Atalante
L'ESPRIT TREK

BOLIVIE

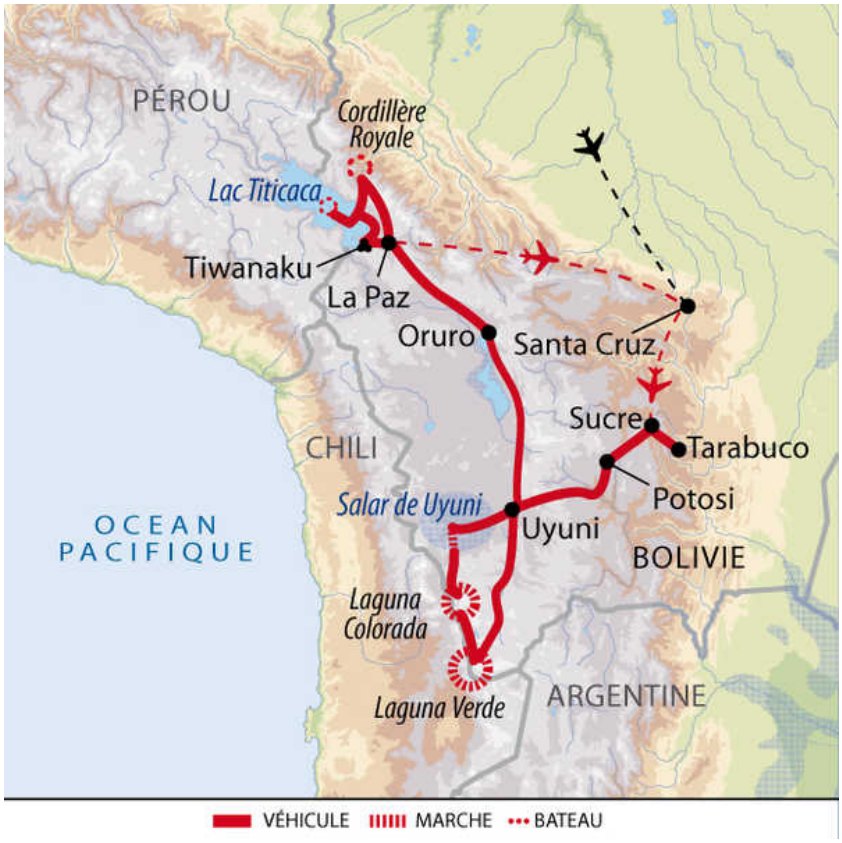
La nature chargée d'histoire de Bolivie

- Randonnées simple dans une nature encore préservée.
- Des paysages à couper le souffle : Sud lipez, Titicaca, Cordillère Royale, Salar d'Uyuni.
- La découverte culturelle de la Bolivie : Sucre, Potosí, Tihuanaku, Tarabuco…
- Un voyage accessible et un itinéraire optimisé pour l'acclimatation à l'altitude.

À PARTIR DE	**3 995 €** (vol inclus)
DURÉE	17 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Exploration

En à peine 17 jours, nous pourrons apprécier les charmes de ce voyage en Bolivie en privilégiant toutefois la culture avec son histoire coloniale, mais aussi ses paysages sauvages aux couleurs exceptionnelles que l'on ne trouve nulle part ailleurs. Le plus de ce voyage, c'est la montée progressive en altitude afin d'éviter les désagréments du mal des montagnes. Nul besoin d'être un grand aventurier ou un marcheur chevronné pour apprécier les charmes cachés de ce fantastique voyage en Bolivie

Nous entrons en Bolivie par Santa Cruz et commençons notre voyage par la ville coloniale de Sucre, ville de l'éternel printemps, nichée à 2800 mètres dans la pré-cordillère bolivienne. Enfin, nous accédons à l'Altiplano bolivien à Potosí. Cette ville légendaire est connue comme étant la ville impériale de la Bolivie, là où les espagnols frappaient la monnaie de la couronne espagnole pour ensuite l'acheminer par galions vers l'Europe. Que vous soyez sur le salar d'Uyuni, dans le désert du Sud Lipez ou ailleurs en Bolivie, les changements de couleurs et les contrastes entre le ciel et la terre émerveillent. Nous ne pouvons terminer notre voyage en Bolivie sans faire de belles rencontres, c'est dans la cordillère Royale que nous visitons une communauté andine traditionnelle ayant conservé ses coutumes et sa culture, nous partageons avec elle un petit déjeuner typique mais aussi une journée de leur quotidien.



Itinéraire

JOUR 1

Paris - Santa Cruz

TRANSPORT : AVION | HÉBERGEMENT : AVION | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Vol de nuit pour Santa Cruz (arrivée le lendemain matin : Jour 2).

Repas libres ou en vol.

