

MAROC

GORGES DU M'GOUN, TRAVERSEE NORD SUD DU HAUT ATLAS CENTRAL

8 jours - 7 nuits - 5 jours de marche



Une randonnée au Maroc, au départ de la vallée des Aït Bougmez, dans le damier vert et jaune des cultures ; les maisons berbères aux murs en pisé s'accrochent sur les flancs des montagnes ; après avoir franchi le col d'Aït Imi, le sentier devient un belvédère unique sur les grandes vallées du M'Goun... puis il bascule en versant sud, inondé de soleil, et pénètre dans les gorges profondes où lauriers roses, palmiers, kasbahs fortifiées et... baignades ludiques, font de ce séjour un des plus beaux du haut Atlas central. Nous entrons ensuite dans les superbes « jardins de l'Atlas », aux portes de la célèbre vallée des roses, où vergers d'abricotiers, de figuiers et d'amandiers, ombragent les villages rouges typiques de ces contrées au charme incontestable. Un véritable trek au Maroc, haut en couleurs, dans les gorges du M'Goun, lors de cette traversée nord sud du haut Atlas central...

Le massif du M'Goun est situé dans la partie centrale du Haut Atlas. Au niveau administratif, il appartient à la province de Ouarzazate. La rivière M'Goun est l'affluent de l'oued Dadès et prend sa source au pied de la montagne pour arroser plus bas, toute la région de Kelaat M'Gouna.

La vallée des roses est donc le prolongement des gorges du M'Goun ; mais c'est aussi là que tout change : costumes traditionnels des femmes, architecture des maisons, cultures des arbres fruitiers, cultures des roses...

Le M'Goun 4068m... Le troisième sommet le plus haut du Maroc, le plus sauvage et le moins fréquenté... Passant par la « Vallée Heureuse », débouchant sur les grandes vallées sauvages privées de toute voie de communication, traversant les superbes « jardins de l'Atlas », ce séjour emprunte un itinéraire sauvage où les populations berbères ont gardés leurs coutumes et traditions ancestrales.

DESTINATIONS QUEYRAS
8 ROUTE DE LA GARE – 05600 GUILLESTRE – FRANCE
Tel : (+33) 04 92 45 04 29

e-mail : contact@randoqueyras.com - web : www.randoqueyras.com

Paysages d'une rare beauté, rencontre avec les nomades et les villageois, font de ce voyage un séjour unique et varié qui parcourt un des plus beaux sites du Maroc.

Les points forts du parcours

Les gorges du M'Goun, les plus spectaculaires du haut Atlas.

La vallée des Aït Bougmez avec ses maisons aux murs en pisé.

L'authenticité des petits villages berbères tout au long du circuit.

L'arrivée à Boutaghar, la « ville rouge », aux portes de la vallée des roses.

PROGRAMME

Jour 1 :

Marrakech

Accueil à l'aéroport de Marrakech par notre équipe puis transfert et installation à l'hôtel.

Transfert : 4x4 ou minibus (10 minutes).

Hébergement : Hôtel.

Jour 2 :

Marrakech - Vallée des Aït Boughez

Transfert en véhicule jusqu'au cœur du Haut Atlas central via Azilal et le col d'Aghbar. Arrivée en milieu d'après-midi sur la Vallée Heureuse. Petite marche dans la vallée afin de découvrir les villages aux murs en pisé et le marabout de Sidi Moussa.

Transfert : 4x4 ou minibus (5 heures environ)

Temps de marche : 2 heures environ.

Dénivelée positive : + 200 m.

Dénivelée négative : - 200 m.

Hébergement : Gîte

Jour 3 :

Aït Boughez - Aït Ahmed

Passage du col d'Aït Imi (2 900 m) ; superbe vue sur les vallées des Aït Boughez et les sommets environnants dépassant tous 3 000 m. Descente ensuite dans la « vallée perdue », le long de la rivière où s'égrainent les villages à l'ombre des noyers centenaires ; arrivée sur le village d'Aït Ahmed, installé sur les berges du M'Goun.

Temps de marche : 6 heures environ.

Dénivelée positive : + 905 m.

Dénivelée négative : - 800 m.

Hébergement : Gîte.

Jour 4 :

Aït Ahmed - Igherm Izdarn (2 000 m)

Descente de la vallée d'Ouzirimt et découverte des nombreux villages berbères entourés de champs et de jardins. Arrivée à l'entrée des gorges du M'Goun en fin d'après-midi. Les gorges du M'Goun sont classées et considérées comme étant les plus belles de tout le Haut Atlas.

Temps de marche : 6 heures 30 environ.

Dénivelée positive : + 500 m.

Dénivelée négative : - 350 m.

Hébergement : Bivouac sous tente biplace

Jour 5 :

Igherm Izdarn - Tiranimine (1 780 m)

Journée ludique avec un petit goût d'aventure... dans un cadre grandiose où les murailles des gorges se resserrent, jusqu'à ne laisser passer qu'une seule personne à la fois, descente de la rivière, les pieds dans l'eau... Les lauriers roses accompagnent cette étape fantastique. Arrivée sur Tighanimine en fin d'après-midi.

Temps de marche : 5 heures 30 environ.

Dénivelée positive : + 500 m.

Dénivelée négative : - 600 m.

Hébergement : Bivouac sous tente biplace.

