



DEUzio

AU FIL DE L'AMAZONE, LOIN DU VACARME DU MONDE

MODE
QUEL LOOK ADOPTER
POUR QUEL FESTIVAL

SANTÉ
BOIRE CHAUD
QUAND IL FAIT CHAUD

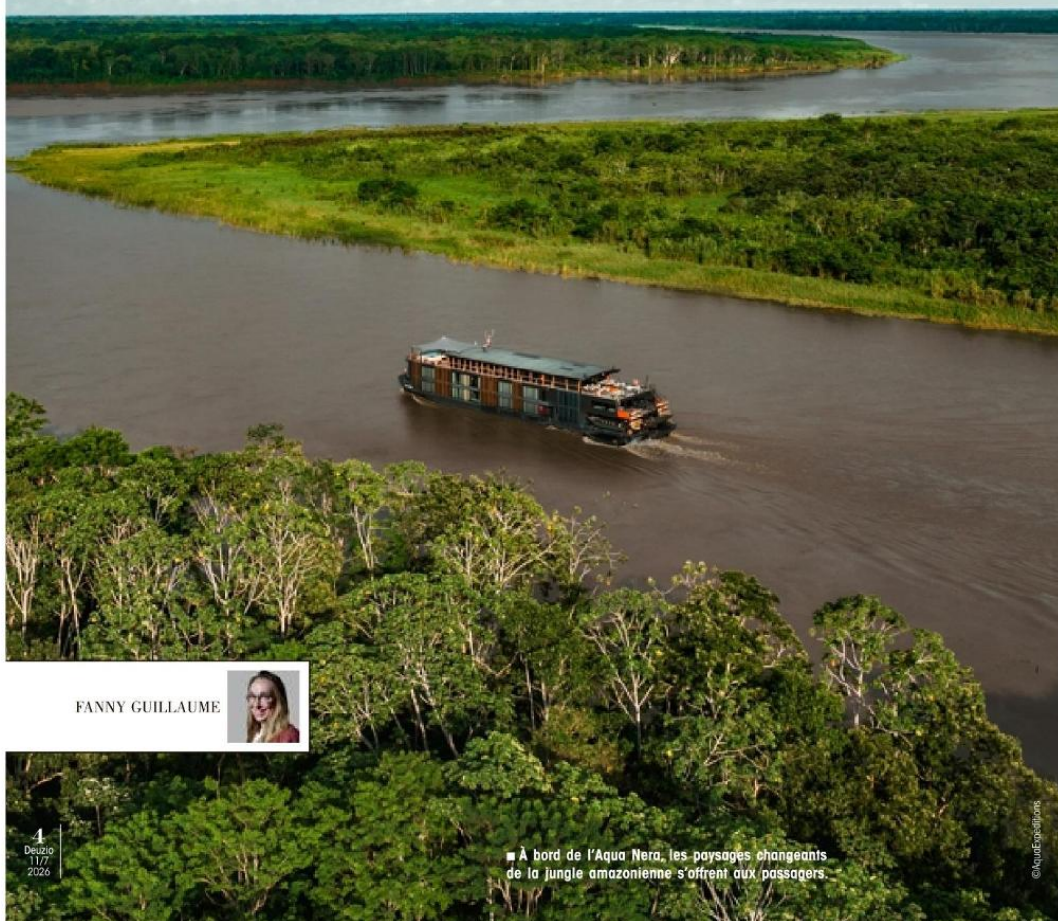
JARDIN
TOUT SAVOIR POUR
ARROSER SON JARDIN

11 JUILLET 2026 • N°28 • L'AVENIR . LA LIBRE . DH LES SPORTS+

AU FIL DE L'AMAZONE, LOIN DU VACARME DU MONDE

VOYAGE

À bord de l'Aqua Nera, on découvre paisiblement l'Amazonie et sa jungle luxuriante. Une croisière « boutique », où l'on se sent privilégié et chouchouté durant une semaine ressourçante.