JOUR 2

Santa Cruz - Sucre

TRANSPORT : AVION (0H45) | MARCHE : 2H | ALTITUDE MAX : 2800 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Arrivée à Santa Cruz et transfert dans un hôtel à proximité où nous prenons un brunch (ou, selon les horaires de vols : vol en connexion pour Sucre sans sortir de l'aéroport).
Notre accompagnateur local nous donnera les explications nécessaires au déroulement de notre voyage, puis nous repartons vers l'aéroport pour prendre un vol intérieur vers Sucre.

A notre arrivée à Sucre, accueil et court transfert vers notre hôtel en véhicule privé.

L'après-midi est libre. Possibilité de se reposer à l'hôtel après ce long voyage ou de se promener dans les rues de Sucre.

JOUR 3

Sucre

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ | ALTITUDE MAX : 2800 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Nous voici dans la capitale constitutionnelle de Bolivie où siège la cours suprême (La Paz étant la capitale administrative qui abrite le gouvernement). Aussi appelée ville de l'éternel printemps, Sucre est perchée à 2800 mètres d'altitude et jouit d'un climat agréable.

Visite guidée de cette magnifique ville coloniale inscrite par l'Unesco au patrimoine de l'humanité. Nous découvrons entre autre le couvent de la Recoleta, le musée ethnographique du textile, le monastère San Felipe ainsi que le musée de la Libertad, l'occasion d'apprendre la passionnante histoire de la Bolivie.

Dîner libre.

JOUR 4

Marché de Tarabuco

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ | ALTITUDE MAX : 3200 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Départ pour le petit village de Tarabuco, situé dans une région de collines à 3200 mètres d'altitude. Le village est connu pour son marché dominical, l'un des plus magiques d'Amérique du Sud. Ici, les habitants ont conservé nombre de coutumes et traditions ancestrales et l'on y croise beaucoup d'indiens arborant un chapeau en cuir dur dont la forme rappelle celle des casques des conquistadors.
Retour à Sucre en fin de journée. Nous dînons dans un restaurant typique.

JOUR 5

Sucre - Potosi - Visite des mines d'argent du Cerro Rico

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (3H) | ALTITUDE MAX : 4100 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Route vers Potosí qui fût un temps la ville la plus importante du continent. En effet c'est depuis ses mines que partaient des tonnes de métaux précieux vers l'Espagne. Le minerai était acheminé à dos d'âne à travers les Andes, pour rejoindre le Rio de la Plata (la rivière de l'Argent). A Buenos Aires, il était embarqué sur des caravelles à destination de l'Andalousie.

Au cours de notre trajet, nous traversons l'étonnant pont "Sucre" qui enjambe le río Pilcomayo, puis continuons vers les vallées du Chuquisaca et remontons jusqu'au plateau de Potosí.

Après le déjeuner, nous visitons les mines du Cerro Rico et pénétrons dans les galeries avec un ancien mineur et pouvons y observer l'extraction du minerai de façon traditionnelle.

JOUR 6

Potosi - Uyuni

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (4H30) | ALTITUDE MAX : 4300 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Nous poursuivons la visite de cette ville impériale aux ruelles escarpées avec notre guide. Nous y découvrons le magnifique musée de la Casa de la Moneda où les espagnols frappaient leur monnaie jusqu'au XIX siècle.

Après avoir déjeuné, nous partons en véhicule à travers la cordillère Frailes pour rejoindre Uyuni (4h30 de route), petite ville perdue en bordure du plus grand désert de sel de la planète.

JOUR 7

Uyuni - Villamar

TRANSPORT : 4X4 (4H-5H) | ALTITUDE MAX : 4200 M | HÉBERGEMENT : AUBERGE

Nous partons visiter le fameux cimetière des trains, où des dizaines de vieilles machines a vapeur sont abandonnées depuis un quart de siècle aux conditions météorologiques extrêmes de l'Altiplano.

C'est ensuite une belle journée de piste vers le Sud Lipez qui nous attends. L'occasion de découvrir des villages parmi les plus isolés de Bolivie. Nous nous arrêtons dans plusieurs d'entre eux et pouvons y observer les constructions faites avec des matériaux naturels. Possibilité (si elle est ouverte) de visiter la petite mais riche église coloniale de San Cristobal. Puis, traversée de Rio Grande, zone de vigognes et de ñandus (autruche andine) et arrivée à Villamar en fin de journée.

JOUR 8

Geysers Sol de Mañana - Laguna Colorada

TRANSPORT : 4X4 (5H-6H) | ALTITUDE MAX : 4850 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Encore une magnifique journée de piste à travers les paysages merveilleux du Sud Lipez. Certainement l'une des plus belles de tout l'itinéraire. Le matin, nous rejoignons la laguna Colorada : lac de couleur rouge-brique constellé de milliers de flamant roses. Nous poursuivons ensuite vers les geysers Sol de Mañana (4850 m alt.): cratères volcaniques évoquant d'immenses marmites de boue bouillonnante. Nous faisons également une halte aux thermes de Polques où nous pouvons nous baigner dans une eau à 37°C dans un décors de rêve, avant de longer la laguna Salada et de traverser le désert de Dali (ainsi nommé en raison des paysages qui rappellent l'un des tableaux du maître).