Code : VOYMGOUN

Jour 6 :**Tiranimine - Boutaghar (1 580 m).**

Découverte des villages bâtis au beau milieu des gorges, le long des berges de la rivière... nous sommes dans les fameux « jardins de l'Atlas »... et au départ de la vallée des roses où arbres fruitiers, rosiers, kasbahs fortifiées embellissent les lieux d'une façon indescriptible... Arrivée sur Boutaghar en fin d'après-midi.

Temps de marche : 6 heures.

Dénivelée positive : 0.

Dénivelée négative : - 500 m.

Hébergement : Bivouac.

Jour 7 :**Boutaghar - Marrakech**

Découverte du village de Boutaghar avec ses murs de terre rouge et ocre, un des plus beaux du haut Atlas... continuation le long de l'oued M'Goun... une dernière fois avant de faire le transfert retour sur Marrakech. Temps de repos à l'hôtel ou visite libre de la ville.

Temps de marche : 2 heures

Transfert : Minibus (6 heures).

Hébergement : Hôtel.

Jour 8 :**Marrakech - France**

Temps libre en attendant l'heure du transfert pour l'aéroport. Vol pour la France.

Transfert : Minibus ou 4x4 (10 minutes).

LES HEURES DE MARCHE S'ENTENDENT ARRÊTS COMPRIS (sauf pause de midi) ET SONT STRICTEMENT INDICATIVES.

En raison des risques et des imprévus techniques, climatiques ou autres pouvant intervenir directement ou indirectement sur votre séjour, notre agence ou son représentant durant le séjour se réserve le droit de modifier l'itinéraire, la succession des étapes, voire d'annuler certaines prestations du programme, notamment si des conditions particulières mettent en cause la sécurité du groupe ou d'une seule personne.

« Le trekking, la randonnée, c'est une passion, un état d'esprit... L'imprévu fait partie intégrante de cette éthique du voyage : "sortir du programme" prévu, l'espace de quelques temps, afin de vous faire vivre quelque chose d'inattendu et pourtant de typique ou authentique nous semble incontournable... Chez nous, nous cultivons cet état d'esprit : vivre une fête traditionnelle ou autre évènement qui se déroule au village voisin de notre lieu d'hébergement, être invité chez l'habitant alors que nous devons passer notre chemin, observer un animal rare et le suivre un moment... Tous nos guides sont à l'affût de ces petits moments exceptionnels qui vous feront vivre encore plus intensément votre voyage... C'est aussi pour cela que vous aimez le trekking et la randonnée, que vous aimez sortir des « sentiers battus »!! ... ».

VOUS ÊTES EN AFRIQUE... Voyager en Afrique est parfois difficile à prédire ; la nature même d'un voyage dans des milieux reculés suscite parfois des imprévus qu'il faut savoir surmonter en développant un certain goût pour l'aventure. Les distances à parcourir sont parfois longues et nécessitent de longs temps de trajet. Des circonstances inattendues dues aux conditions de route ou à la défaillance mécanique peuvent retarder et changer l'itinéraire.... Mais c'est entre autre pour cela que vous avez choisi ce style de voyage... pour vivre une aventure hors du commun en pays d'Afrique !!

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Vous trouverez sur votre convocation, l'heure de décollage ainsi que l'heure à laquelle vous devrez vous présenter au guichet d'enregistrement. En règle générale, vous devrez vous présenter à l'aéroport 2h00 avant le décollage.

ATTENTION ! Conformez-vous à la réglementation quand aux bagages à main car lors du contrôle de police, il pourrait vous être supprimé. Vous trouverez pour cela un petit dépliant qui accompagne votre billet d'avion. Mesdames, veillez à ne pas oublier vos ciseaux ou pince à épiler dans votre sac.

En cas de litige ou de perte de vos bagages : il faut établir obligatoirement et sur le moment une déclaration de perte auprès du bureau des réclamations qui se situe dans l'enceinte de l'aéroport. Si vous veniez à quitter l'aéroport, la compagnie refusera votre requête. Notre agence ne pourra en aucun cas intervenir.

DISPERSION

L'horaire figure sur votre billet d'avion.

Vous aurez confirmation, par votre guide, et en fin de séjour, du maintien ou du changement des horaires prévus pour le retour.

Comme à l'aller, vous serez convoqué 2 heures avant le départ.

FORMALITES

Pour les français, un passeport en cours de validité est exigé, encore valable à votre retour en France. Pour les autres nationalités, consultez votre consulat. Le passeport est obligatoire pour tous les séjours au Maroc en itinérance (c'est le cas de votre séjour).

Si vous voyagez avec des enfants, il faut savoir qu'il est aujourd'hui impossible d'inscrire vos bouts de choux sur votre passeport ; il faut désormais que les mineurs aient leur propre passeport.

ATTENTION : Lors des contrôles douaniers, tout participant n'étant pas muni d'un passeport valide sera refusé à l'embarquement et ne pourra pas participer au voyage. De plus aucune assurance ne tiendra compte de ce motif d'annulation et vous ne serez en aucun cas remboursé.

