

Carnet de voyage

SAHARA MAROC



LE TREKKING : S'ADAPTER ...

Un trek dans le désert (méharée), ce n'est pas que de la randonnée ! C'est un état d'esprit, une envie de découverte et de partage. 100% nature, c'est une véritable démarche écotouristique (lien) accessible à tous, avec de nombreux bienfaits (lien) sur la santé physique et mental.

Le trek est une manière respectueuse d'envisager un voyage. Le respect de l'environnement et des cultures du pays en sont les principaux fondements. C'est aussi :

- Favoriser les rencontres
- S'adapter aux conditions de la vie nomade : peu de confort, heures de repas décalées (déjeuner entre 14h & 16h et dîner entre 21h & 23h est la norme), gestion du repos différente : courte nuit et grande sieste, peu de notion du temps, accès limité à l'eau...
- Respecter les populations et l'équipe chamelière
- Respecter le groupe



...ET PARTIR A L'AVENTURE

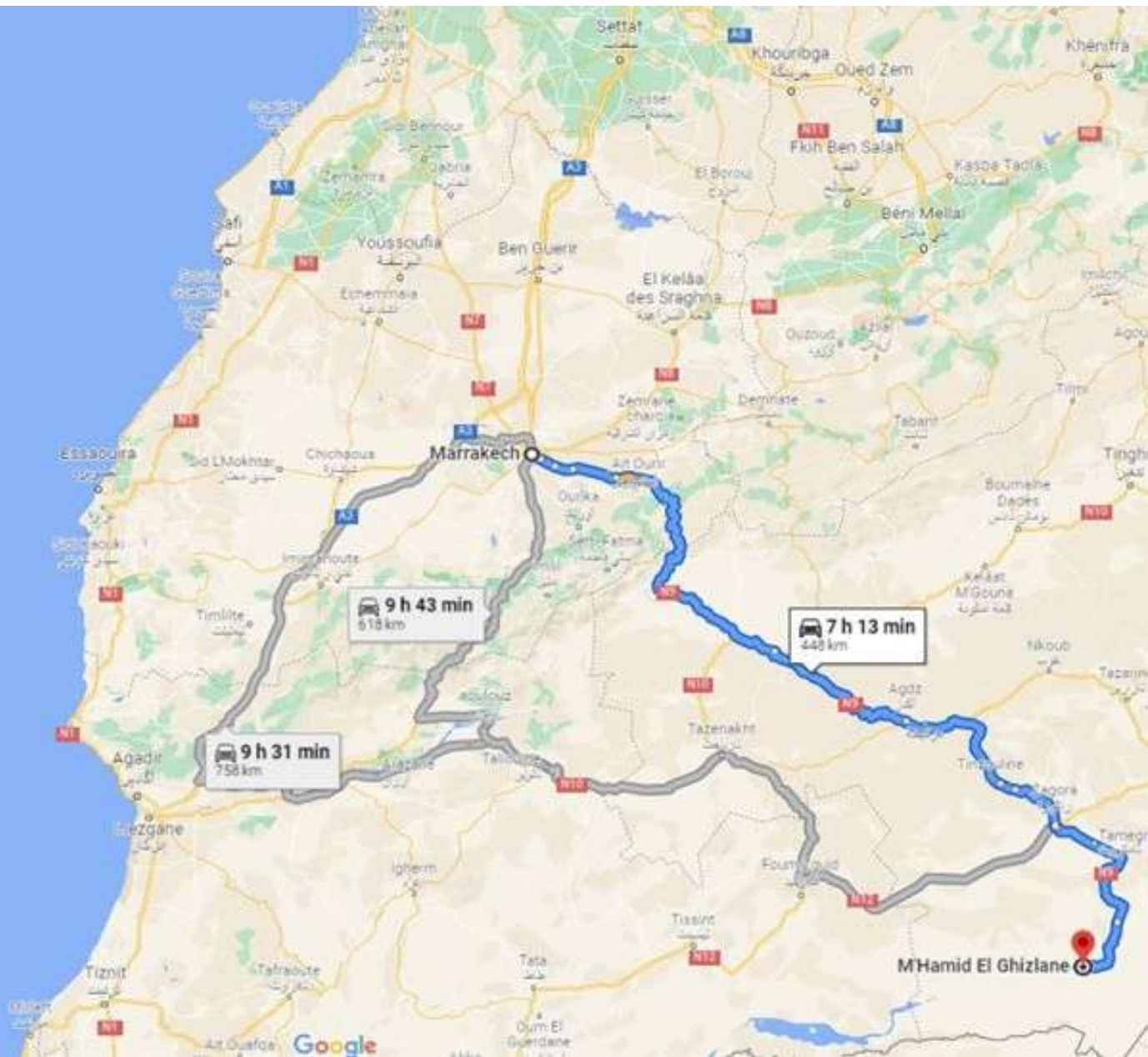
Le trek expose le trekkeur au dépaysement, l'oblige à regarder autrement.

