Immersion en terre berbère

TREKS, EXPÉRIENCES & DÉCOUVERTE

13 au 20 octobre 2024

SÉJOUR ÉPI-CURIEUX
ORGANISÉ PAR MOMENTS DE VIE

IMMERSION EN TERRE BERBERE

Une occasion unique de plonger au coeur de la culture berbère et de découvrir le fabuleux désert du sahara.

Treks d'environ 15 km par jour

Expériences berbères : Visites culturelles et ateliers

Initiation ou perfectionnement à la **navigation avec carte et boussole**

5 nuits en **bivouac itinerant**. 2 nuits en **auberge**

Séjour en **petit comité** pour une ambiance intime et un **encadrement sur mesure**

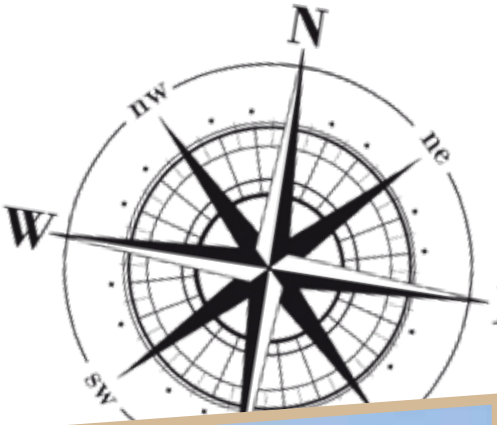
LES TREKS

Accompagnés **d'Anne-Perrine** et d'un **guide amazigh,** vous partirez sur des parcours très variés d'une quinzaine de kilomètres.

Ces treks **sont accessibles à tous** et chacun progressera à son rythme.

Vous traverserez des dunes majestueuses, mais aussi des regs, oasis et toutes sortes de paysages aussi impressionnants qu'époustouflants. Vous rencontrerez les habitants du désert, croiserez des nomades, découvrirez une faune et une flore étonnantes. Le désert n'est pas si désert !

Les treks sont aussi l'occasion de vous **initier à la navigation à la boussole et à l'étude des cartes**. Cette initiation pourra être approfondie sur le bivouac.



LES VISITES

Souk de Rissani

Berceau de la glorieuse dynastie alaouite, ancien centre caravanier majeur, Rissani possède l'un des souks les plus authentiques du Maroc.

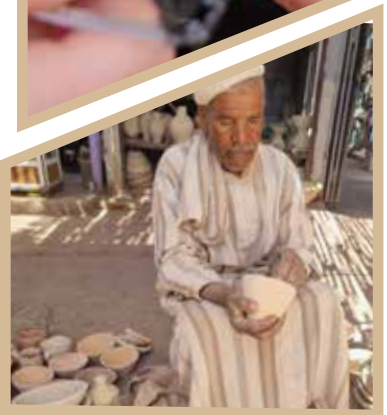
Aventurez-vous dans le souk, plongez dans les dédales animés, sentez les nombreuses épices, respirez l'ambiance unique et imprégnez-vous de la vraie vie marocaine. Le voyage commence !

Atelier de fossiles

La région d'Erfoud est le « plus grand musée de fossiles à ciel ouvert du monde » avec plus de 500 variétés de fossiles. Découvrez comment les artisans utilisent le marbre fossilisé et les merveilles qu'ils en font, c'est magnifique !

Village amazigh

Rencontrez le très chaleureux peuple du désert, les amazighs (« hommes libres » en berbère), promenez-vous dans le village et la palmeraie, découvrez leur mode de vie et leur culture ancestrale, pour une immersion totale et enrichissante !



LES ATELIERS

Exemples d'ateliers proposés sur la semaine

Cuisine berbère

Vous participerez à la préparation de la taguella, pain berbère cuit dans le sable, de la Madfouna, pizza berbère, du amlou, pâte à tartiner berbère ou autres merveilles gourmandes en fonction de l'humeur du cuisinier. A vos papilles !!

Beauté berbère

Les femmes amazighes partageront avec vous leurs secrets de beauté. Vous saurez tout sur les usages et bienfaits du henné, du rhassoul, de l'Aker el Fassi, du savon noir, du khol, de l'eau de rose, de l'huile d'argan et d'autres produits naturels du Maroc …. Bien-être garanti !

Peinture sur poteries berbères

La poterie berbère - réalisée à base d'argile abondante au Maroc - est une activité artisanale et traditionnelle très ancienne. Leurs imperfections et irrégularités apportent de l'authenticité et gardent en mémoire le passage d'une main assurée et passionnée.
Inspirez-vous de motifs berbères, laissez agir l'artiste qui est en vous et décorez des poteries berbères à l'aide de pigments naturels.

