



📍 COLOMBIE

Un fascinant voyage à l'état pur!

16 jours



Voyages
traditours
au cœur des traditions

Votre itinéraire de 16 jours

Du 31 octobre au 15 novembre 2025



Jour 1 | Montréal - Bogota

Rencontre avec notre accompagnateur de l'équipe Traditours à l'aéroport de Montréal. Assistance aux formalités d'enregistrement et envol à destination de Bogota, capitale de la Colombie. Située à 2 640 m d'altitude, Bogota est la troisième plus haute capitale au monde! Dès notre arrivée, nous serons accueillis par notre guide national. Transfert dans le centre historique et installation à l'hôtel. Nuit à Bogota.



Jour 2 | Bogota

Déjeuner. Visite de Paloquemao, le plus grand marché de Bogota. Sur place, une dégustation de fruits exotiques nous sera offerte au grand plaisir de nos papilles. Ensuite, nous ferons une visite guidée, à pied, de La Candelaria, centre historique de la capitale. Au fil de ses ruelles pavées, nous aurons le plaisir de découvrir la place Chorro de Quevedo, le lieu où Bogota fut fondée en 1538, la fameuse place Bolivar bordée par le capitol national, le palais de justice, l'hôtel de ville, la cathédrale Primada, la chapelle du Sagrario, le palais de l'Archevêché, etc. Nous poursuivrons avec la visite du musée de l'Or, l'un des musées les plus fascinants d'Amérique du Sud, abritant la plus importante collection d'orfèvrerie préhispanique au monde. Dîner au restaurant. Par la suite, visite du musée Botero qui présente les oeuvres du plus célèbre des artistes colombiens, Fernando Botero. Souper dans un restaurant colonial où nous assisterons à un spectacle de danses traditionnelles, avec dégustation d'*aguardiente*. Retour à l'hôtel et nuit à Bogota.

★ À ne pas manquer

- Visite de Paloquemao et dégustation de fruits exotiques
- Visite guidée à pied du centre historique de Bogota, incluant la place Bolivar
- Visite du musée de l'Or et du musée Botero



Jour 3 | Bogota - Cali (vol intérieur)

Déjeuner selon l'horaire du vol. Transfert à l'aéroport de Bogota et envol à destination de Cali, troisième plus grande ville de Colombie et capitale de la salsa. Dès notre arrivée, nous nous rendrons au sommet d'une colline qui abrite la statue du Christ-Roi mesurant 21 m. Ici, nous profiterons d'une vue panoramique sur la ville. Dîner. C'est à pied que nous ferons la visite guidée du quartier historique avec la découverte des églises La Merced et La Ermita, de la place de Caicedo, le cœur de la ville bordé par la cathédrale San Pedro et le palais de justice. À proximité, nous verrons le théâtre municipal Enrique Buenaventura dont l'architecture date du début du 18^e siècle. Visite du micro-musée dédié à Niche, un groupe de musique salsa originaire de Cali. Fondé dans les années 1980, il jouit d'une grande popularité en Amérique latine. Nous profiterons d'une dégustation de spécialités afro-colombiennes en cours de visite. Puis, nous ferons une balade dans le parc des Chats qui doit son nom aux nombreuses statues de chats qui l'habitent. Pour faire honneur à la ville, nous assisterons à un spectacle de salsa dans l'un des meilleurs cabarets de Cali tout en savourant un délicieux repas. Installation à l'hôtel et nuit à Cali.

