

# Aventure saharienne

## MAROC



Voilà un trek dans le Sahara marocain de 11 jours de marche, où la durée permet un «lâcher prise» total !

L'horizon est vaste et notre caravane de chameaux est un point de repère dans les grandes dunes de Cheggaga. L'erg aux formes douces succède au désert minéral du Djbel Bani. Les journées de marche dans les dunes glissent paisiblement vers les nuits étoilées du désert. Bientôt le désert retrouve vie le long de la vallée du Draa, avec ses casbahs emblématiques du Sud marocain, ses oasis et palmeraies...



15 jours / 14 nuits  
11 jours de marche



5 à 15 personnes



Itinérant



★★★★



Bivouac - Hôtel -  
Campement



Code : 1305

### LES POINTS FORTS :

- La traversée en largeur du Djebel Bani
- Un trek, dans l'erg de Cheggaga
- Sur les grandes dunes de Bougrem
- Dans les gorges de Mhasser



## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### JOUR 1 :

Vol France/Ouarzazate. Accueil et transfert à l'hôtel.

### JOUR 2 :

Nous partons en minibus de Ouarzazate pour Fayja, cap au sud. Nous franchissons le col de Ait Saoun d'où l'on observe une belle vue sur la vallée du Draa que nous rejoignons. Puis par Agdez, nous découvrirons de magnifiques paysages, des ksars et des célèbres villages fortifiés. Arrêt pour déjeuner à Zagora. L'après midi nous continuons vers le plateau de Fayja, barrière naturelle avant le grand désert. Lieu de bivouac et de rencontre avec notre équipe chamelière.

 4h de transfert

### JOUR 3 :

Nous chargeons les dromadaires et commençons notre trek pour franchir le col de Guettara. Puis, nous entamons la descente facile dans le reg. Découverte d'un vrai désert montagneux et poursuite pour atteindre notre campement au pied de Djbel Abbes, à proximité d'une agréable oasis au bord de l'oued.

 5h de marche

### JOUR 4 :

Nous quittons l'oasis d'Elaiouj pour découvrir les ruines d'une ancienne zaouia avant de retrouver les beaux canyons d'oued Mhasser, falaises grandioses et petites oasis avec de l'eau. Déjeuner à l'ombre d'un accacia. Passage par des petites gorges qui s'ouvre sur une vaste vallée habitée par une famille nomade. Bivouac au sein de la vallée.

 5h de marche

### JOUR 5 :

Nous quittons cette vallée désertique, et marchons le long de l'oued. Les dunes de Chegaga nous apparaissent de moins en moins petites et contrastes avec le désert de pierre. Le pique-nique se passe à l'ombre d'un Tamaris proche d'un puits. Campement au pied des dunes et beau coucher de soleil sur les dunes.

 6h de marche

### JOUR 6 :

Nous grimpons sur la ligne de crête des dunes afin d'embraser une vue panoramique sur l'erg. Notre trek nous conduit du sable au plateau jusqu'au bivouac au cœur d'un cordon dunaire de l'erg Sedra face à la hamada du Draa.

 5h de marche

### JOUR 7 :


Nous quittons l'Erg Sedra pour traverser la rivière du Draa et se ravitailler en eau au puits. Notre parcours, nous mène de petites dunes à la grande dune de l'Erg Zehar. Campement. Coucher du soleil et vue sur le grand désert.

 4h30 de marche




### **JOUR 8 :**

De l'Erg Zehar, nous marchons pour les dunes de Bouguern en franchissant de nouveau l'oued Draa. Marche sur dunes et plateaux en changeant la direction vers le nord Est. Après le déjeuner, continuation vers le campement au milieu des dunes.

 4h30 de marche


### **JOUR 9 :**

Départ le matin, paysage de dunes et tamaris pour traverser un plateau caillouteux. Nous marchons en parallèle du Djbel Bani pour rejoindre les dunes de l'oued Naam. Bivouac près du puits, possibilité de se laver.