Nous parvenons en fin de matinée à la laguna Blanca et à la laguna Verde. Ce lac d'une teinte vert émeraude spectaculaire est dominé par les silhouettes parfaites des volcans Juriques et Licancabur (5916m). Retour à la laguna Colorada en fin d'après-midi.

JOUR 9

Laguna Colorada - San Juan

TRANSPORT : 4X4 (5H-6H) | ALTITUDE MAX : 4400 M | HÉBERGEMENT : AUBERGE

Aujourd'hui, nous mettons cap au nord à travers les superbes paysages du désert de Siloli et son fameux «arbre de pierre» où s´aventurent parfois quelques viscaches (espèce de Chinchilla). Ensuite nous longeons la frontière chilienne en empruntant la «route des joyaux» où nous croisons de nombreuses lagunes peuplées de flamants roses. Arrêt au mirador du volcan Ollagüe (5865 m alt.). Toujours actif il abrite aussi l´une des mines de soufre les plus hautes du monde.

La piste descend ensuite jusqu'à 3600 m d'altitude. Nous traversons le petit salar de Chiguana, au pied du volcan Tomasamil (5900 m alt.), avant de rejoindre le village de San Juan, où nous pouvons admirer les spectaculaires momies du « seigneur du Lipez ».

JOUR 10

Salar d'Uyuni - La Paz

TRANSPORT : 4X4, BUS DE NUIT (3H) | ALTITUDE MAX : 3700 M | HÉBERGEMENT : BUS DE NUIT | DÎNER : LIBRE

Encore une magnifique journée : nous quittons San Juan et la piste nous conduit vers le salar d'Uyuni (3650 m alt.), le plus grand désert de sel du monde. La sensation est unique : l'horizon n'a plus de limites et l'immensité invite au silence. Nous partons plein nord vers des îles couvertes de cactus géants et d'où nous bénéficions d'une belle vue sur le désert de sel.

L'après-midi nous bifurquons vers l'est pour rejoindre Uyuni. En route, nous visitons d'une exploitation de sel à Colchani et d'un ancien hôtel de sel. Nous arrivons à Uyuni en fin de journée. Là, nous quittons notre 4x4 et embarquons dans le bus à destination de La Paz.

Dîner libre. Trajet de nuit en bus confortable (horaires indicatifs : départ 20h, arrivée 7h30).

Note : ceux qui le souhaitent peuvent prendre l'option "Vol Uyuni - La Paz". Ils passeront alors la nuit à l'hôtel à Uyuni, puis prendrons un vol intérieur le lendemain pour rejoindre La Paz dans la matinée et ainsi retrouver le reste du groupe. Cette option est soumise à disponibilité au moment de la réservation.

JOUR 11

La Paz

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ | ALTITUDE MAX : 3900 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Nous arrivons à la Paz en matinée. Transfert à l'hôtel pour déposer nos affaires et prendre un temps de repos avant de partir pour la visite guidée de cette ville fascinante.

Cette capitale administrative la plus haute du monde s'étend dans une immense cuvette entre 3300 et 4100 mètres d'altitude avec en toile de fond le glacier Illimani. Nous parcourons la calle Sagarnaga et ses échoppes, la rue des sorcières, le marché typique de San Pedro, le centre historique et le quartier colonial. Nous prenons le téléphérique, le plus haut du monde, pour une vue panoramique de la ville couronnée de glaciers. Puis, traversée du pont des Amériques pour nous rendre au mirador de la place d'Espagne, dans le quartier colonial de Sopocachi.

JOUR 12

La Paz - Tiwanaku - Lac Titicaca

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ (3H30) | MARCHE : 2H | ALTITUDE MAX : 4000 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Nous quittons La Paz pour rejoindre le site archéologique de Tiwanaku (1h30). La civilisation de Tiwanaku est une civilisation pré-inca qui a dominé la moitié sud des Andes centrales entre le Ve siècle et le XIe siècle. Visite des vestiges précolombiens, qui comptent parmi les plus importants du continent.

Puis nous longeons la Cordillère Royale et le lac Mineur avant d'aborder le détroit de Tiquina en bac. Traversée de la presqu'île de Calata jusqu'à Copacabana et son joli petit port sur le lac Titicaca. Nous montons à la colline du chemin de croix pour assister au coucher du soleil.

JOUR 13

Copacabana - Île du soleil - Yumani

TRANSPORT : BATEAU PRIVATISÉ | MARCHE : 5H-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 200 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 200 M | ALTITUDE MAX : 3950 M | HÉBERGEMENT : AUBERGE

Le matin après le petit déjeuner, nous partons jusqu'à la grotte de Lourdes où nous nous commençons une randonnée jusqu'à Llampupata.