★ À ne pas manquer

- Visite guidée de la ville de Cali avec, entre autres, la statue du Christ-Roi et le quartier historique
- Visite du micro-musée dédié à Niche, un groupe de musique salsa célèbre en Colombie



Jour 4 | Filandia – Salento

Déjeuner. Route vers la région du café, également connue sous le nom de « Triangle du café », paysage culturel unique inscrit au patrimoine de l'UNESCO. Arrivée à Filandia et dîner dans un restaurant réputé pour son fameux *bandeja paisa*, plat typique que nous dégusterons. Visite guidée du charmant village de Filandia, fondé en 1878, et découverte de sa place principale avec ses maisons colorées et sa majestueuse église. Nous aurons beaucoup de plaisir à flâner dans l'une de ses rues typiques bordées de boutiques d'artisanat et visiterons un atelier de vannerie traditionnel. Poursuite vers Salento, cité bigarrée qui se distingue par son architecture coloniale. Nous nous rendons à son mirador afin de profiter du panorama sur la profonde vallée. Transfert et installation à l'hôtel. Temps libre. Souper au restaurant. Nuit à Salento.

★ À ne pas manquer

- Le paysage culturel du « Triangle du Café » inscrit au patrimoine de l'UNESCO
- Visite guidée du village de Filandia
- Dégustation d'un plat typique : la *bandeja paisa*
- Découverte du commerce artisanal dans une vannerie traditionnelle



Jour 5 | Vallée du Cocora – Salento

Déjeuner. Départ en Jeep Willys pour nous rendre jusqu'à la fabuleuse vallée de Cocora, le berceau du palmier à cire, l'arbre national du pays pouvant atteindre 60 m de haut! Découverte de ses paysages verdoyants et vallonnés lors d'une randonnée facile en longeant les eaux de la rivière Quindio. Dîner. La Colombie étant le deuxième plus grand producteur mondial de café, nous ne manquerons pas de visiter une *finca* (ferme caféière) afin de mieux connaître l'univers du café et où le processus de production nous sera expliqué de manière détaillée; nous finirons par une délicieuse dégustation. Retour à l'hôtel. Souper au restaurant. Nuit à Salento.

★ À ne pas manquer

- Visite de Salento, découverte du mirador et visite d'une *finca* avec dégustation de café
- Petite balade au milieu des palmiers de cire dans la Vallée du Cocora



Jour 6 | Medellín

Déjeuner. Départ pour Medellín, célèbre pour avoir été le centre du cartel homonyme, dirigé par le baron de la drogue Pablo Escobar, des années 1970 au début des années 1990. Elle est maintenant connue comme étant une des villes les plus attractives du pays. La ville de l'éternel printemps a réussi à changer son passé lié à la violence et fait partie des incontournables lors d'une première visite en Colombie. Nous commencerons par la visite de la colline Nutibara, emblème de la ville situé à une hauteur de 180 m permettant ainsi une vue panoramique de Medellín. Dîner. En après-midi, accompagnés de notre guide local, nous continuerons d'explorer le centre historique en parcourant les sites les plus représentatifs. Puis, nous ferons la visite de deux des incontournables de la ville: le parc Berrio et la sublime Plaza Botero. Transfert et installation à l'hôtel. Souper. Nuit à Medellín.

★ À ne pas manquer

- Visite de la colline Nutibara, emblème de la ville
- Visite du centre historique, du parc Berrio et de la sublime Plaza Botero



Jour 7 | Medellín

Déjeuner. Ce matin, nous poursuivrons notre visite de la spectaculaire ville de Medellín. Balade en téléphérique sur les quartiers et communes qui sont aujourd'hui un exemple d'intégration sociale. Une visite incontournable qui nous montrera un modèle de transformation exemplaire où repose maintenant l'harmonie et la paix. Dîner. Ensuite, nous nous dirigerons pour une visite à pied à travers l'un des endroits les plus célèbres de Colombie depuis les années 90, la commune 13. Ce quartier était autrefois l'un des plus dangereux de la ville de Medellín, influencée par Pablo Escobar. Aujourd'hui c'est l'un des endroits les plus visités pour observer ses rues colorées et son art urbain spectaculaire. Au cours de la visite, en compagnie de notre guide local, nous comprendrons, d'un autre point de vue, les années rouges de la violence en Colombie. Le soir nous aurons le privilège de souper dans l'un des endroits les plus représentatifs de la ville, ou nous assisterons à un spectacle de Tango, tout en dégustant une bière nationale. Retour et nuit à l'hôtel de Medellín.