 4 à 5h de marche


### **JOUR 10 :**

**à 11**  
De l'oued Naam nous poursuivons notre randonnée accompagnée de nos fidèles compagnons à une bosse pour rejoindre encore d'autres dunes isolées puis pour finalement atteindre l'ancien village et la palmeraie d'Oulad Driss. Nuit dans un camping aménagé au centre du village le J11

 4 à 5h de marche par jour

### **JOUR 12 :**

Le désert verdit par endroit, contrastant avec le sable ocre et le désert de pierre. Nous remontons la vallée du Drâa, le paysage change encore et le désert rejoint la fraîcheur des oasis. Nous croisons des berbères Amazigh dans les cultures et les belles habitations en pisé balisent notre parcours.

 4 à 5h de marche


### **JOUR 13 :**

Nous poursuivons dans la vallée du Draa, offrant de nouveaux paysages plus habités encore, au milieu de palmeraies irriguées et cultivées jusqu'au village de Nesrate. Fin de notre trek et au revoir à notre équipe locale de chameliers.

 5 heures de marche

### **JOUR 14 :**

Retour à Ouarzazate, installation à l'hôtel. Temps libre pour parcourir les souks ou visiter la casbah de Taourit.

 4h de transfert

### **JOUR 15 :**

Transfert à l'aéroport et vol pour la France.

**IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

Ce programme est indicatif. Il pourra être modifié par l'accompagnateur en fonction de critères techniques, d'impératifs de sécurité ou de conditions climatiques particulières.

Pour le départ du 13/11/21, circuit en 16 jours/15 nuits avec une journée libre en demi-pension en plus à Ouarzazate en fin de séjour.

Pour le départ du 18/12/21, vous arriverez et repartirez de Marrakech.

**NUITS SUPPLÉMENTAIRES :**

Une dernière nuit en Ryad : pour les amoureux de ces maisons de maître traditionnelles, organisées autour d'un luxuriant jardin, et rénovées en hôtel de charme, nous vous suggérons de passer la dernière nuit de votre séjour en Ryad.

Supplément à partir de 70 euros pour une chambre double (soit 35 euros/pers, si inscription en couple), comprenant : chambre + petit-déjeuner. Nous consulter.

**FICHE PRATIQUE****NIVEAU PHYSIQUE :**

4 à 5 heures de marche par jour pendant 11 jours, sans difficulté technique apparente. Être prêt à dormir sous la tente pendant 11 nuits avec le confort "simple" du bivouac.

**ENCADREMENT :**

Par un guide marocain francophone, diplômé de l'école nationale de Tabant, assisté d'un cuisinier et de chameliers.

**HÉBERGEMENT :**

En chambre double en hôtel à Ouarzazate, et sous tentes pendant la randonnée (tentes dômes pour 2 personnes montées et démontées par les participants, tente mess et toilette collectives) où à la belle étoile et une nuit en campement aménagé à Oulad Driss.

**TRANSPORT DES BAGAGES :**

Uniquement les affaires de la journée. Les chameaux portent les bagages.

**GROUPE :**

5 à 15 participants

**RENDEZ-VOUS :**

Le Jour 1 Aéroport de Ouarzazate

**DISPERSION :**

Le Jour 15 Aéroport de Ouarzazate

**MOYENS D'ACCÈS :****EN AVION**

Vols réguliers avec Royal Air Maroc.

**DATES ET PRIX**
**INFORMATIONS DATES ET PRIX :**

De Octobre à Avril

**NOTRE PRIX COMPREND :**

- l'encadrement par un guide marocain francophone, diplômé de l'école nationale de Tabant, assisté d'un cuisinier et de chameliers.
- Nos accompagnateurs en montagne ne sont pas habilités à vous guider dans les souks de Marrakech ou de Ouarzazate, des guides touristiques agréés existent et supportent mal que l'on empiète sur leur territoire. N'exigez donc pas de vos guides qu'ils vous y accompagnent, vous les mettriez dans une mauvaise position
- l'hébergement en pension complète sauf le J1 et J15
- les transferts prévus au programme

**NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :**

- l'assurance annulation et/ou assistance
- votre transport jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- les boissons et dépenses personnelles ainsi que les déjeuners et dîners à Ouarzazate les J1 et J15 selon l'heure du vol,
- les pourboires d'usage
- les frais d'inscription éventuels
- le supplément chambre individuelle
- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend"

### **FRAIS D'INSCRIPTION :**

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite :

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne.
- Pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne.