N'hésitez pas à consulter le site du Ministère des Affaires Etrangères : www.diplomatie.gouv.fr
Adresse du consulat du Maroc à Paris : Consulat du Maroc 19 rue Saulnier 75 009 PARIS Tel : (01) 45 33 81 41

NIVEAU

3 chaussures

5 jours de marche à un niveau Moyen ne présentant aucune difficulté technique. L'itinéraire emprunte les sentiers qui longent les berges de la rivière de village en village. Lors de la descente des gorges, il faudra mettre les pieds dans l'eau jusqu'aux genoux parfois... ce séjour s'adresse à des personnes en bonne santé et aimant pratiquer la randonnée en montagne lors de quelques week-ends.

Les temps de marche sont comptés arrêts compris (sauf pause de midi) et sont de 4 à 6 heures. Les temps annoncés sont des fourchettes ; il y a des groupes qui « mettent plus et d'autres qui mettent moins »...

Si vous le désirez, vous pourrez louer une mule de selle en cas de fatigue : 110 €.

LE NIVEAU PSYCHOLOGIQUE

La préparation psychologique fait aussi partie du voyage ; elle est peut-être plus importante que la préparation physique. Pensez-y, cela vous aidera à surmonter certaines situations et à « lâcher prise ».

Nous ne dormons pas en hôtel mais en bivouac sous tente biplace et en gîte. Ces paramètres impliquent qu'il faudra savoir accepter des conditions de vie simples et parfois rustiques... mais tout cela, vous le savez et c'est pour cela que vous avez choisi ce style de voyage...

Vous allez vivre en communauté avec les autres membres du groupe. Vous pourriez être interpellés face à certaines réactions ou comportements. Vous devrez faire preuve de patience, de tolérance et parfois d'humour afin de faire « passer la pilule »...

Vous allez vivre dans un milieu différent du vôtre, vous allez découvrir d'autres populations avec une culture différente de la votre ; certaines situations ou comportements peuvent vous surprendre...

Enfin la météo est parfois capricieuse... ne faites pas chuter votre moral en même temps que la pluie... le trek et la montagne c'est aussi ça...

Pensez avant de partir à tous ces paramètres ; ils font peut-être sourire mais font bel et bien partie du voyage. Si vous y êtes préparés, vous aborderez ces situations avec plus de sérénité et vivrez bien mieux vos vacances.

HEBERGEMENT

Pour les jours 1 et 7, vous serez logés en Riad sur Marrakech en chambre double ou triple avec salle de bains.

Sur votre demande, vous pourrez réserver une chambre individuelle, moyennant un supplément de 50 €.

Les repas du soir à Marrakech sont libres mais l'hôtel propose de bons menus à de bons tarifs. Dans les hôtels et restaurants marocains, l'eau consommée au cours des repas est payante.

Au cours du trek, 3 nuits sous tente biplace avec matelas mousse épais à votre disposition. Sur votre demande, vous pourrez réserver une tente individuelle moyennant la somme de 40 €. Il y aura en plus une tente mess (marabout) pour prendre les repas du soir et une tente cuisine pour confectionner les repas.

Une tente toilette et une tente douche, tables et chaises pour les repas seront à votre disposition (pour les groupes supérieurs à 6 personnes).

Une bassine d'eau avec un savon est toujours à votre disposition dans les bivouacs et lors du repas de midi pour laver vos mains.

2 nuits en gîte d'étape, dans des petits dortoirs spacieux de 4 à 6 personnes avec lits ou matelas confortables posés sur des tapis. En règle générale (mais pas de façon systématique), le gîte fournit draps et couvertures. Les sanitaires et les douches peuvent être privatifs ou collectifs.

Ces gîtes sont agréés par le Ministère du Tourisme Marocain ce qui nous assure un minimum de services obligatoires. Il n'y a pas de classement (une étoile, deux étoiles...) ce qui veut dire que les gîtes peuvent être différents en matière de confort d'un village à l'autre.

Possibilité de louer un sac de couchage : 40 € (nous le signaler à l'inscription).

TRANSFERTS INTERNES

De l'aéroport à l'hôtel et de l'hôtel au lieu de départ de la randonnée A/R, des 4x4 ou minibus assureront les différentes liaisons.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous n'avez rien à porter durant la journée, sauf votre petit sac à dos qui contient un lainage, un coupe-vent, une gourde et votre appareil photo.

Pour votre sac de voyage, ce sont des mules qui assurent le transport d'un bivouac à l'autre.

ENCADREMENT

Votre équipe sur le terrain sera composée d'un guide marocain francophone. Il est diplômé et a été formé par la seule école des guides du plateau africain à Tabant. Il est assisté d'un cuisinier et d'une équipe de muletiers. Originaires des contrées que nous traversons, ils connaissent leurs vallées comme personne d'autre... posez leur des questions ; ils en concluront que vous êtes intéressé par tout ce que vous voyez, que vous appréciez les choses et que vous voulez en savoir davantage... ils se feront un plaisir de répondre à toutes vos interrogations.

À SAVOIR : Il vous arrive parfois, lors de votre retour sur Marrakech, de demander à ce que le guide vous accompagne dans les souks ou monuments que vous voudriez visiter. Sachez qu'il n'a pas le droit de pénétrer dans la ville à pied en votre compagnie. Il y a des guides de ville pour cela ; ils supportent mal la concurrence et vous pourriez mettre à mal votre cher guide de montagne...