FANNY GUILLAUME



■ À bord de l'Aqua Nera, les paysages changeants de la jungle amazonienne s'offrent aux passagers.

4
Deuzio
11/7
2026

@AquaExpeditions

Quand on pense au Pérou, notre imagination vagabonde immédiatement vers des sommets légendaires où des lamas règnent en maître et un Machu Picchu iconique qui attire inlassablement les touristes. Mais le Pérou c'est bien plus que ça ! C'est notamment le berceau d'un fleuve légendaire qui prend sa source au beau milieu des Andes et qui se déploie dans toute sa splendeur à la confluence des rivières Ucayali et Marañón. Ce fleuve, c'est l'Amazonie.

Long de plus de 7 000 km, l'Amazonie est le plus grand fleuve du monde (devant le Nil) mais les Européens en ont une vue tronquée. Généralement associé au Brésil où il a son embouchure, on s'intéresse fort peu à toutes les péripéties qu'il vit avant de se jeter dans l'Atlantique.

C'est justement cette nature luxuriante et toute l'histoire qui l'accompagne que la croisière sur l'Aqua Nera propose de découvrir. Oubliez tout de suite les paquebots monstrueux qui défigurent les côtes méditerranéennes, l'Aqua Nera est conçu pour se fondre dans le décor. Pouvant embarquer quarante passagers et autant de membres du personnel, le bateau glisse sur l'eau sans bruit faisant défiler le décor naturel somptueux qui s'offre dès le départ de la croisière, à Iquitos.

Accueillis en musique par l'équipage, les passagers découvrent ce qui sera leur maison pour les six prochains jours. D'apparence un peu rustique, le navire offre pourtant tout le confort souhaité et bien plus encore. Spacieuses, les cabines sont décorées avec beaucoup de goût et leurs baies vitrées dévoilent une vue splendide sur les rives changeantes du fleuve. Une belle salle d'eau donne à l'ensemble des airs de paisible sanctuaire où il fait bon se ressourcer en-



■ Les spacieuses cabines sont décorées avec goût et offrent un décor naturel qui évolue au fil de la croisière.

tre deux expéditions.

Le luxe de se laisser porter

Entre luxe discret et ambiance feutrée, le bateau propose de beaux espaces communs.

Sans surprise, c'est au bar que les passagers se rencontrent et échangent leur expérience et leurs souvenirs. De grands canapés invitent d'ailleurs à la discussion et les meubles en teck accueillent des livres d'art, de mode ou gastronomiques que chacun peut paisiblement feuilletter en sirotant un pisco sour confectionné par les toujours souriants Eduardo et Isaac. Ceux qui ne craignent pas la chaleur pousseront les portes pour déguster leur verre sur le pont ou se rafraîchir quelques instants dans la piscine.

À l'autre bout du pont, un espace en plein air accueille les passagers pour le petit-déjeuner lorsque les conditions météo sont bonnes. Et à l'intérieur, deux plus petites salles permettent de jouer au billard ou de vision-

*N'accueillant
que
40 passagers,
la croisière offre
une expérience
unique*

ner un film sur grand écran. Et durant notre séjour, une de ces pièces fut même transformée en cocon romantique pour un dîner aux chandelles demandé par l'un des passagers. Une petite salle de sport complète l'offre.

On l'aura compris, à bord de l'Aqua Nera, pas d'animation

bruyante ou de discothèque. La croisière offre une parenthèse enchantée dans un monde où la nature est reine. Un moment suspendu où tout est fait pour que les passagers oublient le vacarme du monde.



■ Le bar, là où les passagers échangent leur expérience et leurs souvenirs en sirotant un délicieux pisco sour.

@AquaExpeditions



■ Sur le pont avant, une petite piscine vient rafraîchir les passagers qui profitent d'une vue exceptionnelle.

@AquaExpeditions

5
Deuzio
11/7
2026

EXPÉDITION DANS UNE NATURE LUXURIANTE

AMAZONIE

Grâce à de petits bateaux à moteur, les passagers découvrent chaque jour les riches rives du fleuve.