### **EN OPTION :**

Supplément chambre et tente individuelle (sous réserve de disponibilité) : 95€

## **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

### **BAGAGES :**

Un grand sac à dos ou sac de voyage assez grand pour contenir l'ensemble de vos affaires,  
Un petit sac à dos journée qui sera utile pendant la randonnée, mais aussi comme bagage à main pendant le voyage ou en ville.

Lors de votre enregistrement, le bagage en soute ne devra pas dépasser 20 kg.

Pensez également à mettre en bagage soute votre couteau de poche et tout objet tranchant ou piquant, sinon il vous sera confisqué à l'embarquement. D'autre part, vos affaires personnelles transportées en voiture, par mûles ou chameaux devront être contenues dans un seul bagage (de préférence sac à dos ou sac de voyage) n'excédant pas 15 kg.

### **VÊTEMENTS :**

- ✓ un chapeau ou casquette et/ou foulard,
- ✓ 1 t-shirt pour 2 à 3 jours de marche à manches courtes (et/ou en fonction de la saison, sous pulls à manches longues) en matière respirante,
- ✓ un pull chaud ou une veste polaire coupe-vent ou softshell
- ✓ une veste coupe-vent imperméable et respirante,
- ✓ un pantalon de montagne (trekking),
- ✓ un short de randonnée ou mieux pantacourt pour les femmes,
- ✓ un pantalon confortable pour le soir,
- ✓ des chaussettes spécifiques randonnées (1 paire pour 2 à 3 jours de marche),
- ✓ une paire de chaussures de randonnée légère tenant bien la cheville. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps,
- ✓ une paire de chaussures de détente très légères pour le soir.

## **MATÉRIEL :**

- ✓ un duvet très CHAUD (surtout en décembre - janvier - début février, avec une température de confort entre -5° et 0°)
- ✓ un lampe de poche ou mieux encore lampe frontale avec pile et ampoule de rechange,
- ✓ un couteau (à enregistrer en soute),
- ✓ une gourde d'au moins un litre ou une bouteille plastique.
- ✓ des lunettes de soleil.
- ✓ du papier toilette (2 rouleaux) briquet.
- ✓ bouchons pour les oreilles.
- ✓ en option, selon vos habitudes : jumelles, appareil photo.

Matériel fourni sur place :

- ✓ tentes dômes données pour 2 personnes
- ✓ matelas
- ✓ tente mess
- ✓ tente toilettes
- ✓ matériel de cuisine
- ✓ l'eau minérale pendant le trek

## **PHARMACIE :**

- ✓ un nécessaire de toilette minimum,
- ✓ protection solaire pour visage et lèvres.
- ✓ une trousse d'urgence et vos médicaments personnels contenant : élastoplast, alcool iodé, gazes stériles, pansement pour écorchures, seconde peau, aspirine ou paracétamol, antiseptique intestinal, pansement gastrique (Smecta) gélules d'ultra levure, petits ciseaux, pince à épiler, hydrochlorazone ou micropur pour purifier l'eau, etc...



## **FORMALITÉS**

### **FORMALITÉS :**

Suite au durcissement des formalités douanières pour l'entrée au Maroc, nous demandons à tous nos voyageurs de se munir d'un passeport en cours de validité que ce soit pour Ouarzazate ou Marrakech.

ATTENTION : l'autorisation de sortie du territoire est obligatoire pour tout mineur voyageant sans ses deux parents. A compter du 15/01/17, tout mineur qui voyage à l'étranger sans être accompagné de ses parents devra être muni de sa pièce d'identité en cours de validité (carte d'identité ou passeport selon la destination), d'un formulaire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (autorisation de sortie du territoire), de la photocopie de la pièce d'identité du parent signataire.

Pour plus d'informations nous vous invitons à vous rapprocher de votre mairie.

Pour les mineurs :

Les mêmes conditions s'appliquent aux enfants. Noter également que chaque mineur doit posséder sa propre pièce d'identité valide, soit son passeport. De manière générale, les informations transmises ne s'appliquent que pour les ressortissants français. Nous vous invitons à les contrôler sur le site du MAE, dans la rubrique conseils aux voyageurs. Pour les autre nationalités, veuillez consulter le consulat du Maroc de votre pays.