À PROPOS DES MULETIERS

Afin de préparer les repas en temps voulu, afin que le bivouac soit monté avant que vous n'arriviez, les muletiers et le cuisinier partent parfois devant à leur rythme, en empruntant parfois d'autres sentiers et ne marchent pas avec vous. Prévoyez donc de mettre dans votre petit sac le nécessaire pour la journée ; c'est-à-dire un coupe vent, la gourde etc. vous retrouverez votre gros sac de voyage le soir au bivouac et parfois le midi...

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Prévoir un grand sac de voyage à ouverture latérale ou grand sac à dos (la valise et le sac à armature sont inadaptés) et un petit sac à dos (25 à 35 litres) pouvant contenir une gourde, un appareil photo et un linge.

Les papiers et documents à ne pas oublier

- La carte bleue, les traveller's cheks (et leurs bordereaux), l'argent liquide. Il y a des distributeurs automatiques sur Marrakech et Ouarzazate.
- Le passeport
- Les billets d'avion
- Les photocopies de tous les papiers officiels (passeport, billet d'avion).
- Les numéros de téléphone de votre compagnie d'assurance/assistance/rapatriement avec votre carnet (si vous avez souscrit cette assurance chez nous).
- Votre carnet de vaccination.
- Une ou deux photos d'identité (au cas où).
- Votre journal de bord (si vous avez envie).
- Un stylo et crayon à papier.

Rangez les papiers et argent

- Voyagez de préférence avec peu de liquidité sur vous (ne pas mettre tout l'argent au même endroit sur vous).
- Sac « banane » ou tour de cou

La trousse de toilette

- Une crème solaire.
- Un petit tube de crème pour les lèvres.
- Des lingettes pré humidifiées
- Tampons, serviettes périodiques pour les femmes.
- Shampoing, savon. Le Haut Atlas central est un environnement à l'équilibre fragile.

Préférez donc des lessives sans phosphates, des savons et détergents biodégradables. Vous ferez donc votre lessive et votre toilette en aval des habitations et à distance des points d'eau potable.

Les vêtements

- Casquette ou chapeau
- Un coupe vent de montagne.
- Un pantalon de toile léger et 1 short.
- Un pantalon (jean ou autre) ou un jogging pour les soirées.
- Quelques tee-shirts et sous vêtements à évaluer personnellement
- Un sweat-shirt ou polaire fine.
- Pull ou polaire
- Un maillot de bain.

- Des chaussures de marche.
- Une paire de tennis ou chaussures plastiques pour marcher dans l'eau.
- Une paire de gants.
- Un bonnet.
- Sandales ou espadrilles ou tennis, confortables au bivouac (il ne faut jamais marcher pieds nus).

Les objets pratiques

- Un sac de couchage (indispensable) ; température de confort de 0 à -5° environ.
- Un sac à viande polaire pour les plus frileux (pas besoin en été).
- Des bâtons de marche.
- Une lampe de poche (style frontale) avec piles de rechange.
- Des allumettes ou un briquet (pour faire brûler le papier hygiénique...).
- Un couteau (de type Opinel)
- Une gourde (l'idéal est d'amener deux gourdes : 1 en cours de traitement, l'autre que vous utilisez).
- Lunettes de soleil
- Une mini trousse à couture contenant des élastiques, des trombones, des épingles à nourrice.
- Un petit récipient type « Tupperware » ou une petite bassine plastique pour faire sa toilette plus aisément... Toilette de chat.
- Chargeur pour l'appareil photo et le téléphone portable (possibilité de charger les appareils uniquement à l'hôtel sur Marrakech).
- Batterie pour l'appareil photo. Il vaut mieux en prévoir une de rechange.

À savoir : Vous pourrez laisser au Riad quelques affaires (qui ne vous serviront pas pendant le trek) le jour 1 que vous retrouverez le jour 7 au soir ; cette consigne est fermée à clé et gratuite.

DATES ET PRIX

DATES	PRIX PARIS
Du 17/02 au 24/02/19	755
Du 24/02 au 03/03/19	755
Du 03/03 au 10/03/19	765
Du 10/03 au 17/03/19	775
Du 17/03 au 24/03/19	775
Du 24/03 au 31/03/19	775
Du 31/03 au 07/04/19	775
Du 07/04 au 14/04/19	775
Du 14/04 au 21/04/19	775
Du 21/04 au 28/04/19	805
Du 28/04 au 05/05/19	805
Du 05/05 au 12/05/19	805
Du 12/05 au 19/05/19	805
Du 19/05 au 26/05/19	805
Du 26/05 au 02/06/19	785
Du 02/06 au 09/06/19	785
Du 09/06 au 16/06/19	785
Du 16/06 au 23/06/19	785
Du 23/06 au 30/06/19	785
Du 30/06 au 07/07/19	755
Du 07/07 au 14/07/19	805
Du 14/07 au 21/07/19	805
Du 21/07 au 28/07/19	805
Du 28/07 au 04/08/19	775

Du 04/08 au 11/08/19	805
Du 11/08 au 18/08/19	805
Du 18/08 au 25/08/19	805
Du 25/08 au 01/09/19	805
Du 01/09 au 08/09/19	785
Du 08/09 au 15/09/19	785
Du 15/09 au 22/09/19	775
Du 22/09 au 29/09/19	775
Du 29/09 au 06/10/19	755
Du 06/10 au 13/10/19	755
Du 13/10 au 20/10/19	755

Départ assuré de toutes les grandes villes de province : supplément de 20 à 50 € ; nous consulter.

Départ assuré à partir de 4 personnes.