A notre arrivée, nous reprenons notre embarcation jusqu'à l'île du Soleil. Un grand nombre d'escaliers nous attendent pour arriver à Yumani, où nous passons la nuit.

JOUR 14

Temple de Pilkokaina - Cordillère Royale

TRANSPORT : BATEAU, VÉHICULE PRIVATISÉ (4H) | MARCHE : 2H-3H | DÉNIVELÉ POSITIF : 250 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 350 M | ALTITUDE MAX : 3950 M | HÉBERGEMENT : ECOLODGE

Après la visite du temple de Pilkokaina, nous quittons l'île du Soleil en bateau pour rejoindre Copacabana. Visite des sites les plus intéressants de ce village en bord de lac dont son église.

Nous reprenons ensuite notre véhicule et suivons une belle route qui longe le lac Titicaca et s'enfonce dans la cordillère Royale.

Après 4 heures de route, nous arrivons dans une petite communauté andine qui vit au cœur de la cordillère. Accueil au sein de la communauté.

JOUR 15

Cordillère royale : le massif du Condoriri - Santa Cruz

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ, AVION (1H) | MARCHE : 3H-4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 400 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 400 M | ALTITUDE MAX : 4100 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

Après un bon petit déjeuner traditionnel, nous partons pour une petite balade sur les traces des lamas et des alpagas dans dans le massif du Condoriri (sommet glaciaire ayant la forme d'un condor aux ailes déployées). Nous y découvrirons les plantes dont se servent les Aymaras.

Départ pour l'aéroport de La Paz dans l'après-midi. Nous y quittons notre guide et prenons un vol pour Santa Cruz.

Accueil à l'aéroport, transfert à l'hôtel, soirée et dîner libres.

JOURS 16 À 17

Santa Cruz - Paris

TRANSPORT : VÉHICULE PRIVATISÉ, AVION | HÉBERGEMENT : AVION | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Matinée libre à Santa Cruz en fonction des horaires de vol, puis transfert à l'aéroport et vol de nuit vers la France.

Repas libres ou en vol.

Arrivée en France le jour 17. Fin du voyage.

À NOTER

Suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, l'accompagnateur se réserve le droit de modifier cet itinéraire. De ce fait, ce circuit peut se réaliser en sens inverse. Atalante est membre du groupe Altaï, réseau d'agences locales nature et aventure implanté dans 30 pays. Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé par une autre entreprise du groupe Altaï : Huwans

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 20/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
VEN. 23/08/2024	DIM. 08/09/2024	4 795 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 06/09/2024	DIM. 22/09/2024	4 450 €	Confirmé
VEN. 04/10/2024	DIM. 20/10/2024	3 995 €	Confirmé
VEN. 08/11/2024	DIM. 24/11/2024	4 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 25/04/2025	DIM. 11/05/2025	4 095 €	Confirmé
VEN. 16/05/2025	DIM. 01/06/2025	3 995 €	Confirmé
VEN. 06/06/2025	DIM. 22/06/2025	4 050 €	Confirmé
VEN. 11/07/2025	DIM. 27/07/2025	4 250 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 25/07/2025	DIM. 10/08/2025	4 495 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 08/08/2025	DIM. 24/08/2025	4 495 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 05/09/2025	DIM. 21/09/2025	4 095 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 19/09/2025	DIM. 05/10/2025	3 995 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 03/10/2025	DIM. 19/10/2025	4 095 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 17/10/2025	DIM. 02/11/2025	4 150 €	Confirmé dès 4 inscrits
VEN. 07/11/2025	DIM. 23/11/2025	4 095 €	Confirmé dès 4 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- Le vol international au départ de Paris (Départ de province sur demande et en fonction des disponibilités)
- Les taxes aériennes (sauf éventuelles taxes locales)
- Les transports
- L'hébergement tel que décrit
- Les repas sauf ceux mentionnés comme libres
- L'accompagnateur local francophone
- Les entrées des sites et musées prévus au programme

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les assurances
- La contribution à la neutralité carbone : 10€

À payer sur place :

- Les dépenses personnelles, les boissons et les pourboires
- Les repas libres (Compter 10 à 15 €/ par repas)
- Les taxes de sortie de 25 $us à payer sur place à Santa Cruz

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

DÉPARTS DE PROVINCE

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter par mail ou par téléphone au 04 81 68 55 60.