## **SANTÉ :**

Il est recommandé de souscrire une assurance rapatriement en cas d'accident ou de décès, et de consulter son médecin traitant avant le départ.

Vaccins :

Aucune vaccination n'est obligatoire, mais il est recommandé de se prémunir contre les hépatites A et B, la Typhoïde.

## **ASSURANCES :**

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour. (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant le début du séjour justifiée).
- Assurance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des contrats d'assurances envoyées sur demande.





## INFORMATIONS DESTINATION

### CLIMAT :

Désertique, faibles pluies, forts écarts de températures entre le jour et la nuit

Le Maroc bénéficie d'un climat tempéré et chaud de type méditerranéen, avec des nuances océaniques à l'ouest (de 10° à 26°C), continentales au centre et à l'est, et arides ou désertiques au sud (températures contrastées, de 0 à 40 °C). Le climat marocain comporte deux saisons ; l'une sèche et chaude (mai à septembre), l'autre plus froide et humide (octobre à avril). La randonnée au Maroc peut-être pratiquée tout au long de l'année. L'été, en montagne et sur les côtes. Le printemps et l'automne sont les périodes idéales pour découvrir la vallée du Dadès, le moyen Atlas et les massifs du Sarho et du Siroua par exemple. L'hiver est par contre la période conseillée pour le Sud désertique.

T°Cmax/mini	jan/fév	mars/avril	mai/juin	Juil/aout	sept/oct	nov/dec
Marrakech	19c/8c	23c/11c	30c/16c	36c/20c	30c/16c	20c/8c
T°C Moyenne	jan/fév	mars/avril	mai/juin	juil/aout	sept/oct	nov/dec
Ouarzazate	10c	17c	25c	30c	22c	11c
Zagora	13c	20c	29c	35c	26c	16c

### PROBLÈMES ENVIRONNEMENTAUX

La nature dans les montagnes du Maroc est aussi fragile que celle de nos campagnes, elle n'est pas faite pour digérer les déchets.

Beaucoup de Berbères ont pris conscience des problèmes d'environnement, mais pas tous, aussi une attitude éducative sera certainement profitable.

- Vous veillerez à détruire ou emporter vos déchets : papiers, sacs plastiques, élastoplast, emballages... pour les déposer dans les endroits prévus pour.
- Les piles usagées sont redoutables pour l'environnement (mercure) si elles sont jetées ou brûlées et ce ne sont pas des jouets inoffensifs entre les mains des enfants qui les récupèrent ; elles trouveront facilement une petite place dans votre bagage de retour pour la France. Privilégiez l'usage des piles sans mercure ou des batteries rechargeables.
- N'oubliez pas d'enterrer ou de recouvrir de pierres les papiers hygiéniques et les " kleenex ", les petites feuilles roses ou blanches éparées volent au vent et balisent les sentiers, ou prévoyez un briquet et brûlez vos papiers. Nous mettons en place progressivement avec nos équipes locales, le tri sélectif et ramenons les déchets non destructibles à Marrakech. Demandez conseil à votre guide. Petit conseil avant votre départ : réduisez les conditionnements à leur strict minimum.
- La déforestation est un drame écologique et économique pour les montagnes marocaines. Même si les randonnées ne sont pas les agents causals principaux, l'utilisation du bois pour la cuisine sur les circuits touristiques contribue au déboisement. Limitez votre consommation, oubliez les feux de camp sympathiques mais destructeurs.
- La même restriction sur l'eau est de bon ton, particulièrement pour les séjours dans le sud. Ne la gaspillez pas !



## GÉOGRAPHIE :

Le Maroc est situé à la pointe nord-ouest du continent africain. Il est bordé à l'ouest par l'océan Atlantique (2934 km de côtes), au nord par la Méditerranée (512 km de côtes) et n'est séparé de l'Espagne que par les 14 km du détroit de Gibraltar. Il a des frontières terrestres communes avec l'Algérie à l'est, la Mauritanie au sud. Héritées de la colonisation espagnole d'une partie du pays, les enclaves de Ceuta et de Melilla sont situées sur le littoral méditerranéen.