Découverte des étoiles.

Les conditions atmosphériques, géographiques et météorologiques font du désert du sahara l'un des meilleurs spots d'astronomie au monde, surtout un soir de nouvelle lune que nous avons la chance d'avoir le 14 octobre 2023 (si le temps nous le permet). Vous partagerez les connaissances d'un passionné pour un voyage dans la voie lactée. Déconnexion assurée !

Initiation aux percussions berbère

Nous ne pouvons pas parler de culture berbère sans parler de musique et surtout de ces percussions dont le rythme incroyable vous transperce et vous transporte.
Leur utilisation relève de tout un art ancestral que vous tenterez d'apprendre et de maitriser en suivant le rythme et en vous laissant immerger par la culture amazighe et la magie du désert. Très belle soirée en perspective !

LE PROGRAMME

Dimanche 13 octobre 2024 *Départ pour le Maroc*

Récupération des épi-curieuses à l'aéroport d'Errachidia en fin de soirée (vol unique qui arrive vers minuit)
Transfert vers l'auberge à Errachidia.

Lundi 14 octobre *En route pour le désert*

Petits-déjeuners au bord de la piscine de l'auberge.
Départ en 4x4 vers le désert. En route, visite d'un atelier de fossiles, visite du souk de Rissani et déjeuner.
Atelier, apéritif, dîner et nuit sur le bivouac

Mardi 15 octobre *Trek dans le desert*

Petits-déjeuners marocain sur le bivouac
Trek avec initiation à la navigation et visite d'un **village berbère** .
Atelier, apéritif, dîner et nuit sur le bivouac

Mercredi 16 octobre *Trek dans le desert*

Petits-déjeuners marocain sur le bivouac
Initiation à la navigation avant et pendant le **Trek**.
Atelier, apéritif, dîner et nuit sur le bivouac

LE PROGRAMME

la suite.

Jeudi 17 octobre *Trek dans le désert*

Petits-déjeuners marocain sur le bivouac.
Trek vers le 2e bivouac - Déjeuner sur le parcours
Atelier, apéritif, dîner et nuit sur le bivouac

Vendredi 18 octobre *Trek dans le désert*

Petits-déjeuners marocain.
Trek - Déjeuner sur le parcours.
Atelier, apéritif, dîner et nuit sur le bivouac

Samedi 19 octobre *En route vers Merzouga*

Petits-déjeuners marocain sur le bivouac.
Cours de cuisine berbère.
Lèche vitrine dans Merzouga.
Soirée et nuit à l'hôtel au pied des dunes.

Dimanche 20 octobre *Vol retour*

Transfert vers l'aéroport très tôt le matin.

LE BIVOUAC

Hinérant, il se déplace en plein cœur du désert, loin de la zone touristique de Merzouga, pour une ambiance privilégiée dans un cadre époustouflant.

- **Tentes de 9m2** avec 2 matelas en mousse ferme séparés et recouverts de draps housse+ oreillers.
- Tentes sanitaires avec **WC à l'anglaise.**
- Tentes douches qui se prennent au seau d'**eau à température ambiante.**
- Tente restaurant avec buffet marocain pour les dîners et petits-déjeuners.
- Les déjeuners sont pris sur le parcours.
- Zone de détente et d'apéro avec poufs et tapis autour du feu.
- Tente de massage berbère en option, 12€ les 30 minutes.

BUDGET 1150€

Le tarif comprend :

- L'adhésion à l'association
- Le pack de bienvenue (surprise)
- Les différents transferts au départ et jusqu'à l'aéroport d'Errachidia
- La pension complète sur 6 jours
- Les 5 nuits en tentes caïdales (sur la base d'une tente double)
- Les 2 nuits en auberge (sur la base d'une chambre double)
- Les 4 journées de trek accompagné (Accompagnatrice + amazigh)
- La gestion des bagages et sécurité (une accompagnatrice et un véhicule motorisé)
- Les différentes visites (Village, souk, fossiles...)
- Les différents ateliers « expériences berbères »

Le tarif ne comprend pas :

- Les vols jusqu'à Errachidia
- Les boissons alcoolisées
- Les dépenses personnelles
- Les massages
- Les suppléments pour un hébergement en tente ou chambre single 120€
- Assurance rapatriement (obligatoire) et

CONTACTS

Sophie & Anne-Perrine
Association Moments de vie

WWW.ASSOCIATIONMOMENTSDEVIE.FR

ASSOCIATIONMOMENTSDEVIE @GMAIL.COM

+33 (0)6 30 04 01 81