★ À ne pas manquer

- Balade en téléphérique sur les quartiers et communes de Medellín
- Spectacle de Tango, avec dégustation d'une bière nationale



Jour 8 | Guatapé

Déjeuner. Ce matin, nous quittons la ville pour se diriger vers l'un des plus beaux villages de Colombie, Guatapé. Nous pourrions admirer les fresques colorées des maisons qui racontent les coutumes et les légendes de ce charmant village. Nous ferons la découverte de la destination la plus impressionnante de Medellín, la Piedra del Peñol, vieille de 65 millions d'années. Ce gigantesque monolithe de pierre de plus de 200 m de haut offre une vue imprenable sur la vallée et le lac de Guatapé. D'ailleurs, c'est à bord d'un navire que nous pourrions le mieux admirer cet énorme rocher. Dîner et apéritif seront servis au cours de cette agréable croisière sur le barrage. Puis, nous atteindrons nos lodges situés directement dans ce cadre naturel et enchanteur. Installation et souper au cœur des écolodges. Le soir venu, nous pourrions nous reposer devant un chaleureux feu de camp tout en profitant de la tranquillité et de la quiétude de l'endroit. Nuit à Guatapé.

★ À ne pas manquer

- Visite à pied du beau petit village coloré de Guatapé
- Navigation à travers le barrage afin d'admirer la spectaculaire vue qu'offre l'énorme pierre du peñol



Jour 9 | Medellín — Bucaramanga (vol intérieur) — Canyon de Chicamocha — Bucaramanga

Déjeuner selon l'horaire du vol. Transfert à l'aéroport de Medellín et envol à destination de Bucaramanga. Aussitôt arrivée nous débuterons notre journée dans le parc national de Chicamocha. Nous parcourons l'impressionnant canyon de Chicamocha à bord du téléphérique qui se trouve à 6,2 km au-dessus de l'immense gouffre. La magnificence du paysage est à couper le souffle. Puis, après le dîner nous ferons la visite de l'une des meilleures fermes de café de la région où l'un des cafés les plus chers au monde est produit dans ses cultures. Guidée par des experts, nous nous promènerons à travers les plantations en plus d'avoir l'occasion de participer à une dégustation. Que serait un voyage en Colombie sans l'opportunité de déguster un délicieux café Colombien. Installation à l'hôtel. Souper. Nuit à Bucaramanga.

★ À ne pas manquer

- Panorama sur l'impressionnant canyon du Chicamocha, le plus profond au monde
- Traversée du canyon en téléphérique
- Visite d'une ferme réputée pour son café biologique suivi d'une dégustation



Jour 10 | Barichara

Déjeuner. Départ pour une visite guidée qui nous permettra de découvrir les nombreux attraits de Barichara. Fondée en 1705, elle est reconnue comme étant le plus beau village colonial de Colombie en raison de son architecture et de son héritage culturel. À travers ses ruelles pavées, nous découvrirons la chapelle Santa Barbara, le parc des Arts, le cimetière avec ses tombes particulières, la chapelle San Antonio, le parc principal avec la cathédrale de l'Immaculée Conception et le mirador, endroit idéal pour profiter du panorama sur la cordillère et le canyon de Suarez. Dîner. Par la suite, les secrets des artisans locaux nous seront dévoilés lors d'une activité de peinture avec de la terre mélangée à des pigments naturels. Installation à l'hôtel, souper et nuit à Barichara.