Vu sa grande extension latitudinale, le Maroc compte une importante diversité paysagère. Au nord du pays on retrouve la chaîne du Rif dont les sommets dépassent parfois les 2400m. Ce territoire est caractérisé par les plus importantes précipitations du royaume atteignant les 1200mm par an. Grâce à ses bassins versants donnant sur l'ouest, les plaines du Gharb sont l'une des plus fertiles du Maroc. Séparé du Rif par la plaine du Saïs, le Moyen Atlas se constitue de deux paysages différents, des massifs dont les sommets dépassent les 3000m à l'est tandis qu'à l'ouest se sont des petits plateaux et des reliefs plus doux qui prennent place. Cette chaîne montagnarde est aussi nommée « le château du Maroc » vu qu'elle alimente grâce à la fonte des neiges les plaines agricoles situées vers l'ouest. Réparti en trois parties, occidentale, centrale et orientale, le Haut Atlas est la chaîne montagneuse la plus haute du nord de l'Afrique et ayant comme point culminant le Jbel Toubkal qui s'élève à 4167m. Bien que ses sommets soient enneigés, le versant sud de cette chaîne est aride, introduisant ainsi le paysage de l'Anti-Atlas, la porte du désert caractérisé par ses plateaux et paradisiaques oasis. Plus au sud, on trouve le Sahara avec ses grandes étendues de plateaux caillouteux ou de dunes de sable fin. Enfin, l'ouest du Maroc est majoritairement aride, à l'exception du nord où se situe les grandes fermes d'orangers.

## CULTURE :

L'appellation " berbère " désigne approximativement les populations établies en Afrique du Nord avant l'invasion arabe du VII<sup>e</sup> s. Ce fond de peuplement est venu de vagues successives du Proche-Orient (et même du Nord). Quantitativement peu importante, la migration arabe a marqué culturellement le Maroc par son islamisation quasi complète et par l'apport de l'arabe, langue officielle du pays.

La culture et la langue berbère sont profondément enracinées dans une grande partie du territoire marocain. Jusqu'au siècle dernier, les populations de l'Atlas ont toujours vécu d'une manière plus ou moins autonome, à l'écart de l'état, représenté par différentes dynasties qui ont régné épisodiquement sur les grandes villes et les plaines.

Les assemblées géraient la vie agricole et pastorale de petites communautés humaines très jalouses de leur indépendance.

Elles pouvaient se regrouper temporairement au sein de confédérations lors des conflits incessants qui opposaient ces populations montagnardes.

La population de l'Atlas Central est berbérophone pure dans les hautes vallées et bilingue sur les bordures méridionales et surtout septentrionales de la chaîne. Le bilinguisme favorisé par l'amélioration des transports, par l'immigration temporaire et par l'enseignement, gagne de plus en plus le monde rural montagnard.

Aussi, bien qu'il existe un certain nombre de zones reculées au haut pays où personne ne parle arabe, on est assuré de trouver en général, partout des interprètes de la langue nationale

### PEUPLES, ETHNIES ET LANGUES Langue

L'arabe est la langue officielle au Maroc. Le français, de par l'histoire, reste compris et parlé largement dans les villes. Mais le berbère est la langue majoritairement parlée au Maroc et ce dans toutes les régions du pays. Elle dépasse même ses frontières, puisqu'elle est parlée en Algérie, en Libye, en Tunisie, chez les Touaregs et même dans certaines régions d'Egypte. C'est une langue à part qui n'a aucune appartenance avec l'Arabe. Elle repose sur un lexique, une phonologie, une morphologie et une syntaxe propres à elle. Le mot "berbère" représente aussi le nom d'un peuple de plus de 40 millions de personnes et une civilisation qui remonte à la nuit des temps.

L'arabe marocain (darija) découle de l'arabe classique mais présente de nombreuses différences avec lui, notamment dans le langage de la vie quotidienne.

La prononciation de l'arabe est difficile. Elle se caractérise notamment par l'utilisation des diphtongues aw ("aou"), ai ("ai") et ei ay (comme dans "faïence"). Trois consonnes sont particulièrement complexes à prononcer ...

La transcription de l'alphabet arabe en alphabet latin n'obéit pas à des règles rigoureuses.

