

Guide pratique : les basic de la Vie quotidienne au Paraguay

Guide pratique : les basic de la Vie quotidienne au Paraguay

? Présentation générale

Le Paraguay, pays enclavé d'Amérique du Sud, offre une qualité de vie appréciée par de nombreux expatriés. Avec un climat subtropical, des paysages variés et une population accueillante, ce pays mérite d'être découvert. La monnaie locale est le guaraní (PYG) et les langues officielles sont l'espagnol et le guarani, bien que l'espagnol soit largement utilisé dans les zones urbaines.

? Électricité

Au Paraguay, le courant électrique est de 220 volts, exactement comme en France. Les prises électriques sont généralement compatibles avec les fiches françaises, mais il existe quelques différences à connaître.

En France, on distingue deux grands types de prises électriques, selon la forme et l'épaisseur des broches :

Prise à broches fines

Type C (appelée aussi prise européenne ou Europlug)

Deux broches rondes fines (4 mm de diamètre environ)

Sans terre (donc uniquement pour les petits appareils : chargeurs, lampes, radios...)

Compatible dans tout le Paraguay.

Prise à trois broches épaisses

Type E (la prise française standard avec terre)

Deux broches rondes épaisses (4,8 mm de diamètre)

Utilisée pour les appareils plus puissants : frigo, micro-ondes, machine à laver, etc.

En France, c'est le standard domestique officiel, appelé "prise de type E".

Celles-ci sont plus rares au Paraguay mais existent. Elles sont un peu plus chères, donc on installe en général les prises accessibles aux broches fines. Elles se changent facilement. Sinon, il suffit d'un adaptateur de type E vers type C, que l'on trouve partout. Il est conseillé d'en apporter un ou deux de bonne qualité depuis l'Europe.

Il peut y avoir des coupures de courant occasionnelles, surtout en province ou lors d'orages, mais le courant est généralement de très bonne qualité : stable, propre et sans surtensions majeures. Rien à craindre pour vos appareils électroniques.

? Eau

L'eau du robinet est potable dans de nombreux villages, où elle provient souvent de puits. En revanche, dans les villes, il est recommandé de ne pas la boire directement.

Faut-il un filtre ou acheter des bonbonnes d'eau ? Oui, cela peut aider le temps de vous adapter et de comprendre quelles sont les sources d'eau fiables près de chez vous.

Concernant l'eau chaude, les chauffe-eaux électriques traditionnels sont très rares. Les douches se font généralement avec des appareils électriques branchés directement sur le pommeau de douche. Ce système peut dérouter au premier abord, mais il fonctionne bien. Faites simplement vérifier régulièrement les connexions électriques, qui sont parfois réalisées de manière précaire.

? Logement et équipements

Types de logements

Les loyers typiquement paraguayens sont d'environ 500 000 guaraní. Les maisons de qualité dans les villages se situent autour de 1 500 000 guaraní, tandis que les belles maisons peuvent coûter entre 2 500 000 et 4 500 000 guaraní. Dans les villes, les prix peuvent varier considérablement selon les quartiers, mais ces chiffres constituent une bonne référence.

Meubles et équipements

Très peu de maisons ou appartements sont meublés, et ceux qui le sont sont souvent trop chers. Les meubles locaux coûtent relativement peu cher, il est donc courant d'acheter son propre mobilier. Les climatiseurs suivent généralement les locataires : c'est à vous d'en apporter un, sauf dans les logements un peu plus luxueux.

Pour l'achat d'électroménagers ou de matériel de cuisine, vous trouverez tout ce qu'il faut partout au Paraguay.

Pour le gaz de cuisine en bouteille, pas de problème : il suffit d'acheter la bouteille la première fois (un peu compliqué car seuls certains commerces les vendent), puis de la faire recharger ensuite, ce qui est très facile.

Différences avec les habitations européennes

Les principales différences résident dans :

La qualité des matériaux et des finitions

L'isolation (particulièrement pour la chaleur)

La climatisation

La qualité des salles de bain

L'emplacement et la taille du terrain (généralement plus grand)

?? Climatisation et chauffage

Les maisons paraguayennes ne sont généralement pas très isolées. L'hiver peut être froid et humide, particulièrement dans le sud du pays (juin à août). Les températures peuvent descendre jusqu'à 5 à 10 °C la nuit, mais les journées restent souvent douces (15 à 20 °C). En été (décembre à février), les températures dépassent facilement 35 °C avec un taux d'humidité élevé.

La climatisation est présente dans de nombreux logements modernes, et elles sont toutes réversibles, donc elles font aussi chauffage.

? Internet, téléphone et technologie

Qualité de connexion

La qualité d'Internet au Paraguay est excellente. Le réseau 4G est disponible presque partout, la fibre optique est accessible dans de nombreux endroits, et Starlink couvre les zones les plus reculées.

Fournisseurs et téléphonie

Les principaux fournisseurs fiables sont Tigo, Personal et Claro. Il est facile d'acheter une carte SIM locale dans de nombreux points de vente.