Native du désert, l'équipe de Mélodie du désert garantit un séjour authentique. Les nomades saharaouies partagent leur mode de vie pendant le voyage et apprécient ces échanges interculturels. La musique, les chants et la danse tiennent une place importante dans la culture saharaouie et peuvent être partagées avec les trekkeurs au gré des rencontres et des moments (mais nous rappelons qu'ils ne sont pas « animateurs » de groupe).

L'équipe accompagnante offre une véritable expérience humaine. Leur savoir-faire et savoir-être est unique. En revanche, pour la plupart, ils n'ont jamais été scolarisé et ne sont pas, par conséquent, des spécialistes de l'histoire du Maroc.

SOMMAIRE

- 1. Modalité du voyage.....1
- 2. Fiche technique.....2
- 3. Quelques conseils.....4
- 4. Equipement.....6



MODALITE DU VOYAGE

L'équipe de Mélodie du désert est très heureuse de vous recevoir prochainement dans le désert Marocain.

- **Déplacement** : 4X4, minibus ou voiture-taxis
- **Portage** : Uniquement les affaires de la journée. Bagages portés par les dromadaires.
- **Mode de déplacement** : A pied. Les dromadaires sont à disposition pour être montés après le déchargement.
- **Hébergement** : Bivouac fixe confort & bivouac nomade
- **Encadrement** : Accompagnateur marocain (saharaouie) – équipe chamelière

- **Itinéraire** : Les itinéraires sur le site www.melodiedudesert.com sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés par l'équipe (en cas d'intempérie, événement sportif, site dégradé ...). La marche peut s'effectuer en 1 ou 2 étapes selon le groupe, les conditions climatiques, la saison... Sur demande, nous pouvons vous fournir l'itinéraire validé 1 semaine avant le départ en trek. Les temps de transport et de marche sont donnés « hors pause ».

- **Règlement** : Le solde du trek peut se payer à l'arrivée au Maroc (en espèce, auprès de Saïd, en euros ou dirhams) ou par virement bancaire au moins 20 jours avant le voyage* (compte domicilié au crédit agricole Maroc. *Le RIB est en dernière page*). Nous ne prenons pas la carte bancaire. **Frais de banque à la charge de l'émetteur.*