★ À ne pas manquer

- Visite de la ville incluant la chapelle Santa Barbara
- Activité de peinture avec de la terre mélangée à des pigments naturels



Jour 11 | Barichara – Villa de Leyva

Déjeuner. L'une des expériences les plus spectaculaires à Barichara est de pouvoir partager, avec l'aide des artisans les plus remarquables de la région, les secrets de la fabrication de produits fiques et du maniement du métier à tisser. Dîner. Poursuite vers Villa de Leyva. Arrivée et tour d'orientation de cette étonnante cité coloniale fondée en 1572, intégralement préservée, tout comme ses rues pavées. Avec ses 14 000 m², la Plaza Mayor est l'une des plus grandes places d'Amérique latine! Nous aurons le plaisir de faire une partie de *tejo*, jeu traditionnel et passe-temps très populaire. Installation à l'hôtel. Souper. Nuit à Villa de Leyva.

★ À ne pas manquer

- Activité de création à partir des produits de fiques avec des artisans locaux
- Promenade au coeur de la place principale l'une des plus grandes de l'Amérique latine
- Participation à une partie de *tejo*, jeu traditionnel



Jour 12 | Villa de Leyva – Raquira – Zipaquira – Bogota

Déjeuner. Départ pour la visite du musée du Fossile abritant, entre autres, un kronosaurus, ancien reptile marin datant de 120 millions d'années; découvert sur place, il mesure 7 mètres ! Route en direction de Ráquira, village reconnu pour ses poteries. Visite d'une fabrique où toutes les étapes de fabrication ancestrales nous seront dévoilées. Découverte de Ráquira et dîner au coeur de ce village coloré. Puis nous continuons vers le sud pour rejoindre la ville Zipaquira. Visite de l'incroyable cathédrale de sel souterraine, considérée comme une des sept merveilles de la Colombie! Installation, souper et nuit à Bogota.

★ À ne pas manquer

- Exploration du musée du Fossile abritant un kronosaurus de 120 millions d'années
- Découverte de la capitale artisanale de la Colombie
- Visite d'une fabrique de poterie tradition ancestrale des civilisations précolombiennes



Jour 13 | Bogota - Carthagène (vol intérieur)

Déjeuner selon l'horaire du vol. Transfert à l'aéroport de Bogota et envol à destination de Carthagène. Nous entamons notre périple avec la visite guidée de Carthagène, la perle des Caraïbes fondée en 1533 et classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Dîner dans le quartier populaire de Getsemani qui regorge de Street Food. Non loin du centre historique, se cache ce quartier débordant de vie, où les habitants de Carthagène se rassemblent pour jouer aux dominos et partager entre amis. Nous nous délecterons d'un apéritif tropical sur la place de la Trinité, au rythme de la champeta, musique locale et où le mouvement de l'indépendance colombienne a pris naissance. Au coucher du soleil, nous naviguerons à bord d'un yacht dans la baie de Carthagène afin de profiter d'une vue imprenable sur Bocagrande et la ville illuminée. Retour au port. Souper au restaurant. Nuit à Carthagène.

★ À ne pas manquer

- Temps libre pour profiter de la ville de Carthagène
- Apéritif sur la place de la Trinité, puis balade dans le quartier populaire de Getsemani
- Coucher de soleil à bord d'un yacht dans la baie de Carthagène avec une vue imprenable sur Bocagrande



Jour 14 | Carthagène— Îles du Rosaire — Carthagène

Déjeuner. Départ pour se rendre au port de Carthagène. Embarquement à bord du bateau et navigation en direction des îles du Rosaire, un archipel situé au large de Carthagène, afin de profiter de l'une des vingt îles et îlots du parc national. Arrivée sur l'île, cocktail de bienvenue et journée de détente et de baignade. Dîner sur place. Navigation vers le port de Carthagène. Souper au restaurant. Retour et nuit à Carthagène.