PRIX SANS AERIEN : 505 € ; nous consulter.

Options:

- Option chambre individuelle en hôtel : 50 €.
- Option tente individuelle : 40 €.
- Option mule de selle : 100 €.
- Location sac de couchage : 40 €.
- Option chambre individuelle en gîte : Nous consulter lors de votre inscription.
- Voyage accessible aux enfants à partir de 7 ans. Réduction de 50 € par enfant de 7 à 11 ans inclus.

Ces tarifs ont été établis à partir des informations que nous possédons à la date d'édition de la fiche technique (11/12/2018). Taxes aériennes, changement de compagnies, hausses de carburant, peuvent intervenir. Vous en seriez avisés au plus tard lors de votre inscription. Seules les modifications prévues à l'article 19 de la loi du 13 juillet 92 pourront s'appliquer après votre inscription.

LE PRIX COMPREND

- Le transport en avion.
- Les transferts prévus au programme.
- L'hébergement en tente biplace lors des bivouacs.
- L'hébergement en gîte lorsque c'est prévu dans le programme et en hôtel ou Riad à Marrakech en chambre double ou triple selon la composition du groupe et la répartition des chambres.
- La restauration du jour 2 au petit déjeuner du jour 8.
- L'encadrement par un guide marocain francophone, une équipe de muletiers et un cuisinier.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons.
- Les pourboires d'usage (20 à 30 €/participant/semaine).
- Les frais de dossier (12 €).
- L'assurance multirisques 3,9%
- Les repas à Marrakech (6 à 15 € selon le type de menus choisis).
- La visite du marabout de Sidi Moussa (1 euro/pers.).
- D'une manière générale tout ce qui n'est pas mentionné dans « Le prix comprend ».

POUR EN SAVOIR PLUS

SANTÉ

Vaccins obligatoires : Aucun

Vaccins recommandés : Diphtérie – Tétanos – Polio ; Hépatite A si vous n'êtes pas immunisé (une analyse de sang détecte l'immunité) ; Hépatite B ; Typhoïde.

Il est recommandé de faire appel à votre médecin traitant pour établir avec lui une pharmacie de voyage adaptée à votre cas personnel et à votre destination.

Compte tenu de l'éloignement de tout centre de secours, nous vous recommandons de partir en bonne santé.

N'hésitez pas à consulter le site du Ministère des Affaires étrangères : www.diplomatie.gouv.fr

TROUSSE MÉDICALE DE VOYAGE...

Cette liste est à adapter et à faire prescrire en fonction de vos besoins personnels et de votre destination par votre médecin traitant.

PETIT MATÉRIEL DE SOINS ET PANSEMENTS

Petits pansements, compresses stériles, sparadrap, stérilstrip...

Antiseptique (type Septéal, Diaseptyl...)

Collyre (type Dacryoserum, Biocidan, Opticron...)

Pansements hémostatiques (type Coalgan)

Crème de protection solaire écran total et traitement des coups de soleil (type Biafine)

CALMER LA DOULEUR ET LUTTER CONTRE LA FIÈVRE

Paracétamol : Doliprane, Dafalgan, Efferalgan etc....

Anti-inflammatoires : Voltarène, Advil, Nureflex...

Antispasmodiques : Spasfon Lyoc, Débridat, Viscralgine...

Douleurs gastriques : Maalox, Gaviscon...

MÉDICAMENTS À VISÉE DIGESTIVE

Antidiarrhéiques : Lopéramide, Imodium, Arestal...

Pansements coliques : Smecta...

Contre les nausées et les vomissements : Primpéran, Vogalène, Motilium...

Sachets de réhydratation pour les enfants : Adiaril...

ANTIBIOTIQUES

Infection ORL ou respiratoire : Amoxicilline (Clamoxyl, Augmentin) ou Macrolides.

Infection urinaire ou diarrhée fébrile : Noroxine (mais risque de photosensibilisation).

TRAITEMENT DES ALLERGIES

Antihistaminiques : Clarityne, Zyrtec, Aérius...

Broncho dilatateurs : Ventoline

Corticoïdes : Solupred, Cortancyl...

TRAITEMENT DE L'EAU

Nous vous recommandons, pour éviter des désagréments, de ne consommer l'eau du robinet, des torrents ou des puits qu'après l'avoir traitée (environ 1 heure avant de la boire suivant le médicament que vous utilisez). Vous devrez donc vous munir de pastilles pour purifier l'eau de type Hydroclonazone ou Micropur : Les 2 sont très efficaces, mais le Micropur, bien qu'un peu plus cher, ne donne pas de goût à l'eau : Elles sont INDISPENSABLES.

VOTRE SÉCURITÉ

Avec plus de six millions de touristes par an, le Maroc est un pays sûr avec un risque très faible de menace terroriste. Dans le désert et l'Atlas le niveau de sécurité est extrêmement bon. Tous les musulmans ne sont pas des intégristes !!

Code : VOYMGOUN

Nous sommes à l'affût des risques liés aux voyages que nous proposons ; nous consultons régulièrement les différents sites gouvernementaux, nous sommes en relation permanente avec nos équipes locales ainsi qu'avec nos collègues voyagistes...

Aucun pays, aucune région du monde n'est à l'abri de risques : géophysiques, transports, état sanitaire ou criminalités ordinaires et terrorisme.