Les téléphones européens fonctionnent sans problème au Paraguay.

Pour trouver des boutiques d'électronique ou du matériel informatique, il en existe une multitude à des prix très avantageux, particulièrement à Ciudad del Este, connue pour son commerce frontalier.

? Vie quotidienne et mobilité

Permis de conduire

Vous pouvez conduire avec votre permis national, sans besoin de permis international. Même pour louer une voiture, votre permis habituel suffit.

État des routes

En dehors des villes, les routes sont en bon état. Dans les villes, c'est plus difficile, avec beaucoup de trous et peu d'entretien.

Entretien automobile

Il est facile de trouver des pièces détachées ou des garages pour les Toyota, mais beaucoup plus compliqué pour d'autres marques.

Les voitures sont principalement à essence et automatiques. Les 4x4 diesel sont également courants.

Applications utiles

Uber est disponible dans les grandes villes à des prix abordables. Il est également facile de se déplacer en bus dans tout le pays. Dans les villages, il y a quelques taxis, mais c'est plus limité.

? Coût de la vie et paiements

Moyens de paiement

On ne peut pas payer par carte bancaire partout : les petits commerces fonctionnent en espèces, tandis que les supermarchés acceptent généralement les cartes.

Les distributeurs automatiques (ATM) se trouvent dans tous les villages, avec au minimum une banque équipée. Il est recommandé d'avoir un compte local pour effectuer les virements et paiements automatiques (internet, etc.), mais il existe des alternatives et des sites de paiement en ligne.

Prix moyens de quelques produits de consommation courante

6 œufs : 10 000 guaraní

1 L d'huile de bonne qualité : 15 000 guaraní

1 tablette de chocolat de bonne qualité : 20 000 guaraní (importation) / 7 000 guaraní (local)

Viande :

Filets de bœuf : 85 000 guaraní

Entrecôte : 65 000 guaraní

Viande à bouillir : 45 000 guaraní

Viande de haute qualité : 55 000 guaraní

Poisson :

Poisson local d'eau douce : 75 000 guaraní

Poisson de mer : 120 000 guaraní

Fruits et légumes :

Mangue entière : 6 000 guaraní

Melon : 12 000 guaraní

Pommes : 20 000 guaraní

Carottes : 15 000 guaraní

Brocoli (pièce) : 25 000 guaraní

Oignons : 9 000 guaraní

Courgettes : 20 000 guaraní

Salade (pièce) : 6 000 guaraní

Produits laitiers :

Fromage local : 25 000 guaraní

Fromage gruyère : 85 000 guaraní

Crème (1 L) : 25 000 guaraní

Autres :

Pâtes spaghetti de qualité (400 g) : 9 000 guaraní

Riz : 13 000 guaraní

? Courses et shopping

Produits européens

On trouve des produits européens dans les supermarchés haut de gamme, mais il y a de tout au Paraguay. Il suffit parfois de chercher un peu dans les petits villages. Dans les villes, on trouve presque tout. Dans les villages, il est possible de se faire livrer presque tout ce dont on a besoin.

Matériel de qualité

Il est facile de trouver du matériel de qualité (outils, électroménager, etc.) à tous les prix, du plus abordable au plus haut de gamme.

Marques locales

Il existe une multitude de marques locales fiables pour l'alimentation, les produits laitiers, les produits ménagers et les produits corporels.

Horaires d'ouverture

Les magasins sont généralement ouverts de 7 h à 17 h, fermés le dimanche et les jours fériés. Certains supermarchés ouvrent plus tard. Il existe des dépanneurs qui ouvrent plus tard, même devant les maisons dans les petits villages.

Livraisons et commerce en ligne

Il existe une multitude de sites de commerce en ligne où l'on peut trouver presque tout ce que l'on veut. Les sites internationaux ne livrent pas tous au Paraguay (comme Amazon), mais il existe des sites dédiés qui font livrer aux États-Unis puis réexpédient au Paraguay.

? Sécurité et coutumes locales

Le Paraguay est généralement considéré comme sûr, mais comme dans tout pays, il est recommandé de prendre des précautions de base : éviter de se promener seul la nuit dans les quartiers peu fréquentés, ne pas exhiber d'objets de valeur et rester vigilant dans les lieux touristiques.

Les Paraguayens sont connus pour leur hospitalité et leur gentillesse. Prendre le temps d'échanger quelques mots en espagnol, même basiques, est toujours apprécié. Le tereré (boisson froide à base de yerba mate) est une véritable institution sociale : ne soyez pas surpris de voir des gens en promener avec leur thermos et leur bombilla (paille métallique).

J'espère que ce guide vous sera utile pour votre installation au Paraguay. ¡Bienvenidos!

Révision #2

Créé 2025-10-14 12:11:13 UTC par Le Chef Cédric

Mis à jour 2025-10-14 12:15:13 UTC par Le Chef Cédric