★ À ne pas manquer

- Excursion en bateau depuis Carthagène jusqu'aux îles du Rosaire
- Journée de détente et de baignade sur une des îles paradisiaques de l'archipel du Rosaire



Jour 15 | Carthagène

Déjeuner. Visite du château de San Felipe de Barajas, prouesse de l'architecture militaire espagnole du 17^e siècle. Dès que nous franchirons ses fortifications, nous plongerons dans son riche passé historique et tomberons sous le charme de cette séduisante cité à l'architecture à couper le souffle ! Au fil de ses ruelles, nous découvrirons le quartier Santo Domingo avec sa place abritant une somptueuse sculpture signée Botero et son église de style baroque, puis la cathédrale Santa Catalina de la Alejandria, un véritable bijou; l'église San Pedro Claver, l'un des édifices majeurs de la cité consacrée au missionnaire jésuite qui a travaillé pour l'abolition de l'esclavage; la place Bolivar où se dresse la statue du libérateur; la place des Calèches dominée par la statue de Pedro de Heredia, le fondateur de la ville, et la tour de l'Horloge surplombant l'ancienne porte principale depuis 1888. Dîner. Découverte du quartier San Diego qui s'enorgueillit des plus jolies rues coloniales de la ville. Nous verrons la place Fernandez de Madrid, le palais des Beaux-Arts, l'ancien couvent Santa Clara et la maison du célèbre écrivain Gabriel García Márquez. Nous terminerons aux arcades de Las Bovedas, anciens entrepôts aménagés à la fin du 17^e siècle, abritant désormais des échoppes artisanales. Souper d'au revoir avec vin dans un restaurant réputé du centre historique. Nuit à Carthagène.

★ À ne pas manquer

- Visite du château de San Felipe de Barajas, prouesse architecturale
- Visite guidée de Carthagène
- Découverte du quartier San Diego
- Souper d'au revoir dans le centre historique, avec vin



Jour 16 | Carthagène - Montréal

Déjeuner. Transfert à l'aéroport de Carthagène, selon l'horaire du vol, et assistance aux formalités d'enregistrement. Envol vers Montréal. Arrivée à Montréal.

Prix

Prix par personne en occupation double	7915\$
Rabais spécial Voyages Traditours	-300\$
Rabais paiement par chèque ou paiement bancaire si applicable	-220\$
Prix par personne	7395\$

Le supplément pour une chambre individuelle est de 1195\$. Sur demande, nous pouvons tenter de vous jumeler, sans supplément.

Inclusions et exclusions

Inclusions

- Les vols internationaux Montréal / Bogota et Carthagène / Montréal
- Les 3 vols intérieurs : Bogota / Cali, Medellin / Bucaramanga et Bogota / Carthagène
- Les taxes internationales et nationales d'aéroports
- Le fonds d'indemnisation OPC
- Un accompagnateur de l'équipe Traditours durant tout le séjour
- Les services d'un guide national parlant français durant le séjour
- Les services de guides locaux lors de visites de villes et de sites spécifiques
- Le service d'écouteurs individuels pendant tout le circuit (à partir de 15 participants)
- Tous les transports et transferts en autocar climatisé
- 15 nuitées dans des hébergements 5*, 4* & 3* de charme
- Les taxes et services
- Tous les repas, sans exception, incluant un jus de fruit à chaque repas, durant le séjour, tels que mentionnés au programme, dont :
 - un souper dans un restaurant colonial avec spectacle de danses traditionnelles, incluant une dégustation d'*aguardiente*, à Bogota
 - un souper-spectacle de tango dans la belle Medellin
 - une dégustation de spécialités afro-colombiennes à Cali
 - un souper dans un restaurant avec ambiance musicale à Villa de Leyva
- Une petite bouteille d'eau par personne par jour
- Toutes les activités, visites, excursions et droits d'entrée mentionnés au programme, dont :

Bogota

- Visite de Paloquemao, le plus grand marché de la ville, avec dégustation de fruits exotiques
- Visite du musée de l'Or, abritant la plus importante collection d'orfèvrerie préhispanique au monde
- Visite du musée Botero
- Visite guidée du centre historique de La Candelaria