Évitez d'emporter vos bijoux et des objets de valeur. Lorsque vous vous promènerez dans un souk, faites attention à vos sacs en bandoulières, portefeuilles dans les poches, à vos appareils photos et caméras. Ne transportez jamais tout votre argent au même endroit sur vous ou dans vos bagages.

Gardez tous vos papiers (passeports, etc....) toujours sur vous.

Lors des pauses ou des bivouacs évitez de vous déplacer pieds nus, mettez toujours des chaussures.

L'éloignement fréquent de tout centre de secours nous oblige à insister sur le fait qu'il faut que vous fassiez preuve d'une prudence particulière dans tous vos agissements entrepris au cours du voyage (baignade, escalade, monte d'animaux, etc....). De même, vous devez toujours éviter de vous isoler du groupe (baignades, déserts, forêts...).

Si au cours du voyage vous ressentez une fatigue ou une douleur particulière, parlez-en dès qu'elle se manifeste à votre guide ou accompagnateur en toute franchise. Ce dernier pourra ainsi prendre en temps voulu les dispositions nécessaires.

Veillez à un lavage régulier et soigneux des mains avant chaque repas (hygiène très stricte des mains notamment au sortir des toilettes).

Évitez les baignades dans les eaux stagnantes (risques d'infection parasitaire).

Évitez de marcher pieds nus sur le sable et les sols humides.

Ne caressez pas les animaux que vous rencontrez.

LE RESPECT

Nous ne discutons jamais le prix d'un guide : lui seul est à même d'établir ses tarifs pour s'assurer une existence conforme à la dignité humaine (art.23 de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme).

Nous payons le guide avant votre séjour car bien souvent, il n'a pas les fonds de roulement nécessaires pour avancer l'argent auprès des équipes s'occupant de la logistique.

Partout où nous allons dans le monde, nous faisons le choix de travailler avec les autochtones et privilégions les petits organismes de manière à faire profiter les gens du pays de notre passage. Sur le continent africain notamment, cette idéologie veut dire qu'il faudra savoir accepter une culture différente de la nôtre, la respecter. Il faudra, face à certaines situations, faire preuve de patience et prendre tout cela avec philosophie. La notion du temps pour les africains n'est pas la même que la nôtre... Le temps s'arrête souvent en Afrique et n'existe parfois plus...

Veillez à ne pas prendre les habitants en photo sans le leur avoir demandé. Si par hasard, vous voyez quelqu'un se cacher le visage ou qui s'éloigne un peu plus vite, ayez la présence d'esprit et surtout la courtoisie de détourner votre appareil ; la religion musulmane interdisant toute reproduction de figure humaine.

Mesdames (et même Messieurs) la religion musulmane interdit de découvrir son corps en public ; évitez donc de vous promener en short court, débardeur échancré et de porter des

tenues trop moulantes ; même si à Ouarzazate les mœurs sont aujourd'hui plus occidentalisés, il n'en reste pas moins que beaucoup de personnes seront choquées face à de telles tenues...

Pour les amoureux, lors de la traversée des petits villages, une trop proche proximité est mal venue. Prenez un peu de distance lors de vos déambulations, vous apprécierez grandement vos retrouvailles.

Lorsque vous mangez avec les doigts (si vous en avez l'occasion lors de votre voyage), utilisez la main droite car la gauche est considérée comme impure.

Ne caressez pas la tête d'un enfant ; ne serrez pas la main d'une femme.

Retirez vos chaussures aux entrées des mosquées (si on vous autorise d'y entrer) ou autres lieux de cultes, ainsi que chez l'habitant (si vous y êtes invité) lorsque vous entrerez dans une pièce le plus souvent recouverte de tapis.

SHOPPING

Le marchandage est de rigueur. Cependant, ne pas en profiter pour tenter de faire baisser les prix toujours plus bas. Respecter une certaine marge. Il est préférable d'acheter les souvenirs lors de votre trek ; nous rencontrons des nomades tout au long du parcours ; en achetant à eux, vous contribuez (peut-être sans vous en douter) grandement à améliorer leur quotidien.

Sachez qu'on ne marchandise pas ni dans les hôtels, ni dans les cafés, ni dans les restaurants, et encore moins dans les magasins où les prix sont affichés. Vous serez amenés, à Marrakech, à voir des objets, habits, sacs... de grandes marques européennes. La contrefaçon est également très sévèrement réprimée aux douanes.

LES POURBOIRES

Il est de coutume de laisser un pourboire au personnel (cuisinier, muletiers...) qui vous a accompagné durant votre séjour. Ce n'est pas une obligation... Donne qui veut... Donne qui peut... Il est en principe d'usage de prendre une enveloppe et de faire une quête. Si vous voulez un ordre d'idée, le pourboire pourra être d'un minimum de 15 € par participant. Un des membres du groupe donne l'enveloppe au guide qui fait la distribution au personnel devant la personne qui a remis la somme.