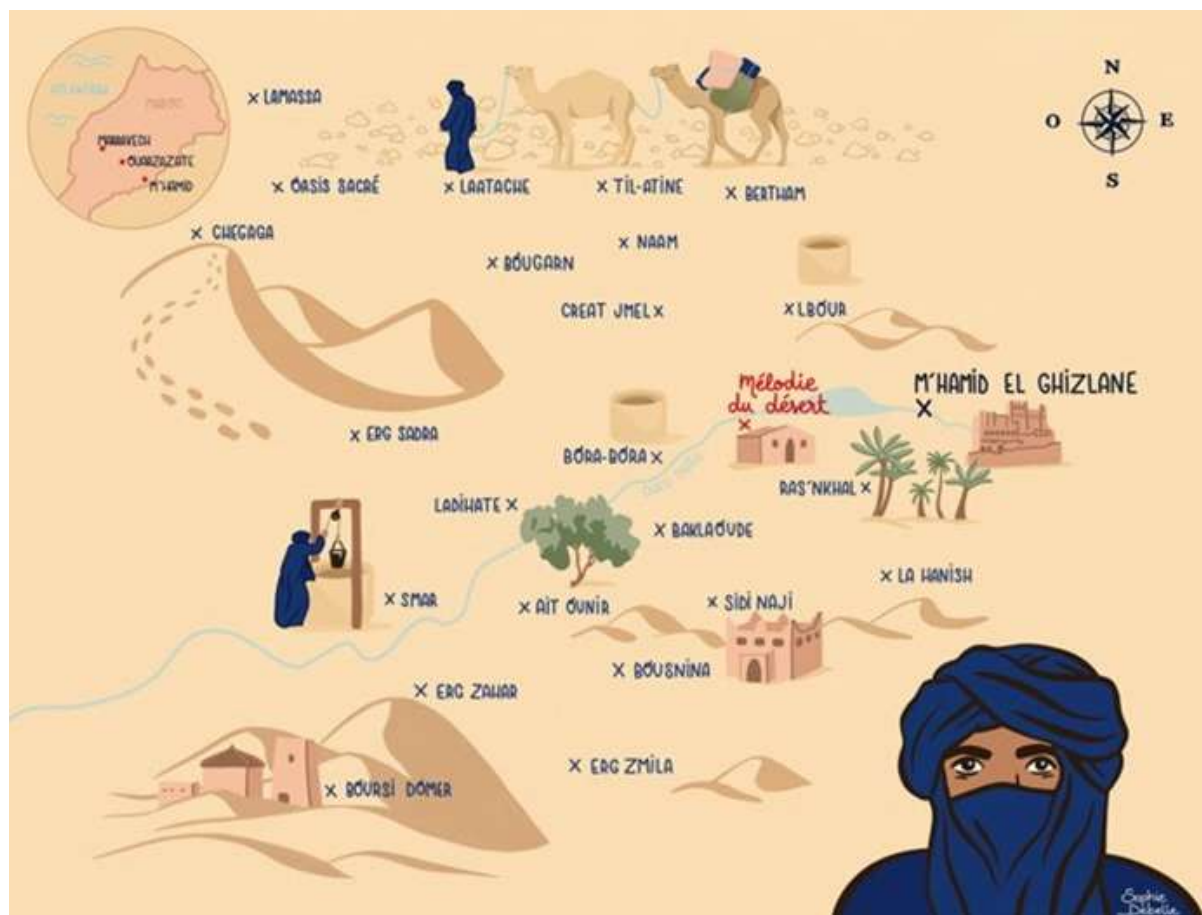
- **Contact sur place**
 - Saïd Azouz +212 6.61.77.84.29
 - Karen Tricoire +33 7.85.11.52.47 (appel, sms, What'apps, signal, viber)



FICHE TECHNIQUE

- **Avoir un passeport valide**, couvrant au moins la durée du séjour au Maroc. Les mineurs doivent également être titulaires d'un passeport valide.
- **Souscrire à une assurance rapatriement, médicale & assistance** avant votre arrivée au Maroc (Certains contrats d'assurances habitations, assurances civiles et certaines cartes bancaires les intègrent). Possibilité de souscrire en quelques clics à l'[Assurance Routard d'AVI](#) : remise de 5% avec le code MELODIE. Prendre la copie de l'attestation pour le voyage. Nous ne prenons pas en charge les assurances.
- **Tous les accueils** (aéroport, place Jema Efna, gare...) s'effectuent avec une pancarte « Mélodie du désert ». Les transports s'effectuent en 4X4, minibus ou voiture-taxi. Les chauffeurs sont « externes » à l'agence.
- **La monnaie** est le dirham Marocain. Dans les grandes villes, de nombreux distributeurs automatiques sont disponibles pour des retraits en dirhams. Un distributeurs ATM est disponible à M'hamid. Nous acceptons les euros et les dirhams. Echanger les derniers dirhams avant de quitter le royaume.
- **Téléphone & Wifi** : Réseau téléphonique et internet fonctionnent jusqu'à M'Hamid. Désactiver les « données mobiles » avant d'arriver au Maroc. Utilisez uniquement le Wifi (sauf contrat téléphonie internationale) Si besoin, des cartes SIM s'achètent dans toutes les épiceries (ou sont offertes dès l'aéroport en période de grande affluence). Les recharges s'achètent également en épicerie. Les aéroports et la plupart des hôtels, bars & restaurants possèdent des accès Wifi gratuits. Une fois dans le désert (bivouac & trek), seuls quelques endroits captent le réseau téléphonique et/ou le wifi 3G, et selon les téléphones ou opérateurs. Le désert invite à la déconnexion numérique que beaucoup apprécie. Dans les zones de réception, préférez rester en mode « silencieux » pour respecter les co-trekkeurs.
- **Les demandes de retour anticipé / rapatriement** au village sont facturées 140 € / véhicule (4X4 de 6 places) à remettre à Saïd sur place (une facture est transmise pour remboursement auprès de l'assurance).