## RELIGIONS

### L'Islam :

L'Islam est la religion pratiquée par 99% des marocains... et le son qui rythme la vie de ces derniers : l'appel du Muezzin, (appel à la prière) fera partie du voyage. L'Islam aurait les mêmes racines que le christianisme et le judaïsme, mais serait apparu beaucoup plus tard. Son livre saint, le Coran (Qur'an) comporte de nombreuses références à des personnages de la Bible et de la Torah.

L'Islam compte 5 principes : la profession de foi : " Il n'est d'autre Dieu qu'Allah et Mahomet est son prophète " ; les 5 prières quotidiennes en direction de la Mecque ; l'aumône aux pauvres ; le jeûne du ramadan et enfin le pèlerinage à la Mecque, ou hajj.

L'Islam se divisa rapidement en deux courants : les sunnites et les chiïtes suite à la lutte de pouvoir livrée par Ali (cousin et gendre de Mahomet) contre la dynastie montante à Damas, les Omeyyades. Le chef de ces derniers fut reconnu comme légitime successeur de la tradition (" sunna "). Les sunnites - branche la plus répandue et considérée comme " orthodoxe " - sont très largement majoritaires au Maroc.

Ainsi nombreuses des coutumes marocaines sont d'origine religieuse. Par exemple à la naissance d'un enfant, les premiers mots qu'on lui adresse sont ceux de l'appel à la prière. Une semaine plus tard se tient une cérémonie au cours de laquelle on rase la tête du bébé et on sacrifie un animal. Le moment le plus important de l'enfance des garçons est la circoncision, pratiquée entre 7 et 12 ans.

Puis tout au long de la vie d'un musulman, les cinq prières quotidiennes rythment la journée. Elles donnent lieu à un rituel durant lequel les fidèles doivent tout d'abord faire des ablutions (ou en mimer les gestes s'il n'y a pas d'eau disponible à proximité), avant de se tourner vers La Mecque et d'accomplir une série de gestes et de prosternations.

Plus connu, la consommation d'alcool et de viande de porc (considérée comme impure) est interdite par l'Islam. Les musulmans doivent également éviter la fraude, l'usure, la calomnie et les jeux d'argent. Selon la tradition, les défunts sont toujours mis en terre les pieds tournés vers La Mecque.

### Le Ramadan :

Il correspond à une période de jeûne de 29 à 30 jours, dicté par le Coran, que nombreux musulmans respectent. Ils ne doivent ni boire, ni manger avant le coucher du soleil. En cas de maladie, pour les personnes âgées, les femmes enceintes, les enfants etc...il est possible de reporter ces jours de jeûne à plus tard. Mais personne, pendant la période de ramadan, ne s'arrête de travailler, Si tel était le cas, le « travail » de jeûne ne serait pas reconnu par le prophète. Votre guide vous en parlera simplement. Ne soyez donc pas surpris, si l'équipe marocaine qui vous accompagne ne mange pas avec vous et attend le coucher du soleil pour boire et manger. En 2016, le ramadan devrait débuter à partir du 06 juin (plus ou moins un jour).

**CUISINE / NOURRITURE** La cuisine marocaine est riche et savoureuse. Les invasions ayant contribué à l'influence gastronomique. Les bédouins arabes ont introduits les dattes, le lait et le pain, qui constituent encore la nourriture de base. Les Maures ont pour leur part apporté les ingrédients de la cuisine andalouse (olives, huile d'olive, noisettes, amandes, fruits et herbes aromatiques) tandis que les Arabes ont enrichi la cuisine marocaine des épices, comme le ras el-nahout, subtil mélange utilisé pour relever les tajines.

L'influence berbère se retrouve dans les plats les plus répandus. Le plus connu est le couscous, où se côtoient les saveurs de la semoule cuite à la vapeur, de la viande, de légumes parfumés et d'un condiment épicé, la harissa. Les délicieux tajines sont des ragoûts de viande parfumés aux herbes aromatiques et longuement mijotés dans des plats en terre cuite. Il en existe une infinie variété. Poulet-citrons confits et agneau-pruneaux-amandes sont les plus courants. Le m'choui (méchoui) est un agneau rôti entier, traditionnellement accompagné de brochettes de foie et de cœur d'agneau. Autre spécialité berbère, la harira est une soupe épaisse préparée avec de la viande de mouton, des lentilles, des pois chiches, des oignons, de l'ail, des herbes aromatiques et des épices. Elle est traditionnellement servie pour rompre le jeûne, lors du ramadan. La pastilla est certainement l'un des plats les plus raffinés de la cuisine marocaine. Il s'agit d'une tourte au pigeon agrémentée d'œufs et accompagné de citron, d'amandes, de cannelle, de safran et de sucre, que l'on cuit au four dans de fines feuilles d'ouarka (brick).