A bord de l'Aqua Nera, malgré la quiétude ambiante, les journées sont bien remplies : on ne participe pas à ce genre de croisière pour se prélasser sur le pont en sirotant des cocktails. Ici, l'objectif est de découvrir le fleuve, ses rives, ses habitants et ses richesses.

Chaque jour, les passagers répartis en petits groupes, embarquent à bord de skiffs, de rapides petits bateaux à moteur, qui les emmènent explorer la jungle et sa faune surprenante. Pour les encadrer, ils peuvent compter sur l'œil aiguisé de guides et pilotes locaux qui repèrent bien avant eux les feuilles qui tremblent au loin indiquant qu'une famille de singes écureuil s'apprête à bondir d'une branche vers une autre ou le héron capé perché sur un tronc flottant, à deux doigts de prendre son envol. L'expérience de ces hommes du cru comme Alejandro, issu d'un des 51 groupes ethniques qui vivent dans la forêt ou Billy –



qui s'adresse aux passagers dans un parfait français – est irremplaçable. Au fil des sorties, chacun à leur manière, abreuve les passagers curieux de tout un tas de détails et d'anecdotes relatives à la faune mais aussi à la vie du fleuve qui chaque jour change de visage.

Un fleuve, deux ambiances

L'Amazonie, terrain de jeu de dizaines d'espèces animales, mue au fil des saisons et des pluies qui peuvent faire grimper son niveau de 10 à 15 mètres. « *Durant la saison haute, qui s'étend de décembre à mai, le niveau de l'eau*

augmente très fort et inonde une partie de la forêt, si bien que d'une semaine à l'autre certaines zones ne sont plus accessibles en skiff, explique Alejandro. *En été, le paysage est totalement différent : c'est plus compliqué pour naviguer parce que le fond argileux du fleuve change constamment et que l'espace pour piloter est fortement réduit. On ne peut plus admirer la vie de la jungle depuis les skiffs, mais on met pied à terre et c'est une tout autre aventure.* »

Des excursions au lever du soleil avec un délicieux petit-déjeuner servi au milieu de nulle part sont également au menu tout comme des sorties nocturnes. Celles-ci, inoubliables, permettent d'entendre le bruit de la forêt : les crapauds répondent aux singes hurleurs dans un brouhaha incompréhensible, alors que les lucioles dansent au ras de l'eau. Les passagers, silencieux, écoutent et tentent d'imprimer ces sons dans leur mémoire, observés non loin de là par les yeux luisants de quelques camémas.

Les femmes prennent le pouvoir

Une des problématiques les plus importantes des régions bordant l'Amazonie est sa déforestation, une ressource naturelle malheureusement pas inépuisable. Pour lutter contre ce fléau, plusieurs associations se sont intéressées aux populations de l'Amazonie afin de leur trouver d'autres sources de revenus. Dans le petit village Amazonas qui compte 250 âmes, ce sont les femmes qui génèrent des revenus supplémentaires grâce à l'artisanat.

Ici, on travaille les tiges des feuilles de palmier pour en faire des fibres très résistantes qu'elles utilisent pour confectionner les filets de pêche mais aussi toutes sortes de petits objets vendus ensuite aux touristes. Comme l'explique la responsable de ce groupe de femmes, Pancita, à Amazonas, on travaille de façon écoresponsable : « *Quand on coupe un arbre, on replante tout de suite. Pour le moment, nous comptabilisons 2 985 palmiers, mais notre ob-*

jectif est d'atteindre 10 000 palmiers d'ici 2030. »

Des teintures issues de la nature

Pour obtenir cette fibre, Pancita et les femmes du village travaillent les tiges des feuilles de palmier. Celles-ci sont d'abord séchées sept jours au soleil avant d'être lavées à l'eau et au citron puis bouillies et séchées à nouveau.