Cali

- Visite guidée de la ville avec, entre autres, la statue du Christ-Roi et le quartier historique
- Visite du micro-musée dédié à Niche, un groupe de musique salsa célèbre en Colombie

Filandia & ses environs

- Visite guidée du village de Filandia
- Découverte du commerce artisanal dans une vannerie traditionnelle

Solento & la Vallée de Cocora

- Visite de Salento, découverte du mirador et visite d'une *finca* avec dégustation de café
- Petite balade au milieu des palmiers de cire dans la Vallée du Cocora

Medellin

- Visite de la colline Nutibara, emblème de la ville
- Visite du centre historique, du parc Berrio et de la sublime Plaza Botero
- Balade en téléphérique sur les quartiers et communes de Medellin

Guatapé

- Visite à pied du beau petit village coloré de Guatapé
- Navigation à travers le barrage afin d'admirer la spectaculaire vue qu'offre l'énorme pierre du peñol

Chicamocha et ses environs

- Panorama sur l'impressionnant canyon du Chicamocha
- Dîner dans une ferme de café biologique suivi d'une dégustation

Barichara

- Visite de la ville incluant la chapelle Santa Barbara
- Activité de peinture avec de la terre mélangée à des pigments naturels

Villa de Leyva

- Promenade au cœur de la place principale l'une des plus grandes de l'Amérique latine
- Visite du musée du Fossile abritant un kronosaurus de 120 millions d'années
- Activité de création avec des artisans locaux

Ráquira

- Découverte de la capitale artisanale de la Colombie
- Visite d'une fabrique de poterie tradition ancestrale des civilisations précolombiennes

Carthagène

- Apéritif local sur la place de la Trinité et découverte du quartier populaire de Getsemani
- Visite du château de San Felipe de Barajas, prouesse architecturale
- Visite guidée de Carthagène avec la place principale Bolivar, la place des Calèches et la tour de l'Horloge
- Découverte du quartier San Diego avec la place Fernandez de Madrid, le palais des Beaux-Arts, et l'ancien couvent Santa Clara.

Note : l'ordre des visites peut être modifié en fonction des conditions météorologiques et des impératifs locaux.

Exclusions

La taxe d'entrée, le port des bagages, les pourboires, les dépenses personnelles et les frais de bagage enregistré chargés par la compagnie aérienne à l'aller et au retour, le cas échéant.

Les coups de coeur Voyages Traditours inclus:

- ♥ Démonstration de salsa et séance de danse à Cali, capitale de la salsa
- ♥ Excursion en Jeep Willys au « Triangle du Café » inscrit à l'UNESCO pour son paysage culturel unique
- ♥ Randonnée facile dans la fabuleuse vallée de Cocora, berceau du palmier à cire
- ♥ Visite de l'endroit les plus célèbres de la Colombie depuis les années 90, la commune 13 à Medellin, anciennement connue comme étant dirigé par le cartel de Pablo Escobar
- ♥ Excursion à l'impressionnant monolithe la Piedra del peñol composé, une merveille de Colombie
- ♥ Visite de l'incroyable cathédrale de sel souterraine à Zipaquirá, la première merveille de Colombie
- ♥ Partie de *tejo*, jeu traditionnel et passe-temps très populaire à Barichara
- ♥ Traversée du canyon du Chicamocha à bord d'un téléphérique de 6,3 km : une expérience mémorable!

- ♡ Au coucher du soleil, apéritif à bord d'un yacht et navigation dans la baie de Carthagène afin de profiter d'une vue imprenable sur Bocagrande et la ville illuminée
- ♡ Excursion en bateau jusqu'aux îles du Rosaire : cocktail de bienvenue et journée de détente sur l'une des îles du parc national du Rosaire

VOTRE VOYAGE, VOTRE FORMULE



NOS CIRCUITS



Petits groupes

Explorez le monde dans l'ambiance conviviale d'un groupe de 20 voyageurs au maximum.