- **En cas de neige** sur le col Tichka (décembre à février), nous avons la possibilité de rejoindre Marrakech par la route d'Agadir (+4h de route). Un ajustement du tarif est demandé : +20 € / personne (ou possibilité d'attendre le passage de la déneigeuse selon les demandes des passagers).
- **Les pourboires** sont de traditions au Maroc. Ils se remettent à la fin du voyage. Le montant est à la libre initiative de chaque trekkeur et peuvent être remis directement à l'équipe accompagnante (en espèce : euros et dirhams possible). Le montant dépend de la satisfaction et possibilité de chacun. La fourchette « moyenne » remise par les trekkeurs est d'environ 10% à 15% du prix du voyage pour l'ensemble de l'équipe (chauffeurs; équipe du bivouac fixe, équipe du trek). Dans une démarche d'écotourisme, nous rémunérons les équipes nomades équitablement, selon les contraintes internationales (alignement sur des tarifs relativement bas pour faire face à la concurrence) et locales (rémunération en cohérence avec les tarifs pratiqués au Maroc). La différence avec le salaire moyen en France est de 80%, et se situe autour de 300 à 350 € / mois. Nous encourageons les pourboires qui sont un complément de salaire (et une reconnaissance de leur travail) très utile pour les nomades et leurs familles. Loin des schémas ordinaires pratiqués en Europe, certains nomades optent pour un travail « au trek / à la tâche », tandis que d'autres préfèrent un travail et une rémunération fixe pendant la saison d'octobre à avril. Des rémunérations / aides indirectes sont également institués au sein de la famille et de la tribu (aide à l'achat de dromadaires, de chèvres, prise en charge des soins médicaux, des frais de scolarité...).
- **Le Maroc est une destination sûr classé « vert » par l'union européenne.** La vallée du Drâa, lieu du trek, est une zone sécurisée (militaire présent dans les villages et aux postes frontières) compte tenu de la proximité avec la frontière algérienne (conflit entre les 2 pays concernant le statut du Sahara Occidental). Mhamid El Ghizlane dispose d'un dispensaire et Zagora d'un hôpital. Les demandes de rapatriement s'effectuent sur demande auprès du guide, un 4X4 est dépêché dans les meilleurs délais.



QUELQUES CONSEILS

- Aucune recharge d'appareil n'est possible dans le désert (bivouac et trek), il est possible d'opter pour les chargeurs solaires portatifs ou voyager avec plusieurs batteries.
- Les journées s'écoulent au rythme du soleil et de la progression de la caravane, nous conseillons de se détacher des habitudes horaires (pas de montre, heure des repas...).
- Le trekkeur est invité à s'entraîner à la marche avant le départ et s'assurer d'être correctement équipé. Des marches d'entraînement régulières avant le départ sont conseillés pour former les jambes et habituer les pieds aux chaussures choisies pour le trek – et réduire le risque d'ampoule.
- L'eau est une ressource rare dans le désert. L'utiliser avec parcimonie (bidon ou eau des puits). Pour les utilisations de bouillotte, réutiliser la même eau chaque soir. En revanche, il est conseillé de s'hydrater régulièrement tout au long de la journée, même en période fraîche (minimum 1.5 L / jour / personne).
- Règles de sécurité : ne pas s'éloigner du campement la nuit sans avertir au moins 1 personne du groupe (perte du sens de l'orientation très rapidement), ne pas courir & crier à proximité des dromadaires.
- Fidèle compagnon depuis toujours, les dromadaires sont énormément choyés et respectés par les nomades. Ils ont pour la plupart un fort caractère et accepte peu les directives données par les personnes autres que ceux qu'ils connaissent. Ne pas les forcer s'ils ne souhaitent pas se lever / se coucher sur votre demande (même si cela semble facile pour les nomades).
- Evitez d'offrir des présents sur les sollicitations des enfants (bonbons, stylos...) pour ne pas inciter à la mendicité, préférez les remettre à un adulte responsable (chef de famille, chef de village, guide etc ...) qui se chargera de la distribution.



