



Isla del Sol : une île culminante du lac Titicaca

Dernière mise à jour le 28/06/2024

Isla del Sol : une île culminante du lac Titicaca

Il était une fois une **île sacrée** perdue dans l'immensité d'un lac : l'**Isla del Sol**. En voyage dans la région du lac Titicaca, berceau des Incas, il est possible de faire un tour d'horizon de cette belle contrée [côté Bolivie](#).

Entre légendes, traditions et richesses naturelles, le lac renferme beaucoup de trésors à explorer, dont cette très belle île.

Isla del Sol : une des perles du grand lac Titicaca.

L'île du Soleil, dite « Isla del Sol », est **la plus grande île du lac**. Elle appartient à la municipalité de Copacabana, située dans le département de La Paz, en Bolivie. Culminant à près de 4 000 mètres d'altitude, la vue et le panorama d'ensemble sur le lac Titicaca sont tout simplement magiques et paisibles.



Découvrez l'un des plus hauts lacs navigables au monde : le Titicaca.

En Amérique latine, il existe plusieurs pays ayant des **frontières naturelles** extraordinaires. Celle qui chevauche le Pérou et la Bolivie, dans [la cordillère des Andes](#), c'est [le lac Titicaca](#). Étendue d'eau paisible, où se réfléchissent plusieurs nuances de bleu variant selon les saisons et climats, la réserve nationale du Titicaca abrite également une grande biodiversité à apprécier pendant une des traversées proposées sur le lac.

Il est l'un des plus grands lacs d'Amérique du Sud et à la fois **un des plus hauts lacs navigables du monde**, avec une altitude de 3 800 mètres, une information clé à noter afin de prendre ses précautions et ne pas souffrir du [mal des montagnes](#).

60 % du lac se trouvent du côté du territoire péruvien, à partir duquel il est possible de visiter plusieurs très belles îles telles que **Amantaní** et **Taquile**, ou encore la paisible et secrète île **Ticonata**. Toutes sont accessibles depuis la ville principale au bord du lac, [Puno](#), ou depuis la presqu'île de Capachica.

Puno est souvent une ville « étape » pour les voyageurs qui viennent d'[Arequipa](#) avant de découvrir le lac Titicaca, et ensuite de continuer leur itinéraire vers [Cuzco](#) et [le Machu Picchu](#). Néanmoins, si vous souhaitez poursuivre un peu plus la découverte des îles de ce grand « miroir bleu », il est aussi possible de traverser la frontière séparant le Pérou de la Bolivie en partant justement depuis Puno, par exemple en bus. Chose importante : **le passage de frontière ne peut se faire que par voie terrestre**, car comme vous l'imaginez, il n'y a pas d'agent de migration au milieu du lac attendant les touristes dans son petit zodiaque pour apposer le visa sur les passeports.



Avec [la Premium Plus](#), il est possible de bénéficier d'un transport privé pour s'assurer une traversée sans encombres de la frontière. N'hésitez pas à demander conseil à Serge sur [le Forum ToutPérou](#)

Comment se rendre à l'Isla del Sol ?

Une fois arrivé sur territoire bolivien, vous pouvez vous rendre à l'Isla del Sol depuis la station balnéaire de Copacabana. Située à 5 kilomètres de la frontière avec le Pérou et sur l'axe touristique principal entre Cuzco et La Paz, elle est une ville « étape » pour explorer le lac Titicaca côté Bolivie, tout comme l'est la ville de Puno au Pérou.

Si vous avez de la chance, vous pourrez partir directement pour l'Isla del Sol en bateau depuis le petit port de Copacabana aux deux uniques horaires proposés : 8 h 30 et 13 h 30. Comptez environ 1 h 15 de trajet.

Si vous avez loupé le coche, plusieurs hébergements sont proposés à Copacabana pour passer la nuit. Dans l'après-midi, vous pouvez visiter le grand édifice blanc de la **basilique Notre-Dame** située sur la place principale, puis vous réveiller de bon matin pour prendre la navette de 8 h 30, direction Isla del Sol.