+ OPTIONS

- Le supplément chambre individuelle : 175 €.
- La nuit supplémentaire à Santa Cruz en chambre individuelle, prix: 90€
- La nuit supplémentaire à Santa Cruz en chambre double, prix par personne: 55€
- Le transfert de l'aéroport vers le centre ville avec chauffeur hispanophone à Santa Cruz (base 2 et +), prix par personne: 30€

Détail du voyage

NIVEAU

Il est à noter qu'au cours de ce voyage en Bolivie, une importante partie de l'itinéraire se déroule en haute altitude (plus de 4000 m.) L'acclimatation au voyage se fera durant les premiers jours avec une montée progressive en altitude : Santa Cruz - Sucre - Tarabuco. Si nous avons pris compte de ce paramètre pour définir l'itinéraire, des maux de tête et autres désagréments peuvent malgré tout survenir.
Les conditions climatiques peuvent également être difficiles : des chutes de neiges peuvent survenir à tout moment, nous obligeant à modifier l'itinéraire. Le Vent peut quelquefois être très froid et violent, mais il faut aussi surtout se protéger des rayons du soleil accentués par l'altitude. Il est indispensable de prévoir crèmes protectrices, de bonnes lunettes de soleil et des vêtements grand froid.
Enfin, nous évoluons dans des régions très isolées, où les communications sont compliquées (pas de couverture pour les téléphones portables, des pistes pas toujours en très bon état…), il faudra faire avec ces réalités qui constituent aussi l'aspect aventure de ce magnifique voyage en Bolivie.

ENCADREMENT

Guide accompagnateur local francophone.
Nos guides ont été choisis pour leur expérience du terrain, leur connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant et pour leur passion à faire découvrir le pays.

ALIMENTATION

La découverte d'un pays se fait également par la découverte de la cuisine. Les repas sont préparés par un cuisinier local ou par l'équipe locale, à base de produits locaux ou pris dans des auberges et restaurants. Pique nique le midi lors des randonnées.
Lors des repas libres, vous pouvez déjeuner ou dîner là où vous le souhaitez. Votre guide pourra vous conseiller selon votre envie du moment.
Pensez éventuellement à ramener des produits de votre région que vous pourrez partager le soir au bivouac…

HÉBERGEMENT

- Hôtel simple au confort standard : eau chaude, TV, électricité et wifi (en chambre double ou triple exceptionnellement) avec douche et W.C. privés. Même de bonne catégorie, le standard des hôtels boliviens ne correspond pas toujours au standard des hôtels occidentaux. Les hôtels que nous avons choisis sont en règle générale centraux, ce qui vous permet de vous balader le soir à pied dans le centre historique.

- En refuge sur l'Altiplano : Vous serez répartis dans des petites maisons en adobe (torchis). En général on est 4 à 8 par pièce, dans des lits superposés. Le repas est servi dans une salle commune et ce sont souvent les habitants qui cuisinent, quelquefois avec l'aide de notre chauffeur… L'électricité est assurée par un générateur qui est coupé là nuit. Pensez donc à recharger vos batteries dès votre arrivée et pendant l'heure du dîner. La douche n'est pas systématique : vous pourrez n'avoir quelques-fois qu'un peu d'eau réchauffée pour vous débarbouiller… Pour remplacer les douches, il sera possible de s'arrêter dans des sources d'eau chaude où pour s'y tremper (attention à garder la tête hors de l'eau à 37°C) prévoir une serviette à porté de main car la température extérieure à 4600m est faible. Bref, le confort est sommaire mais il n'y a pas trop le choix et c'est couleur locale.

- en auberge ou chez l'habitant : il s'agit de petits hébergement simples mais sympathiques. Les sanitaires peuvent êtes partagés et les chambres sont rarement chauffées.

DÉPLACEMENT

TRANSPORT INTERNATIONAL

En Bolivie nous utilisons des vols réguliers au départ de Paris. Vous volerez principalement avec la compagnie Air Europa arrivant à Santa Cruz de la Sierra, se sont des vols de nuit arrivant le lendemain. Les vols pour La Paz ne sont proposés que par la compagnie Iberia, induisent deux escales (via Madrid et Lima) et sont donc plus longs et plus chers. Ainsi pour plus de confort, nous avons fait le choix de commencer et finir les séjours à Santa Cruz qui est de plus à une altitude de 416m facilitant l'acclimatation.

Il est parfois possible de passer via les Etats Unis mais cela implique très souvent une nuit en transit à Miami ou Atalanta avec la compagnie American Airlines.

IMPORTANT : ces informations sont données à titre indicatif. En fonction des disponibilités au moment de votre inscription, les compagnies aériennes et horaires de vol peuvent être différents des informations mentionnées ci-dessus.

DÉPLACEMENTS DANS LE PAYS

- Vols intérieurs Santa Cruz-Sucre et La Paz-Santa Cruz avec la compagnie Boliviana de Aviacion (BOA).
- Minibus privé équipé d'une bouteille d'oxygène.
- Véhicule tout terrain équipé d'une bouteille d'oxygène dans le Sud Lipez, avec chauffeur hispanophone.
- Bateau privé sur le lac Titicaca.

BUDGET & CHANGE

En Bolivie

La monnaie nationale est le Boliviano.