- Conseil Marrakech : Evitez de suivre les guides de rue (rabatteurs) qui promettent une belle adresse de restaurant, visite des tanneries etc, préférez refuser les tatouages hennés de rue. En cas de sollicitation récurrente : « La la, Saafi Baraka* » est la formule adéquate ! (*non merci, besoin de rien)
- Télécharger (Iphone / Android) une des applications : sky view , star walk, ou guide du ciel nocturne et étoiles... ».
- Les drones sont interdits au Maroc, sauf autorisation spéciale du gouvernement marocain.
- Bivouac fixe : Nous ne sommes pas reliés à un système de traitement des eaux, merci d'utiliser un minimum de shampoing / savon ; ne pas jeter le papier ou autres déchets dans les toilettes. Un hammam est construit au bivouac fixe, idéal pour un nettoyage en profondeur avant ou après le trek. Pour le respect des mœurs au Maroc, ne pas se montrer dénudé à l'extérieur des zones de douches / hammam (pour tous : homme, femme & enfant) > hammam, mode d'emploi (ici)
- Plus d'informations sur notre guide de voyage en ligne
- **Mais aussi,**
 - Les usages au Maroc
 - Quelques mots pour communiquer
 - Toutes les particularités du dromadaire
 - Incollable sur la datte
 - Les plantes du désert
 - Maroc, thé et gastronomie



L'EQUIPEMENT

Chaque trekkeur porte son sac à dos (léger) avec ses affaires nécessaires pour la journée. Le reste des affaires personnelles est transporté par les dromadaires. L'ensemble des affaires doit tenir dans un sac à dos et un sac / valise de voyage.

Les affaires dont vous n'aurez pas besoin pendant le trek peuvent être laissés au bivouac fixe, Elles seront gardées et surveillées pendant votre absence.

Le désert invite au détachement (matériel), nous conseillons de voyager léger.

Nous recommandons l'équipement suivant, à adapter selon la saison.

Lien vers la liste complète sur le site Mélodie du désert : [ici](#)



Températures moyennes max/min dans le désert, en °C

Oct 30/15	Nov 24/10	Déc 20/5	Jan 18/0	Fév 23/6	Mars 25/10	Avril 28/15	Mai 33/20
--------------	--------------	-------------	-------------	-------------	---------------	----------------	--------------



LE SAC À DOS (15 À 35L) POUR LA MARCHE

Le sac à dos doit pouvoir contenir :

- **Une gourde simple 1L à 1.5L par personne (ou gourde filtrante selon le trek)**

Nous fournissons de l'eau minérale en bidon plastique de 5L en quantité suffisante pour toute la durée du trek. *Cependant, pour les trekkeurs équipés de gourdes filtrantes, nous pourrions proposer l'eau du village et / ou l'eau des puits rencontrés. Ces gourdes filtrantes peuvent être utilisées jusqu'à 1500 L et permettent de consommer toutes les eaux trouvées lors des voyages (et ainsi éviter le gaspillage de plastique).*

Pour réduire notre impact écologique sur les treks « longs », les gourdes filtrantes sont obligatoires sur les treks suivants (ou pastille micropur) :

- 8 jours « L'esprit du désert - intermédiaire »
 - 9 jours « au cœur du Sahara - Sportif »
 - 12 jours « Les confins du Sahara »
 - 21 jours « transhumance saharienne ».
- **Appareil photo, téléphone** etc... (+ batteries supplémentaires et / ou chargeur solaire portatif)
 - **Papier toilette + briquet**
 - **Lunette de soleil, crème solaire**
 - **Pull ou veste**
- **Le chèche**

Indispensable, le chèche s'achète directement à M'Hamid (en boutique ou au bivouac fixe) pour 50 à 75 dirhams (foulard en coton de 3 m qui protège le visage de la chaleur, du froid, du sable, du vent et éventuellement des mouches).