Les fibres sont ensuite colorées grâce à des pigments naturels. « *On utilise le fruit huito "verde", c'est-à-dire lorsqu'il n'est pas encore mûr pour donner la couleur noire, montre Pancita. Il y a aussi le curcuma pour le jaune, l'herbe tariri pour le rouge, l'achiote pour l'orange et le retama que l'on fait bouillir et reposer toute une nuit pour obtenir le brun.* » Des couleurs naturelles qui donnent aux plats, sacs tissés et petits animaux décoratifs leur spécificité.

Roulées sur la cuisse

Une fois que les fibres sont teintées on passe à la confection



■ Pancita et les femmes du village utilisent le cœur de la tige de palmier pour obtenir une fibre très résistante.



des objets et là aussi les techniques de tissages sont ancestrales et enseignées par les femmes plus âgées vers les plus jeunes. Et si certaines pièces sont tissées, d'autres sont réalisées à base de nœuds. C'est le cas des traditionnels bracelets porte-bonheur auxquels est attachée une graine de huayruro qui, selon la croyance populaire, assure la protection de Mère Nature. « *Pour réaliser ces bracelets, on transforme la fibre en corde très résistante et pour*

cela, on roule la fibre sur la cuisse, montre Pancita en relevant son ample jupe noire. On utilise ces cordes aussi pour les filets de pêche, c'est très solide. »

Ces petits objets artisanaux sont ensuite vendus lors de foires aux artisans à Lima, mais aussi aux touristes qui viennent visiter le village. « *Une part des revenus générés va à la famille et une autre part est investie dans la plantation de nouveaux palmiers.* »

Le miel rare d'Heriberto

Suivant la même idée de trouver d'autres sources de revenus que le bois, nous rencontrons Heriberto Vela. Dans son village de San Francisco, en bordure d'Amazonie, il prend soin de 68 ruches qui donnent un miel rare et plein de saveur. « *J'ai commencé en 2018 après avoir trouvé deux nids dans la réserve de Pacaya Samiria, explique le père d'une famille de 12 enfants. Je ne connaissais rien au processus de la fabrication du miel : c'est un professeur d'université en visite au village qui m'a appris tout ce que je sais aujourd'hui.* »

Fier de son apprentissage, il enseigne aujourd'hui aux enfants des collégiés, l'importance de la préservation des abeilles d'Amazonie ; une espèce différente de celle que nous connaissons ; dépourvue de dard. « *Les arbres et la forêt sont très importants pour nos communautés et les abeilles y jouent un rôle essentiel pour la pollinisation. Il faut donc les protéger tout*

comme on protège les arbres et lorsqu'on coupe un arbre pour construire une habitation par exemple, nous en replantons deux ou trois. »

Le miel d'Heriberto est récolté tous les trois mois avec une patience de moine : il prélève le miel à la seringue directement dans les alvéoles pour ne pas contraindre

ses abeilles à tout reconstruire. Et quand on lui demande pourquoi, il n'exploite pas plus de ruches ou des ruches de plus grande capacité, Heriberto sourit et répond : « *Parce que si je faisais ça, je devrais travailler beaucoup plus ! Et ma famille n'a pas besoin de plus...* » Une philosophie à méditer.