1 € = env. 7.5 BOB

Pour connaitre la taux du moment : https://www.xe.com/fr/

Vous pourrez vous procurer des bolivianos à votre arrivée à l'aéroport en changeant des euros ou des dollars au bureau de change ou en retirant directement des bolivianos avec votre carte bancaire (Visa ou Mastercard) au distributeur.
Prévenez votre banque de votre voyage, car certains établissements bancaires bloquent les retraits à l'étranger par mesure de précaution.
Sinon, les principaux commerces de Santa Cruz et de La Paz accepteront les dollars mais à un taux de change peu avantageux.

Ne comptez pas trop sur votre carte bancaire en dehors des villes.

Pour vos achats courants, le mieux est bien sûr de payer en monnaie locale mais les dollars sont assez facilement échangeables.
Le mieux est donc de se munir de quelques dollars (environ 50 à 100 US$) en petites coupures que vous garderez au cas où) et d'une carte de crédit.
Quand vous quitterez la Bolivie, vous devrez vous acquitter d'une taxe aéroport. Vous pouvez la payer en bolivianos ou en dollars .

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

En règle générale, pour un service correct, comptez 2 € par jour par participant et par intervenant, soit un total d'environ 20 à 30 € par participant pour un voyage de 15 jours, et d'environ 35 à 50 € pour un voyage de 22 jours.

Vous pouvez aussi offrir un petit cadeau à l'équipe locale en fin de séjour.

Vous pouvez participer aux actions locales en apportant des livres en espagnol, des jeux, des cahiers ou des crayons de couleur que NOS ÉQUIPES remettront dans les écoles et bibliothèques des villages que nous traversons.
Nous ne vous conseillons pas de distribuer directement stylos, argent, cahiers ou autres aux populations.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- chaussures :

Chaussures de randonnée résistantes, tenant la cheville et avec une bonne semelle. (Portez les avant votre départ, vous éviterez les ampoules, surtout les premiers jours).
Emportez aussi des chaussures de type basket à enfiler lors des étapes dans des villes, ou le soir au bivouac.

- chaussettes de laine pour la rando ou en altitude,
- chaussettes classiques pour la ville
- collant chaud
- 1 pantalon en toile résistante ou pantalon de randonnée
- 1 pantalon pour le soir
- 1 maillot de bain
- sous vêtements chauds séchant rapidement
- 3 à 6 t-shirts
- 2 chemises chaudes à manches longues
- 1 sweat shirt
- 1 pull-over chaud ou bonne fourrure polaire
- 1 anorak, veste de montagne ou bon coupe vent
- gants chauds et sous-gants
- bonnet de laine (peut être acheté sur place)
- chapeau, casquette, foulard : important car avec l'altitude le soleil est parfois brûlant, risque d'insolation

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- bâtons de marche
- gourde
- papier Hygiénique
- sacs plastiques pour l'étanchéité de vos affaires
- pour plus de confort, vous pouvez apporter un drap de sac en polaire qui fera gagner environ 5°C à votre sac de couchage.
- lunettes de soleil haute protection, car avec l'altitude la luminosité est très forte
- trousse de toilette et serviette de bain
- crème solaire haute protection
- lampe frontale
- sac de couchage :

Chaud, confortable, adapté à votre taille, de forme sarcophage, avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance. L'idéal est un sac performant jusqu'à -15°C ou moins. Mais un sac à -10°C (voir -5°C entre septembre et avril) est suffisant en pensant à rajouter un sur-sac en polaire ou en soie.
Les nuits peuvent être très froides de juin à août et il est important d'être bien équipé.

BAGAGES

- Prévoir un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80L environ et 18 kg maximum. Pour plus de facilité préférez des sacs à roulette. De préférence pas de valise rigide.

N'oubliez pas un petit sac à dos (~ 35 litres) où vous pourrez ranger les objets dont vous aurez besoin pendant la journée.

Au cas ou : Veuillez à prévoir en cabine de quoi "survivre" les premiers jours en cas de retard de votre bagage en soute. (Ex : brosse à dent, 1 t-shirt, polaire, chaussures de marche aux pied...)

Pour ceux qui terminerait leur voyage par les missions jésuites, vous laisserez vos affaires à Santa Cruz, pour n'emporter que le nécessaire pour les 3 jours.

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence.
Toutefois, il est demandé aux participants d'apporter leurs médicaments personnels : Elastoplast, aspirine, désinfectant, antiseptique intestinal... En cas de traitement médical, prévoir suffisamment de réserve pour toute la durée du séjour.