SAC DE VOYAGE ET VALISE PORTÉ PAR LES DROMADAIRES



Pour la marche

- **Pantalons et chemises/teeshirts légers et amples** (de préférence long pour éviter l'utilisation de crème solaire. Peu de possibilité de se rincer). Un change tous les 2 à 3 jours est suffisant. Les gandoras sont idéales pour les mois chauds (octobre, avril et mai), elles peuvent s'acheter partout au Maroc. Véritable vêtement « climatisation » mixte. Lors des fortes chaleurs, il est préférable de se couvrir entièrement de 2 épaisseurs dont une couche extérieur ample (afin de protéger la peau des UVs et créer un mouvement d'air qui rafraîchit le corps).
- **Plusieurs paires de chaussettes** (des étapes pieds-nus ou en chaussettes sont envisageable sur les treks « sable »)
- **Une paire de chaussure ouverte et légère type sandales de sport** (avec chaussettes) – A défaut, une paire de tennis légère ou des chaussures de marche déjà habituées aux pieds du trekkeur peuvent convenir. Une 2ième paire de chaussure type tennis / basket légère est conseillé pour alterner en cas de maux de pied, et pour le soir.

Pour les soirées et nuitées

- **Un pull** (printemps / automne) et **une veste chaude** (hivers)
- Vêtement de nuit, éventuellement un bonnet et des gants pour décembre – janvier.
- **Une paire de chaussure fermée**

Autres

- Vêtement du retour à isoler du reste (ou à laisser au bivouac fixe)
- **Lampe frontale**
- **Un sac de couchage** à adapter selon la saison (et éventuellement un oreiller) :
 - Confort -5° à 0° en décembre, janvier, février.
 - Confort 5° à 10° en novembre et mars.
 - Confort 10° à 15° en avril et octobre
 - Un sac à viande ou simple drap en septembre et mai.
- Sachets plastiques (pour protéger les passeports, papiers importants et appareil photo type reflex)
- **Facultatif** : serviette de toilette (pour le bivouac fixe et le trek), jumelle, bâton de marche (pour les treks longs ou si maux de genoux), lunette de piscine, ski ou moto pour les yeux fragiles (ou si lentilles de contact), oreiller gonflable, matelas de trekking (si maux de dos)
- **Soin divers** : Pansements (simple ou double-peau), élastoplast (prévention des ampoules, parapharmacie), antiseptique, le nécessaire pour une toilette sans eau (lingettes sans alcool, lotion sans rinçage), produit de rinçage des yeux et nez, hydratant lèvres, siwak (remplace la brosse à dent), gant de crin et savon noir (nécessaire de hammam), filmogel (si sujet aux crevasses)
- **Médicaments** : Antalgique, anti-inflammatoire, anti-nauséeux, anti-diarrhéique, antispasmodique, solution réhydratante.
- Pour les intestins fragiles : Lactibiane voyage du laboratoire Pilège. Pour les transits irréguliers : psyllium blond
- (ou) Huile essentielle (origan compact, menthe poivrée...) – Solution à la propolis (blessure, plaie, ampoule)

Les écarts de températures entre les moyennes de saison et la réalité peuvent être importants. Nous conseillons de consulter la météo prévue à M'hamid El Ghizlane quelques jours avant le départ afin d'adapter au mieux l'équipement.



MELODIE DU DESERT FOURNI :



- Les grandes tentes nomades type Khaima. Octobre, novembre, mars et avril sont les meilleurs mois pour des nuits à la belle étoile. Possibilité de demander une tente solo / double (type Queshua) : 25 € / tente (à réserver obligatoirement avant le départ, sous réserve de disponibilité)
- Des petits matelas (environ 4 à 6 cm)
- Des couvertures chaudes en cas de besoin (sur demande)
- Possibilité de louer un sac de couchage confort 0° : 25 € / trek (à réserver obligatoirement avant le départ, sous réserve de disponibilité)
- La tente pour la préparation des repas et le matériel de cuisine
- Les repas et boissons (thé) pour toute la durée du trek
- L'eau minérale en bouteille (sauf pour les treks supérieurs à 7 jours)



Les repas

Le matin, est prévu un petit déjeuner « occidental », le déjeuner se fait généralement à l'ombre d'un Tamaris (repas froid) et le dîner se prend près du bivouac autour d'un feu (repas chaud). Le thé nomade est proposé à chaque repas. Une collation est proposée pendant la marche (dattes de la vallée du Draa, fruits frais, fruits secs ou oléagineux...). Possibilité d'adapter les repas sur demande (végétarien, allergie, intolérance...)