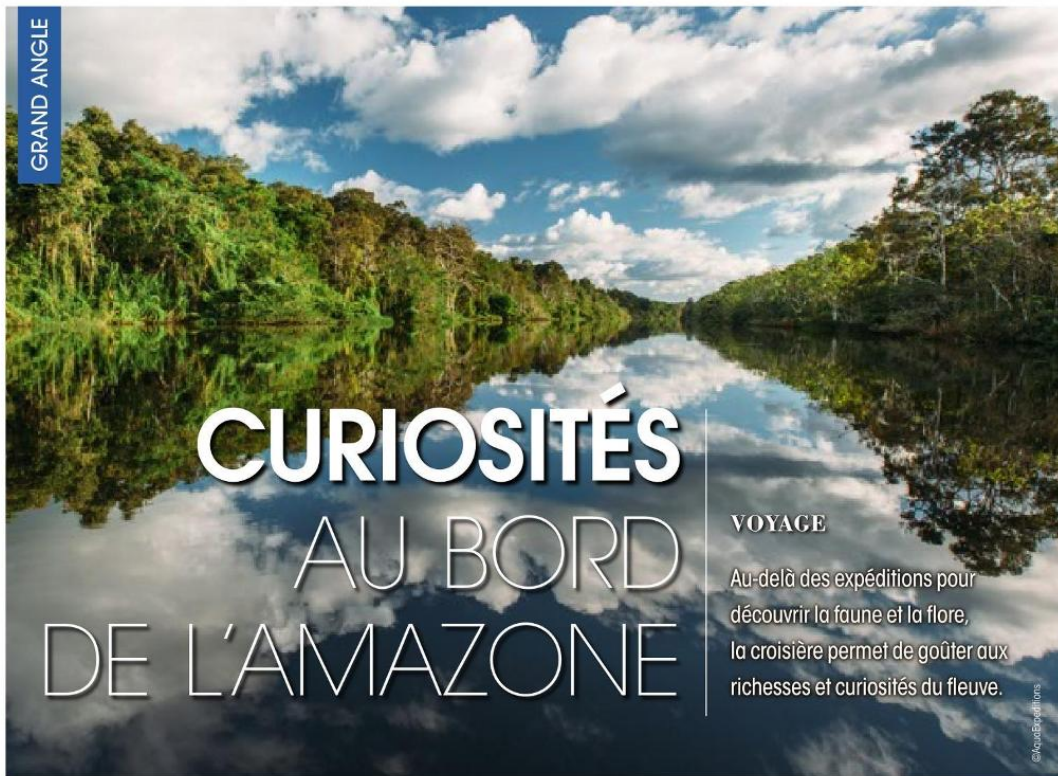
■ Heriberto est devenu le gardien des abeilles de l'Amazonie avec ses 68 ruches qui produisent un miel rare.

Infos pratiques

Les croisières Aqua Nera Amazon River Cruise se font à partir de la ville d'Iquitos ou depuis la ville portuaire de Nauta (une navette emmène les passagers depuis Iquitos jusqu'à Nauta).

Une croisière de 8 jours/7 nuits depuis Iquitos jusqu'à Iquitos : à partir de 10 480 € (départs les 31 octobre et 5 décembre 2026, et le 23 janvier 2027). Des séjours plus courts sont également possibles en 3 nuits, en mode « découverte », à partir de 3 280 €, et en 4 nuits, à partir de 4 370 €. Toutes les activités et les repas sont compris dans le prix.

Les passagers francophones ont désormais le confort de bénéficier de guides parlant très bien le français. La compagnie propose également des programmes vols + programmes avant & après croisière : à la découverte de Lima (à partir de 2 950 €) et légendes et trésors incas et découverte de Lima (7 250 €). www.aquaexpeditions.com



CURIOSITÉS AU BORD DE L'AMAZONE

VOYAGE

Au-delà des expéditions pour découvrir la faune et la flore, la croisière permet de goûter aux richesses et curiosités du fleuve.

■ Le fleuve et sa jungle regorgent de richesses et de curiosités qui ne demandent qu'à être découvertes.

Une gastronomie savoureuse

À bord de l'Aqua Nera, les repas font partie de l'expérience. Dès le petit-déjeuner, les papilles découvrent de nouvelles saveurs sucrées et salées et les palais curieux sont au paradis. La carte, imaginée par le chef Pedro Miguel Schiaffino, conjugue les produits amazoniens à l'inventivité péruvienne. En cuisine, le chef Juan Pedro et son équipe parviennent à sublimer une simple salade de cœur de palmier ou à transformer le fameux « catfish » de l'Amazonie en délicieuse « patarashca », plat traditionnel ultra-savoureux. Le service à table est assuré par une équipe souriante et au petit soin faisant de chaque repas, un moment privilégié dans le plus beau des décors naturels.