- ALTITUDE :

Le problème de l'altitude est dû au manque d'oxygène qui diminue au fur et à mesure que l'on s'élève en altitude. Pour pallier à ce manque, le corps va créer plus de globules rouges (qui fixent l'oxygène). Cette adaptation demande un certain temps. Il faut donc éviter de monter trop vite...
Sachez aussi que pour une même altitude, les effets du manque d'oxygène seront moins marqués dans les Andes centrales qu'en Himalaya ou à plus fortes raison que dans les Alpes. En effet, sous les tropiques la couche atmosphérique est plus épaisse.
Pour limiter ces effets outre une condition physique correcte, il faut limiter les efforts les premiers jours. Surtout ne pas forcer, ralentir le pas et éviter l'essoufflement. Buvez beaucoup : eau, thé, mate de coca. Evitez l'alcool, le café et les excitants durant les premiers jours.
En cas de problèmes (rares) nos équipes locales disposent d'oxygène.
Tous nos itinéraires respectent au mieux les paliers d'acclimatation. Toutefois il est difficile de prévoir un éventuel mal d'altitude. Pour cela nous formons régulièrement notre équipe locale à la sécurité en montagne.
Avant le voyage, pour ceux qui le souhaitent, il est également possible d'effectuer une téléconsultation par un des médecins spécialistes d'Ifremmont. Ce service est optionnel et les frais de consultations sont à votre charge (50€). Pour plus d'informations consulter : http://www.ifremmont.com/consultation.php
A noter que l'Ifremmont est un service de teleconsultation médicale qui permet de poser un premier diagnostic. Cette assistance médicale ne remplace donc en aucun cas une assurance rapatriement que nous recommandons vivement pour tous nos voyages.

- VACCINATION :

FIEVRE JAUNE
Si vous transitez par le Brésil, la vaccination contre le fièvre jaune est nécessaire pour sortir des aéroports brésiliens.
Sinon, pas de vaccin obligatoire, cependant, assurez vous que vous êtes à jours des vaccinations "classiques" : tétanos, diphtérie, poliomyélite et typhoïde. Les vaccins contre les hépatites A et B sont également recommandés.
La vaccination contre la rage peut également être proposée par votre médecin. En particulier, vue l'existence régulière de cas de rage humaine dans le pays, toute morsure par un chien " de rue " doit être

suivie d'une vaccination " préventive après exposition ". Demandez conseil à votre médecin ou à un centre de vaccinations internationales.

ACTUALISATION MAI 2017: Suite à l'apparition d'un cas récent, les autorités boliviennes recommandent aux voyageurs d'être vaccinés contre la fièvre jaune.
Le vaccin n'est pas obligatoire mais recommandé comme dans beaucoup de pays et par conséquent nous vous recommandons vivement de le faire pour votre sécurité et en cas de durcissement des contrôles aux frontières.

PALUDISME (ou malaria)
Vous n'êtes concernés que dans les régions situées à moins de 1800 m d'altitude. Région de Santa Cruz, missions Jésuites et tout le bassin amazonien. Le risque existe, cependant votre séjour y sera court et l'utilisation de bons répulsifs anti-moustiques ainsi que le port de vêtements à manches longues peut être suffisant. Sachez que le paludisme se transmet par piqûres de moustiques essentiellement aux heures proches du levé et du couché du soleil.
Nous n'encourageons pas l'usage de traitements préventifs alors qu'il ne sont pas nécessaires. En effet, outre les effets indésirables qu'ils affligent à notre organisme, ceux-ci peuvent provoquer une résistance des parasites et les populations locales sont alors démunies face à la maladie. dans tous les cas, nous vous recommandons d'en parler à votre médecin.

Avant le voyage, nous vous conseillons d'effectuer une téléconsultation par un des médecins spécialistes d'Ifremmont, l'institut de formation et de recherche en médecine de montagne basé à Chamonix, surtout si vous n'avez pas d'expérience de la haute altitude. Ce service est optionnel et les frais de consultations sont à votre charge (50€). Pour plus d'informations consulter :
http://www.ifremmont.com/consultation.php

Nous vous recommandons vivement une assurance rapatriement ou multirisques Atalante/Huwans pour tous nos voyages en altitude ou en milieu isolé. Cette assurance prend notamment en charge financièrement les frais de recherche et de secours en milieu isolé (et garantie le recours possible à un hélicoptère en cas d'accident grave). Les assurances liées à l'usage des cartes bancaires offrent des plafonds et des couvertures moindres que nos assurances qui sont elles spécialement étudiées pour nos voyages et les activités qui y sont pratiquées.

Formalités & santé

PASSEPORT

Valable 6 mois après la date de retour. Dès votre inscription, merci de nous communiquer vos coordonnées de passeport (Nom - Prénom - Date de naissance - N° de passeport - Date d'émission et date d'expiration.). Nous en avons besoin pour réserver vos vols intérieurs ou faire les demandes pour les entrées dans certains sites.
Merci de nous envoyer au plus tôt par mail (scan) ou par courrier (photocopie) la page de votre passeport contenant votre photo.
Pour les Dames, le nom de jeune fille l'emporte sur le nom marital ou le nom d'usage.