L'eau

L'eau utilisée pour la confection des repas est désinfectée. Pour la boisson, l'eau proposée est de l'eau en bouteille (bidon 5L). *Nous prévoyons 2.5L à 3.5L d'eau de boisson par personne et par jour.* Il est fortement déconseillé aux trekkers de boire directement l'eau des puits comme les nomades (possible avec la gourde filtrante). Eviter de boire l'eau des robinets (hôtel, restaurant, bivouac fixe).

Les toilettes et la douche

Les toilettes s'effectuent à la discrétion du groupe, derrière une dune ou un arbuste. Chacun est invité à brûler son papier après utilisation. Ne pas enfouir le papier dans le sable (*mais recouvrir les déjections pour éviter toute prolifération de bactéries, via les mouches*)

Un peu d'eau peut être proposé chaque jour pour une toilette succincte (mains, visage et dents) Le demander à l'équipe.

L'eau des puits peut être utilisé très raisonnablement (éviter au maximum lessive, shampoing, savon). Ils servent de réserve d'eau pour les nomades et leurs troupeaux. Eviter de s'enduire de crème solaire car il y a peu de possibilité de se rincer.

Les déchets

Les déchets sont brûlés au fur et à mesure du trek. Le village ne possède pas de système de traitement de déchet (ils y sont également brûlés à ciel ouvert)

Les déchets des menstruations peuvent être brûlés dans le feu après le dîner / thé (préalablement mis dans un sachet) ou ils peuvent être ramenés au bivouac fixe (conseil : transporté dans un sachet, parfumé de quelques gouttes d'huile essentielle). De l'eau supplémentaire peut être fourni sur demande.

Nous restons disponible pour toutes autres questions
Merci d'avoir choisi d'effectuer ce voyage avec nous.



Vous trouverez ci-dessous notre IBAN domicilié au Crédit agricole Maroc de Zagora (hors zone Sepa).
Les frais bancaires sont à la charge de l'émetteur. Merci d'effectuer le virement 20 jours minimum avant le départ et nous transmettre un justificatif de paiement* (nous acceptons aussi les espèces sur place : euros, dirhams...).

Nota : Le bénéficiaire est SAID AZOUZ (tout virement effectué au nom Mélodie du désert sera refusé par la banque)

 **Attestation de Relevé d'Identité Bancaire**

Prénom et nom (Raison sociale.) : AZOUZ SAID
Numéro de compte : 0080139966320118
Adresse : DOUAR AARIB MHAMID ZAGORA

Nous soussignés, Directeur et Chargé de Clientèle, agissons au nom
Crédit Agricole Maroc . Attestons par la présente que M. (la société)
AZOUZ SAID
est titulaire sur nos livrés d'un compte N° : 0080139966320118
Relevé d'Identité Bancaire (Rib) N° IBAN : MA64 225 565 0080139966320118 20
Code SWIFT (BIC) : CNCAMAMR

Cette attestation est délivrée à l'intéressé sur sa demande pour servir et valoir ce que de droit.

Fait à Zagora le 17/04/2024

Le Chargé de Clientèle   Le Directeur 

C.A.M. 54124
03301185 - ج. ت. - الرباط 58873 - ت. 4 227 676 500 رأس المال 4 227 676 500 درهم، س. ت. الرباط 58873 - ج. ت. -
www.creditagricole.ma - (212) 05 37 70 78 32 - الفاكس : (212) 05 37 20 82 19 إلى 26 : الهاتف : 10 000-49 - من. ب. -
المقر الاجتماعي : ساحة الطوبى - م. ب. - 10 000-49 - الرباط - الهاتف : 26 : إلى (212) 05 37 20 82 19 - الفاكس : (212) 05 37 70 78 32 -
Crédit Agricole du Maroc - S.A. à Directoire et à Conseil de Surveillance au capital de 4 227 676 500 Dh - R.C. Rabat 58873 - I.F.03301185
Siège Social : Place des Alaouites - B.P. 49 - 10 000 Rabat - Tél. : (212) 05 37 20 82 19 à 26 - Fax : (212) 05 37 70 78 32 - www.creditagricole.ma

MELODIE DU DESERT
Agence agréée Patente N°47725333

Douar Aarib - 47402 Mhamid El Ghizlane - Maroc
www.melodiedudesert.com - melodiedudesert@gmail.com
(+33) 07.85.11.52.47 - (+212) 06.61.77.84.29