Pour le retour, les départs de l'Isla del Sol pour revenir à Copacabana sont prévus à 10 h 00, 15 h 00 et 16 h 00.



Histoire, Incas, artisanat et un incroyable panorama depuis l'Isla del Sol.

L'Isla del Sol détonne dans un premier temps de par le contraste fascinant des courbes de l'île, parfaitement dessinées et ancrées sur le lac Titicaca, et observables du haut de son point culminant, à 4 000 mètres d'altitude.

Dans un second temps, il est impressionnant de voir la structure des **cultures en terrasses** façonnées par les indigènes amérindiens, et ce, malgré le relief très vallonné et rocheux de l'île. Une vraie prouesse technique pour l'époque.

À l'époque des Incas, des sites historiques à découvrir sur l'île.

A l'époque des Incas, l'île était un sanctuaire où vivaient des divinités dédiées au Dieu-Soleil. De là provient justement son nom.

Aujourd'hui, l'île recèle à peu près d'une centaine de **ruines, vestiges des civilisations incas**. L'une d'entre elles est plus importante que les autres, c'est celle du « **Palacio de Pilkokaina** », le Temple du Soleil.

Vous n'êtes pas obligé de faire appel à un **guide** pour vous balader sur les sentiers, même si la participation de ce dernier peut favoriser l'économie de la communauté. Par la même occasion, il peut vous révéler plein de **petits secrets historiques inattendus** qui ne seraient pas parvenus aux oreilles de **Serge de ToutPérou**, malgré sa bonne volonté pour vous guider au mieux dans votre voyage.



L'avantage d'accéder à toutes **ces ruines incas** mythiques, c'est également la vue imprenable et dégagée à 360 degrés sur le lac Titicaca et la cordillère des Andes enneigée en arrière-plan. Splendide !

Un partage authentique : traditions, artisanat et peuples amérindiens.

L'Isla del Sol regroupe deux communautés natives : les Challapampa et les Yumani. Ce sont des peuples amérindiens d'origine **quechua** et **aymara** qui parlent ces langues ancestrales mais pour certains aussi [la langue espagnole](#). Les principales activités dites « économiques » de l'île sont l'agriculture, la pêche et le tourisme, tout comme dans les îles péruviennes du [lac Titicaca](#).



Sur place, durant votre exploration à pied de l'île, vous pourrez découvrir en chemin **les produits artisanaux** faits à la main des communautés. Ce sont principalement des vêtements et autres ornements constitués de tissus traditionnels boliviens. Il y a beaucoup de similitudes avec l'artisanat péruvien mais votre achat souvenir de l'Isla del Sol contribue à la pérennité de l'économie locale. C'est aussi un moment pour **échanger**, les communautés seront ravies de partager avec vous **leurs traditions et savoir-faire**.



Pour les gastronomes, ne manquez pas de goûter **la pêche locale** appelée « trucha » (truite), déclinée sous différents saveurs et assaisonnements et servie avec du quinoa ou des pommes de terre. En prime, les divers restaurants vous offrent en général des tables avec vue sur la lac.

Se réveiller au soleil levant sur le lac Titicaca pour un séjour déconnecté.

L'exploration de l'île achevée, si vous décidez de rester, une nuit paisible vous attend dans un logement simple mais authentique, avec un réveil en douceur face à l'immensité du lac scintillant au matin.

C'est le moment de recharger les batteries pour la suite de votre **voyage au Pérou** ou en Bolivie.



Pas de bruit de moteurs ni de klaxons, le seul moyen de transport des habitants de l'île étant les mules. De quoi déconnecter à 100 % avec la vie agitée des grandes villes comme La Paz en Bolivie ou [Lima au Pérou](#).

À savoir : il y a à peine quelques mois, l'Isla del Sol a été secouée par des conflits internes entre communautés vivant sur l'île. La gestion du tourisme fut le principal sujet de dispute entre les habitants du nord et du sud. Durant cette période, l'accès aux sentiers menant d'une partie à l'autre de l'île fut restreint, voire bloqué aux touristes. Aujourd'hui, les tensions se sont apaisées et tout est rentré dans l'ordre.