ATTENTION :
- vous devez impérativement NOUS COMMUNIQUER LES INFORMATIONS DU PASSEPORT valide que vous emmènerez avec vous. Si vous devez faire renouveler votre passeport, attendez d'avoir le nouveau pour nous en communiquer les informations, faute de quoi vous risquez d'être refusé dans certains sites.
- dans certains cas, peu fréquents, nous pouvons utiliser des compagnies américaines. Celles-ci font escale aux États-Unis et vous devez donc ÊTRE EN CONFORMITÉ AVEC LA RÈGLEMENTATION EN VIGUEUR EN CAS DE TRANSIT SUR UN AÉROPORT DES ÉTATS-UNIS.
- TOUS LES ENFANTS, quel que soit leur âge, doivent disposer d'un passeport individuel. Les enfants inscrits sur le passeport de leurs parents (même si le passeport est à lecture biométrique) devront obtenir un visa.

COMMENT SAVOIR SI VOTRE PASSEPORT EST VALABLE POUR UN TRANSIT VIA LES Etats-Unis :
- Passeport ancien modèle (lecture verticale de la page contenant la photo) : Non valable.
- Passeport à lecture optique (lecture à l'horizontale de la page contenant la photo et 2 lignes de codes sous la photo) : Valable si émis avant le 25 octobre 2005.
- Passeport délivré entre le 26/10/2005 et le 26/10/2006, valable s'il est à lecture optique avec photo numérique imprimée sur la page d'identification (la photo ne doit pas être collée).
- Passeport électronique ou biométrique (lecture à l'horizontale de la page contenant la photo ET SYMBOLE de PUCE ÉLECTRONIQUE sur la couverture (en dessous du mot « PASSEPORT »)) : Valable.

D'autre part :
- depuis janvier 2009, tout passager se rendant ou faisant escale aux Etats-Unis d'Amérique doivent avoir préalablement rempli le formulaire ESTA sur le site web suivant : https://esta.cbp.dhs.gov afin de recevoir une autorisation de voyage dans le cadre du programme d'Exemption de Visa.
Cette autorisation est valable 2 ans jusqu'à expiration du passeport.
Adultes et enfants (quel que soit leur âge) sont soumis à cette procédure. Le formulaire peut être rempli au plus tard 72 heures avant le départ mais il est recommandé de le faire aussitôt le voyage planifié.

Ce service est désormais payant : env. 14 $. Tapez bien l'adresse https://esta.cbp.dhs.gov car d'autres sites non officiels existent sur la toile et font payer ce service plus cher.
Veuillez noter que le programme informatique mis en place par le système ESTA ne permet pas de déterminer si les passeports sont valides pour se rendre aux Etats Unis dans le cadre du Programme d'Exemption de Visa. Le système ESTA enregistre simplement les données du passeport fournies par le voyageur. Il relève de la seule responsabilité du voyageur de vérifier si le passeport répond aux caractéristiques requises (source : Ambassade des Etats Unis en France).

- Le nom que vous renseignez sur le formulaire ESTA doit être LE MÊME QUE CELUI FIGURANT SUR VOS BILLETS D'AVION et doit (bien sûr) apparaître sur votre passeport. Si le mon utilisé sur le formulaire ESTA est différent que celui de votre billet d'avion, votre embarquement sera refusé par la compagnie aérienne. Notez que l'agence utilisera le nom que vous nous aurez communiqué le jour de votre réservation. Et qu'en cas de changement de nom après cette réservation, des frais pourront vous être appliqués (allant jusqu'à 100% du prix du billet si celui-ci a déjà été émis).

ARRIVEE AUX USA OU TRANSIT PAR LES USA :
A l'arrivée, les services de l'immigration prendront une photo de votre visage et vos empreintes digitales. Il faudra patienter derrière la ligne jaune et ne pas la franchir si vous n'y êtes pas invité, ça peut durer un certain temps. Les contrôles de douane se feront au premier point d'entrée sur le territoire (en cas de transit par un aéroport canadien, celui-ci sera considéré comme point d'entrée aux Etats-Unis et la procédure suivante devra être respectée). Un fois l'immigration passée, vous récupèrerez vos bagages sur les tapis roulants et vous devrez vous rendre à la douane.
En cas de continuation aérienne, vous devrez récupérer vos bagages et les apporter aux tapis-bagages qui desservent les correspondances (connecting flights). Ils seront alors acheminés vers votre destination finale.

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

Le visa n'est pas exigé des Français séjournant 90 jours maximum en Bolivie par période de 12 mois. Un cachet d'entrée valant autorisation de séjour de 30 jours est apposé sur le passeport à l'arrivée dans le pays. Cette autorisation peut être prolongée gratuitement à 90 jours par les services de l'immigration (à La Paz : avenida Camacho, 1433 - tél : 211.09.60). Les voyageurs doivent exiger l'apposition de ce cachet dès leur entrée sur le territoire bolivien, même par voie terrestre. En effet, dans le cas contraire, il ne leur serait plus possible de quitter le pays sans avoir fait régulariser leur situation et s'être acquittés d?une amende.

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives. Assurez-vous cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccins hépatite A et B également recommandés.
Pour les voyages incluant une incursion en Amazonie, le vaccin contre la fièvre jaune est recommandé.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs