussi parfois acceptée dans d'autres circonstances.

## 🍴 SAVEURS

Erigée au rang de culte, enrichie par la diversité de ses produits et le génie de ses cuisiniers, la gastronomie du Pérou fait partie intégrante de l'identité nationale. Parmi les plus diversifiées, elle est reconnue à l'international. Pour preuves, le Pérou a été nommé meilleure destination culinaire par les World Travel Awards en 2013 et deux restaurants de Lima ont été reconnus parmi «The World's 50 Best Restaurants» en 2014. Mosaïque de saveurs, elle reflète un pays aux multiples facettes et cultures.

Dans la Sierra tout d'abord, la cuisine des Andes, les *crema* ou potages et *caldo* ou bouillons sont à l'honneur. Les plats sont composés de céréales, de maïs, de 4 000 variétés de pommes de terre et de viandes comme le « *cuy* » (cochon d'inde grillé), le bœuf, le porc et le steak d'alpaga (« zéro cholestérol ») ou de poissons (truites). Les plats typiques sont le *Rocoto relleno* (piment rouge farci à la viande, pommes de terre et œufs) et la traditionnelle *Pachamanca* (viandes et légumes cuits sur des pierres dans un trou recouvert de feuilles de bananier).

La région de la luxuriante forêt amazonienne regorge pour sa part de produits exotiques, de plats à base de fruits et légumes, d'une variété de poissons de rivière souvent cuits dans une feuille de *bijao*, de sanglier, le *venado* (biche), ou de poulet, accompagnés de yuca (manioc) et de bananes plantain frites ou pilées.

La côte fait quant à elle honneur aux plats à base de poisson. Son plat incontournable est le fameux *ceviche*: poisson (ou fruits de mer) cru, mariné dans du jus de citron vert et des oignons rouges, qui peut être plus ou moins pimenté. La *chupe de pescado* est une soupe onctueuse à base de poisson agrémentée de piments, de légumes et de fromage. Un autre plat créole ayant subi les influences espagnoles et françaises: l'*ají de gallina*, poulet effilé servi avec une sauce au fromage et au piment doux ou encore les *anticuchos* (brochettes de coeur de boeuf marinées).

Une illustration des échanges du Pérou avec la Chine est le succulent *lomo saltado*, composé de filet de bœuf en lamelles sauté avec des oignons, des tomates, du piment et d'autres épices.

Quant aux desserts péruviens typiques, il s'agit du *Suspiro a la limeña*, du *Tres leche*, ou de l'*Arroz con leche*... Les desserts péruviens sont très sucrés !!

## 💧 BOISSONS

Les boissons sans alcool typiques sont le *mate de coca*, infusion de feuille de coca, excellente pour le mal de l'altitude, la digestion, l'oxygénation du corps, la *chicha morada*, à base de maïs rouge et de fruits non alcoolisée, et la *chicha de jora*, à base de maïs fermenté et donc alcoolisée.

Les Péruviens sont de grands consommateurs de boissons gazeuses. A tel point, qu'ils ont leur propre marque : *Inca Kola*, boisson de couleur jaune à base de hierba luisa (sorte de verveine) très sucrée.

Les bières sont légères et de bonne qualité. Les plus connues sont la *Cristal*, l'*Arequipeña* ou la *Cusqueña* (la plus douce des trois).

Finalement, le cocktail péruvien par excellence est le *Pisco Sour*, eau-de-vie de raisin mélangé avec du jus de citron vert, du sirop de sucre de canne, des glaçons et un blanc d'œuf.

Δ A noter : Attention à l'alcool en altitude, les effets se ressentent beaucoup plus.

## 💧 EAU

Il est déconseillé de boire l'eau du robinet. Il est possible d'acheter dans les commerces ou les hôtels de l'*agua mineral* (eau minérale en bouteille), *agua con gas* (eau gazeuse) ou *agua sin gas* (eau plate).

## SANTÉ

Aucune vaccination n'est exigée. La mise à jour de la vaccination DTPolio, Typhoïde, Hépatite A et B est recommandée et celui contre la fièvre jaune fortement recommandé pour visiter l'Amazonie.

Il est recommandé de se protéger efficacement contre les moustiques, vecteurs du paludisme, ou de virus (comme la dengue) en utilisant des produits répulsifs adaptés aux pays tropicaux.

Dans les zones d'altitude (Puno, Cusco, Huaraz, Arequipa), le mal d'altitude (mal de tête ou nausées) est possible mais de courte durée. Tout voyageur ayant des problèmes cardiaques ou de pression artérielle haute devra consulter son médecin traitant avant d'entreprendre le voyage.

*« Comme pour tout autre séjour, il est recommandé de consulter votre médecin et de souscrire à une compagnie d'assistance couvrant les frais médicaux et de rapatriement sanitaire. En cas de soins sur place, à Lima, les cliniques et les hôpitaux privés sont bien équipés, et les médecins, souvent formés en Europe ou aux Etats-Unis, sont de bon niveau. Mais il est obligatoire de régler les soins d'avance. »*

*Pour plus d'informations consulter les sites du Ministère des Affaires Etrangères de vos pays.*

## INFORMATIONS SUR LA SECURITE

*Cette note n'a pas pour but de vous alarmer inutilement mais vise seulement à vous donner quelques conseils qui vous permettront de profiter au mieux de votre séjour.*

Le Pérou est réputé pour être un pays relativement sûr. Il est cependant nécessaire de prendre les précautions habituelles propres à n'importe quelle destination, particulièrement à Lima :

- Sacs à main ou sacs à dos fermés (dans les en transport en commun porter son sac à dos devant),
- A une table de bar ou restaurant, garder son sac à mains sur les genoux,
- Ne pas changer, prendre ou sortir de l'argent dans des lieux publics à forte densité,
- Eviter de mettre trop en avant les objets de valeur comme caméra, bijoux, etc.,
- Etre méfiant lorsque l'on vous aborde sous un prétexte « divers » : direction demandée, projection/salissure que l'on vous fait constater sur vos vêtements, etc.

Il est conseillé de déposer documents et objets personnels importants dans le coffre de l'hôtel.

Toujours avoir sur soi les coordonnées du centre d'opposition en cas de perte ou de vol de carte bleue ainsi que une copie de son passeport. Chaque hôtel demandera une photocopie du passeport lors du check-in et lors des déplacements, avoir l'original car des contrôles sont parfois effectués.

NB : si vous êtes victimes d'un vol, pensez à déposer plainte dans le commissariat de la zone dans laquelle s'est produit le méfait et non.

## VISA

Pour un séjour touristique inférieur ou égal à trois mois, les ressortissants français, belges, canadiens et suisses, le passeport en cours de validité suffit et le visa s'obtient à l'entrée sur le territoire (à titre gratuit, il peut aller de 30 à 183 jours).

*Indicatives à confirmer par les autorités péruviennes du pays de résidence du voyageur :*

Consulat et ambassade du Pérou en France : [www.amb-perou.fr](http://www.amb-perou.fr)

Consulat et ambassade du Pérou à Bruxelles: <http://www.consuladodelperu.be/>

Consulat et ambassade du Pérou au Canada: <http://www.consuladoperumontreal.com>

Consulat et ambassade du Pérou à Berne, Suisse: [www.embaperu.ch](http://www.embaperu.ch)

## REPRESENTATIONS CONSULAIRES A LIMA

### **Ambassade de France à Lima, Pérou**

Avenida Arequipa 3415, San Isidro  
Horaires: lun-ven : 08:30-12:30  
Tél.: (+511) 215 84 00 / 215 84 25  
Horaires tél. : lun-ve : 14:30-17:00  
Email : [pilar.gallegos@diplomatie.gouv.fr](mailto:pilar.gallegos@diplomatie.gouv.fr),  
Site internet : [http://www.ambafrance-pe.org/-  
Coordonnees-et-plan-d-acces-](http://www.ambafrance-pe.org/-Coordonnees-et-plan-d-acces-)