On trouve enfin au Maroc un vaste choix de pâtisseries - en général composées de miel, d'amandes et de cannelle - délicieuses avec un thé à la menthe.



## **BIBLIOGRAPHIE :**

- Maroc (guide Bleu)
- A Marrakech et dans le sud marocain (guide Bleu Visa)
- Le Haut-Atlas ou l'exil des pierres de P. Laffon et Tahar Ben Jelloun.
- Flore de l'Afrique du Nord de Maire René 1952-1990, Le Chevalier, Paris
- Magrheb, bimestriel, documentation française, 29 quai Voltaire, Paris

## **CARTOGRAPHIE :**

Librairie Voyage, cartographie :

L'Astolabe 46, rue de Provence 75009 Paris tél : 01 42 85 42 95

Ulysse 35, rue St Louis en Ile 75004 Paris tél : 01 43 29 52 10

Division de la Cartographie 31, av Moulay Al Hassan Rabat tél : (212) 70 53 11

Maroc au 1/400 000 (Marcus)

## **ADRESSES UTILES :**

Office de Tourisme Marocain :

61, rue Saint Honoré 75001 PARIS - Tél : 01 42 60 63 50

[www.tourisme-marocain.com](http://www.tourisme-marocain.com)

Consulat du Maroc :

Paris:

12 rue de la Saïda 75015 Paris - Tel: 01.56.56.72.00 (ouverture de 09h à 14H30)

Lyon :

2/4, rue Carry 69003 LYON - Tel: 04.72.36.96.17

Marseille :

22 allée Léon Gambetta - 13001 MARSEILLE - Tél: 04.91.50.02.96 / 08.91.70.02.13

Toulouse :

5, Avenue Camille Pujol - 31500 TOULOUSE - Tél: 05.62.47.10.47

Bordeaux :

2, rue Mexico - 33200 BORDEAUX - Tél : 05.56.02.42.21

SUR LE WEB :

[Diplomatie.gouv](http://Diplomatie.gouv)

[routard.com](http://routard.com)

Champagne Ardenne Export : Le Maroc

Encyclopédie Larousse : Le Maroc

Wikipedia : Maroc



## **AUTRES INFORMATIONS :**

prévoyez un budget d'environ :

- 8 à 10 euros à Marrakech ou Ouarzazate (selon vos heures de vol)
- 30 euros par semaine de pourboires (voir rubrique plus loin)
- 15 euros pour les boissons
- et un budget pour les souvenirs et l'artisanat selon vos envies...

### **CHANGE**

Concernant le change, le dirham marocain n'est pas une devise internationale. Il n'est donc pas disponible dans nos banques. Vous pourrez très aisément faire du change dès votre arrivée à l'aéroport ou à l'hôtel.

Le dirham n'est ni importable, ni exportable. 1 DH = 0,090 € environ (au 01/10/2015)

### **MOYENS DE PAIEMENT**

Une carte de crédit internationale, type VISA peut s'avérer également très utile à Marrakech ou Ouarzazate.

Les euros en espèces ou en travellers sont acceptés dans toutes les banques

### **DÉCALAGE HORAIRE**

entre avril et octobre: quand il est midi en France, il est 10 heures au Maroc

en hiver: quand il est midi en France, il est 11 heures au Maroc

### **INDICATIF TÉLÉPHONIQUE**

de la France vers le Maroc: +212.

du Maroc vers la France : + 33



## NOUS CONTACTER



En cas de problème de dernière minute, appelez :  
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



[infos@cheminsdusud.com](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS

Notre Agence est ouverte du Lundi au Samedi de 09h00 à 18h00



[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 23/11/2021