Traditours Flex

Profitez de moments de liberté pour explorer le pays visité à votre rythme.



Solos & Célibataires

Découvrez les plus beaux coins de la planète en étant entouré d'autres voyageurs solos.



Voyages organisés en ski et à vélo

Énergisez-vous grâce à notre gamme de voyages actifs, en ski et à vélo.



Randonnées

Comblez vos envies d'aventures avec nos itinéraires axés sur la marche à pied.



Destination mystère

Vivez l'expérience mémorable de partir sans connaître la destination !



Moto

Sillonnez les plus belles routes du monde avec un groupe de passionnés.



NOS CROISIÈRES



Croisières maritimes

Combinez la visite de villes et de sites naturels d'exception.



Croisières fluviales

Naviguez au cœur des régions les plus pittoresques d'Europe.



Combinés Terre & Mer

Combinez l'expérience d'un circuit terrestre et d'une croisière en un seul voyage.



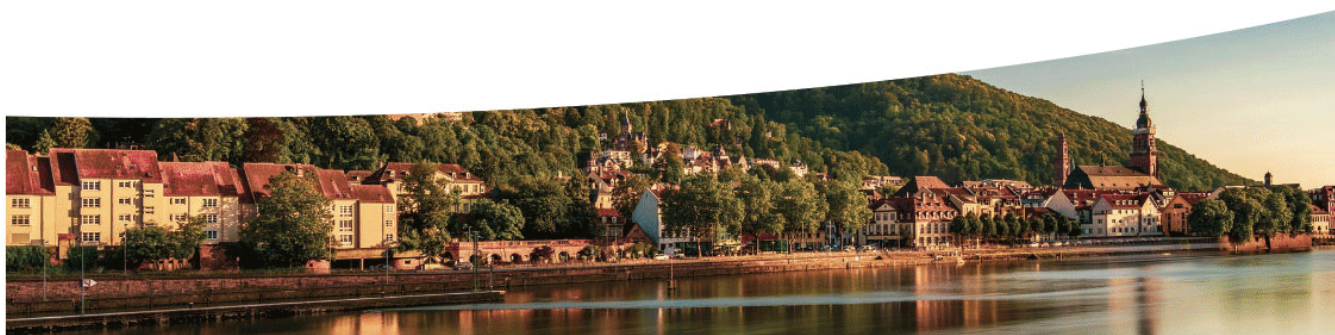
Traversées océaniques

Profitez d'une traversée océanique en direction d'une région du monde qui vous fait rêver.



Croisières en catamaran

Accédez à des endroits souvent méconnus et admirez des paysages idylliques.



Votre itinéraire en image



Les plus Traditours

- + Des DOCUMENTS informatifs illustrés sur les régions visitées (par couple ou par participant voyageant seul).
- + Le SOUVENIR d'un voyage inoubliable au cœur des traditions!
- + Les TRANSFERTS en autobus de Québec.
<https://traditours.com/nos-services#TransfertAutobus>
- + Une OFFRE spéciale hôtel aéroport de Montréal et stationnement.
<https://traditours.com/nos-services#HotelStationnement>
- + La possibilité de compenser les émissions de CO2 de nos voyages en plantant des arbres. <https://traditours.com/compensation-carbone-voyage>
- + Programme de reconnaissance Passeport Fidéli-T
<https://traditours.com/passeport-fideli-t>

COL0020 / Document généré le samedi 7 juin 2025 18:35

Nos conseillers sont disponibles pour répondre à vos questions !

TRADITOURS.COM

info@traditours.com

BUREAU DE LAVAL

1575, boul. de l'Avenir
bureau 150
Laval, H7S 2N5

514 907-7712

BUREAU DE QUÉBEC

1305, boul. Lebourgneuf
bureau 120
Québec, G2K 2E4

418 907-9595

Voyages
traditours
circuits et croisières