### **Ambassade de Belgique à Lima, Pérou**

Avenida Angamos Oeste, 380 Miraflores  
Tél. : (+511) 241 75 66  
Horaires: Janv.-fév.r: lun-jeu: 08:00-16:00 et ven: 08:00-13:00  
// Mars-Déc. : lun-ven 08:30- 16:00  
Urgences : +51 999 965 550  
Email : [lima@diplobel.fed.be](mailto:lima@diplobel.fed.be)  
Site internet : <http://diplomatie.belgium.be/peru/>

### **Ambassade de Suisse à Lima, Pérou**

Avenida Salaverry 3240, San Isidro  
Horaires: lundi-vendredi : 9:00-12:00  
Tél. : (+511) 264 03 05  
Accueil tél.: lun-je : 08:00-13:00 puis 14:00-16:30 / ven:  
08:00-12:00  
Email : [lim.vertretung@eda.admin.ch](mailto:lim.vertretung@eda.admin.ch)  
Site internet : <http://www.eda.admin.ch/lima>

### **Ambassade du Canada à Lima, Pérou**

Bolognesi 228, Miraflores  
Tél. : (+511) 319 3200  
Horaires: lun-jeu : 08:00-12:30 et 13:15-17:00 et ven  
08:00-12:30.  
Urgences : (613) 944 1310  
Email : [sos@international.gc.ca](mailto:sos@international.gc.ca)  
Site Internet : [http://www.canadainternational.gc.ca/peru-  
perou/index.aspx?lang=fra](http://www.canadainternational.gc.ca/peru-perou/index.aspx?lang=fra)

## **\*\* NOUVEAU**

Le Ministère de la Culture au Pérou a désormais **limité l'accès au Machu Picchu** à un maximum de **2500 personnes par jour**. Cette réglementation nous oblige à être en possession des informations complètes des voyageurs (numéro de passeport et date de naissance) au moment de la réservation.

Sans ces informations, nous ne pouvons pas acheter les entrées au Machu Picchu et, vous risquez de **ne pas pouvoir visiter** la célèbre citadelle inca. Pour votre information, une fois l'entrée achetée, elle est **non remboursable**.

## **→ VOLS INTERNATIONAUX & NATIONAUX**

L'aéroport international (Jorge Chávez) du Pérou est situé à 45 mn du centre-ville à Lima.

Recommandation : les compagnies demandent d'être à l'aéroport 3h à l'avance pour les vols internationaux et 2h à l'avance pour les vols nationaux.

En cas d'événement de force majeure climatique ou d'autre nature empêchant retardant ou annulant les vols, les compagnies aériennes ne se chargent pas des frais inhérents (hôtels, transferts, repas...). Votre réceptif sera présent pour faciliter les changements de programme et les réservations.

**☒ Bagages perdus :** Si, à votre arrivée, vous constatez qu'il vous manque un bagage (ou que votre bagage est endommagé), il est très important de déposer une réclamation immédiatement avant de sortir de l'aéroport (avant de passer la douane) auprès de la compagnie aérienne et de vérifier que celle-ci vous ait donné un numéro d'incident. Ce numéro permettra ensuite de suivre votre réclamation. Par ailleurs, il faut noter que chaque compagnie aérienne a sa propre politique.

Par ailleurs, nous vous recommandons, dans l'éventualité où vous voyagez à plusieurs, de répartir dans différents bagages les effets personnels minimums pour tous les participants afin de vous permettre de faire face aux imprévus jusqu'à la livraison de vos bagages retardés.

## **A NOTER**

**Esprit du voyage et modification du trajet** : Gaston-Sacaze a étudié le circuit pour qu'il soit le plus adapté possible. Cependant, dans certaines circonstances exceptionnelles imprévues (retards d'avion / train, pannes, changement climatique, grèves etc...) et dans le but de toujours vous proposer le meilleur itinéraire possible, Gaston-Sacaze se réserve le droit de modifier l'ordre de l'itinéraire. Ces changements peuvent éventuellement entraîner des ajustements tarifaires (à la charge du client).