LA MENDICITÉ ET L'ASSISTANAT

Vous arrivez dans un village... Une multitude d'enfants se précipitent sur vous en criant « bonbons, stylos...! ». Grande émotion de votre part... Vous craquez... Vous ouvrez votre sac et distribuez à tout va les bonbons et les stylos que vous aviez prévus... Ces enfants ? Ils font l'école buissonnière... Pourquoi ? Parce que vous êtes là et que vous pouvez leur rapporter bien plus « gros »... que l'école... Leur arme ? Leur sourire et leur regard... Plus tard, avec l'âge, ni le sourire, ni le regard ne suffiront ; il faudra trouver un autre moyen : La délinquance et le racket (auprès des plus petits) seront le plus facile. Ne préparez pas à cette délinquance... Ne donnez rien !! Si vous souhaitiez faire don de vêtements ou d'objets scolaires (stylos, cahiers, etc...), vous devez les remettre à une personnalité du village (chef du village, instituteur,...).

Elle seule est habilitée à les remettre aux personnes nécessiteuses. Toutefois, cette pratique étant difficilement compatible avec l'organisation d'un trek en groupe, nous vous recommandons de prévoir plutôt un envoi ultérieur à votre passage. Parlez-en à notre guide, il vous indiquera quels sont leurs véritables besoins et les coordonnées de la personne à qui faire les envois.

CÔTÉ ENVIRONNEMENT NATUREL

Les lingettes pré humidifiées : Elles sont devenues la plaie pour les organisateurs de voyages à pied... Pensant bien faire, les trekkers brûlent ces morceaux de « papier » afin de ne laisser aucune trace... Emportez-les dans un sac plastique que vous jetterez plus tard dans une poubelle. En effet, ce matériau brûle très mal ; il n'est pas du tout composé de fibres naturelles

mais à 90% de matières plastiques et pollue considérablement l'atmosphère sans parler du feu que les nomades ont allumé pour faire leur thé !!!...

Comme les nomades et les berbères dans leur vie quotidienne, vous aurez la possibilité de vous laver et/ou de faire votre lessive à proximité d'un puit ou d'un cours d'eau. Il faut savoir que ces eaux approvisionnent tous les habitants de la vallée pour leurs ablutions, les lessives mais également pour abreuver les animaux.

C'est pourquoi, afin de préserver le plus longtemps possible cet environnement fragile, nous vous remercions de choisir un savon (ou une lessive) non moussant(e), qui se rince facilement, qui soit biodégradable et de faire tout cela en aval des habitations et éloigné (dans la limite du possible) du point d'eau.

Ne laissez rien qui puisse trahir votre passage... Emportez tout : kleenex, papier toilette (que vous pourrez brûler) et déchets en tout genre. De plus en plus de guides marocains (et notamment notre équipe) sont sensibles à ce genre de problème.

Nous n'utilisons jamais de bois pour faire la cuisine. Dans la mesure du possible, c'est la bouteille de gaz qui servira à faire les repas. Le feu sera allumé avec du bois mort trouvé sur place uniquement pour la préparation du thé et la cuisson du pain.

Autant que possible, il sera préférable de consommer l'eau des puits et des sources après l'avoir traitée ; le plastique des bouteilles d'eau minérale devenant un véritable problème quant à la pollution et au recyclage de ces déchets.

VOYAGER EN PAYS MUSULMAN EN PÉRIODE DE RAMADAN ?

Voyager en pays musulman en période de ramadan est tout à fait possible si l'on tient compte de quelques petites modifications au niveau des repas et de l'organisation générale pendant la journée. Pendant les transferts par exemple, les restaurants en villes, « pour étrangers », fonctionnent comme d'habitude ; par contre, les petits restaurants locaux resteront fermés ; ce seront des pique-niques qui viendront remplacer le repas durant ces transferts. Dans le désert, rien ne laissera transparaître que nous sommes dans une période de ramadan ; les chameliers, guides et cuisiniers travailleront normalement sans toutefois toucher à la nourriture ni à l'eau durant toute la journée... ils marcheront à nos côtés lors des randonnées... Admiration !! Il faudra toutefois, durant cette période, éviter de s'habiller court, avec des vêtements moulants ou échancrés et fumer le plus loin possible du personnel.

AUTRES INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

L'AÉRIEN

Vols réguliers via Casablanca ou vols charters directs France/Marrakech. Les départs de toutes les grandes villes de province sont possibles ; nous consulter.

Sur le Maroc, nous travaillons avec Transavia, Royal Air Maroc, Easy Jet, Jetairfly etc. Nous recherchons le meilleur tarif en fonction de votre date de départ.

A savoir : Pour le Maroc, la plupart des compagnies font maintenant payer les prestations à bord (boissons, nourriture).

VOTRE CONVOCATION

Dans les quinze jours à trois semaines précédant votre départ, vous recevrez votre convocation précisant l'heure de rendez-vous à l'aéroport. Seront joints également à cet envoi vos billets d'avion ainsi que divers autres renseignements de dernière nécessité.

Les vols charters peuvent se voir être modifiés au dernier moment (deux à trois jours avant la date de départ). Nous vous en avertirons par téléphone et votre nouveau billet d'avion vous sera remis à l'aéroport.

LA MONNAIE

L'unité monétaire est le DIRHAM MAROCAIN (DH).

1 euro = 10,7550 MAD environ (au 01/02/17).

Cette monnaie ne peut pas s'échanger en France et nous vous conseillons d'emporter des euros en petites coupures que vous pourrez échanger sur place sans problème : A l'aéroport de Marrakech, dans les hôtels ou dans toutes les banques de Marrakech.

N'hésitez pas à en parler avec votre guide en arrivant, il vous conseillera au mieux.

Vous pouvez prévoir votre carte bancaire pour vos achats sur Marrakech, mais pour de plus amples renseignements et notamment sur les frais à l'étranger, contactez votre banquier.