■ Le chef Juan Pedro prépare la patarashca en salle avec des ingrédients locaux dont le fameux « catfish ».



■ Une sympathique grenouille d'à peine 5 centimètres mais qui vous empoisonne dès que vous la touchez !

Petites bestioles et grands dangers

Dans la jungle amazonienne, le danger se cache presque partout. Cette souche d'arbre ? Un anaconda enroulé sur lui-même. Cette grande feuille qui semble jaunir par la chaleur ? Une colonie de guêpes aux piqûres très douloureuses ? Et cette minuscule grenouille ? Recouverte d'un poison mortel qui vous achève en quelques heures... Et on ne parle même pas de la tarantule « Goliath » qui projette ses poils urticants quand elle se sent en danger ou des fourmis « balle de fusil » dont la piqûre est l'une des plus douloureuses au monde, nous glisse notre guide francophone Christian, avec un large sourire. Une jungle aussi captivante qu'effrayante.

Marché coloré

Comme partout dans le monde, le marché est une bonne façon de découvrir les habitudes locales et de goûter aux curiosités du cru. L'Amazonie ne fait pas exception à Nauta, ville portuaire de 35 000 âmes, le marché regorge de fruits appétissants, de piments de toutes les tailles, d'agrumes encore jamais vus, mais aussi de poissons fraîchement pêchés (et quelques caïmans illégalement pris dans les filets) et d'innombrables volailles. Comme à Iquitos où on en compte des milliers, ce sont les « motocars » comme on les appelle au Pérou, qui véhiculent les habitants venus faire leurs courses. Très pratique, mais un peu chaotique.



■ Les étals du marché de la petite ville portuaire de Nauta sont très colorés et poussent à la curiosité.



■ La pêche aux piranhas activité joyeuse et dépaysante proposée aux passagers durant la croisière.

Pêche aux piranhas

Durant leur séjour, les passagers de l'Aqua Nera sont invités à pratiquer quelques activités canoë, nage dans l'Amazonie, mais aussi pêche aux piranhas ! Ces charmants poissons qui raffolent de viande fraîche pullulent dans les eaux troubles de l'Amazonie et lorsqu'un pauvre pêcheur amateur agite un morceau de steak au bout de sa canne en bambou, ils affluent comme des sauvages. « Les pilotes savent exactement où emmener les passagers pour ce genre de pêche, donc généralement, elle est plutôt bonne », sourit Christian. Quelques vilains poissons aux nombreuses dents très pointues seront effectivement pêchés et relâchés aussitôt : « On ne les mange pas : ils ont très peu de chair et surtout on ne sait pas quelle charogne, ils ont bouillotté avant ! ».



Chamane hypnotique

Au cours d'une chaude après-midi, les passagers qui le désiraient, ont pu rencontrer Carola, l'hypnotique chamane de neuf communautés locales. Elle les a accueillis dans la « cocamera », sorte de maison cérémonielle à deux portes pour leur expliquer son parcours et l'importance du chamane pour les villageois qui peuplent les rives de l'Amazonie. Ces hommes et ces femmes étudient les plantes de la forêt durant de nombreuses années afin d'en connaître les vertus guérisseuses. Chaque feuille, écorce, racine, liane... peut se révéler utile. Ils sont également les gardiens de l'ayahuasca, potion psychotrope que l'on boit lors d'une cérémonie très codifiée afin de purifier le corps et l'esprit.



■ Depuis dix-neuf ans, Carola est la chamane de neuf communautés qui vivent en bordure d'Amazonie.

CEVICHE ET PISCO SOUR

Deux délicieuses spécialités se disputent le cœur des touristes : le ceviche et le pisco sour. À bord de l'Aqua Nera, les passagers dégustent l'un et l'autre et assistent même à des démonstrations du chef Juan Pedro et des barmen qui en expliquent toutes les subtilités avant de les déguster.