**Pourboires** : Même si elle n'est pas obligatoire, la coutume de laisser 10% de pourboire en plus du prix est appréciée et généralement de mise dans les restaurants, les bars, et les coiffeurs. Les chauffeurs de taxi ne reçoivent pas de pourboire, tenez-vous en au prix marchandé. Sans connaître le montant précis de chaque service, il est recommandé de laisser par personne : Hôtels : entre 2 et 5\$/jour/personne selon le service (0.5US\$/valise), Chauffeur : 1 à 5\$/jour/personne selon la durée du service, Guide et accompagnateurs permanents : 2 à 10\$/personne/jour. Gaston-Sacaze travaille partout où cela existe, sur la base des grilles tarifaires officielles des associations de guides.

## **PRÉPARER SA VALISE**

Bien regarder les restrictions en termes de poids des bagages autorisé des compagnies aériennes internationales et nationales utilisées. Les poids variant de l'une à l'autre, en moyenne entre 15 et 23 Kg pour un bagage en soute par personne. La taxe à payer en cas de dépassement est élevée. Il est conseillé de peser sa valise avant de partir et de prévoir une marge pour ramener vos souvenirs.

La meilleure chose à faire c'est d'adopter la technique de l'oignon : des vêtements que l'on peut "superposer" pour pouvoir les enlever si besoin, comme les différentes pelures.

Nous vous conseillons de mettre dans **vos bagages à mains** (cette liste n'est pas exhaustive) :

- ✓ Passeport avec photocopies (pour les étudiants : carte d'étudiant originale).
- ✓ Coordonnée de la compagnie ou photocopie de la police d'assurance
- ✓ Argent liquide, travellers, CB (en \$us)
- ✓ Photocopie du programme de voyage + numéro de téléphone d'urgence
- ✓ Chapeau (de paille, bob ou casquette), Lunettes de soleil

Nous vous conseillons de mettre dans **vos valises** (cette liste n'est pas exhaustive et dépend des régions traversées lors de votre circuit) :

- ✓ Vêtements d'été
- ✓ Vêtements chauds genre veste polaire (toujours rechercher à optimiser la légèreté de la valise),
- ✓ K-way, Un poncho en plastique
- ✓ Pantalons de pluie et pantalon léger
- ✓ T-shirts à courtes et longues manches,
- ✓ Protection solaire, stick à lèvres
- ✓ Crème anti-insectes,
- ✓ Chaussures confortable pour marcher
- ✓ Chaussures ouvertes : Sandales
- ✓ Crème anti-moustique
- ✓ Nécessaire de toilette avec lingettes ou gel désinfectant
- ✓ Pharmacie personnelle (ne pas oublier l'ordonnance) et se renseigner également auprès de son médecin pour le mal des montagnes en fonction de son vécu, de sa forme... etc.
- ✓ Appareil photo + stylo + carnet
- ✓ Cadeaux sur place pour les enfants : affaires scolaires, vêtements ou jouets (éviter les sucreries).



## JOURS FERIÉS 2015\*

- 1er janvier : Nouvel An - *Año Nuevo*
- Mars-avril - Semaine Sainte - *Semana Santa* (Variable)
  - ⇒ 2015
  - Jeudi 2 avril 2015 : Jeudi Saint - *Jueves Santo*
  - Vendredi 3 avril 2015 : Vendredi Saint - *Viernes Santo*
  - Dimanche 5 avril 2015 : Dimanche de la résurrection - *Domingo de resurrección*
- 1 mai : Fête du travail - *Día del trabajador*
- 29 juin : St Pierre et St Paul - *San Pedro y San Pablo*
- 28 et 29 juillet : Fête Nationale - *Independencia del Perú*
- 30 août : Santa Rosa de Lima
- 8 octobre : Bataille d'Angamos - *Combate Naval de Angamos*
- 1er novembre : Toussaint - *Día de Todos Los Santos*
- 8 décembre : Immaculée Conception - *Día de la Inmaculada Concepción*
- 25 décembre : Noël - *Navidad*

### \*A NOTER :

En plus de ces jours fériés Nationaux, il existe certains jours fériés Départementaux. Nous vous préviendrons de ces dates spéciales au cours du traitement de votre demande.

En général les centres commerciaux, restaurants et cafés, transports publics et d'entretiens fonctionnent les jours fériés, à l'exception du 1er mai, jour où les services sont très limités. Attention, certains jours fériés, les tarifs des prestations sont sujets à augmentation.

Fait à Lima, le 06 janvier 2015