CONSEIL : Surtout conservez vos récépissés de change qui pourront vous être réclamés à la douane de l'aéroport.

Il faut savoir que vous avez également la possibilité, au retour, de refaire l'échange à hauteur de 50% de la somme changée en arrivant mais uniquement dans les guichets de change de l'aéroport (attention aux horaires d'ouverture).

LE DÉCALAGE HORAIRE

En hiver, lorsqu'il est 12 heures en France, il est 11 heures au Maroc.

En été, lorsqu'il est 12 heures en France, il est 10 heures au Maroc.

POUR TÉLÉPHONER

Dans les grandes villes, vous trouverez des cabines téléphoniques qui fonctionnent à pièces ou à cartes, que vous pourrez acheter dans les kiosques à journaux ou dans les commerces prévus à cet effet.

Les portables ne passeront qu'occasionnellement durant votre séjour. Aussi et compte tenu que vous n'aurez pas la possibilité de le recharger, nous vous recommandons de le laisser coupé (sauf urgence attendue !).

Pour appeler en France depuis le Maroc :

Faire le 00 33 + le n° de votre correspondant sans le premier 0.

Pour appeler le Maroc depuis la France

Faire le 00 212 + le n° de votre correspondant

Pour appeler le Maroc depuis le Maroc :

Faire directement le numéro de votre correspondant, sans le 00212.

ÉLECTRICITÉ

Dans les hôtels le courant est de 220 volts. Vous pourrez recharger vos téléphones portables ainsi que vos appareils photos. Lors du trek, rares seront les occasions de pouvoir recharger ; il vaudra donc mieux prévoir une batterie de rechange.

AMBASSADE DE FRANCE AU MAROC

1 rue Ibn Hajar

Rabat Agdal

Téléphone : 00212 (0) 5 37 68 97 00

POUR PLUS D'INFORMATIONS

Nous vous recommandons de lire la fiche « MAROC » du Ministère des Affaires Etrangères.

Elle peut être consultée sur le site : www.diplomatie.gouv.fr

LE CLIMAT

Le Haut Atlas est une région de montagne. Le climat est sec et la chaleur est très atténuée par l'altitude. Les journées sont agréables avec toutefois des possibilités d'orages en fin de

journées (toutefois rares). La diminution moyenne de la température est de 0,4° à 0,5° par 100m d'élévation. C

C'est pour cela que les randonnées sont des plus agréables en été dans le haut Atlas.

La descente des gorges du M'Goun et la vallée des roses peuvent se faire dès le mois de mars et se poursuivre jusqu'à mi octobre.

Même en juillet et août la fraîcheur de l'eau et l'ombre des arbres rendent les températures agréables...N'oublions toute de même pas que nous sommes en montagne avec des altitudes qui oscillent entre 1800 et 2000 m.

Pour avoir un ordre d'idée des températures, voici les moyennes que l'on peut trouver dans l'Atlas :

En moyenne montagne à 2 000 m au mois de mai : 21° ; extrême 7° . Au mois de juin/septembre 26° ; extrême 9° . Au mois de juillet/août : 31° ; extrême 12° .

Sur les camps de base des ascensions à 3 000 m au mois de mai : 16° ; extrêmes 2° . Au mois de juin/septembre 21° ; extrême 5° . Au mois de juillet/août : 26° ; extrêmes 7° .

Au sommet du Toubkal et du M'Goun à 4 000 m au mois de mai : 11° ; extrêmes -3° . Au mois de juin/septembre : 16° ; extrêmes 0° . Au mois de juillet/août : 21° ; extrêmes 2° .

GÉOGRAPHIE

Le Haut Atlas est une chaîne montagneuse du Maroc orientée Sud-Ouest/Nord-Est. Cette chaîne appartient au massif de l'Atlas, et plus précisément, à l'un des trois éléments de l'Atlas marocain. Les deux autres étant le Moyen Atlas et l'Anti Atlas.

C'est le massif le plus élevé d'Afrique du Nord ; parfois surnommé le « toit du Maroc ». Il forme une immense barrière d'environ 750 Kms qui délimite le Maroc saharien du Maroc atlantique et méditerranéen. Il constitue la pièce maîtresse du domaine altimontain de ce pays dont l'ensemble couvre 100 200 km².

Le Haut Atlas est un massif essentiellement calcaire, morphologiquement dominé par des zones tabulaires culminant à 2500 m d'altitude, qui s'étend d'Azilal à Ouarzazate.

Les paysages contrastés y sont d'une beauté extraordinaire, révélant aux visiteurs de merveilleux sites comparables au Colorado américain avec des plateaux d'altitude, des gorges et des canyons encaissés, un chaos de cimes déchiquetées par l'érosion.

Le Jbel M'Goun (4 068 m) est le troisième sommet du Haut Atlas Central après le Djebel Toubkal (4 167 m) et le Ouanoukrim (4 088 m). Au niveau administratif, il appartient à la province de Ouarzazate. La rivière M'Goun est l'affluent de l'oued Dadès et prend sa source au pied de la montagne. Elle arrose la région jusqu'à Kelaat M'Gouna.

La crête du M'Goun qui avoisine les 4 000 mètres d'altitude, s'étend sur une longueur de 10 Kms. La roche à la surface, est un calcaire dur.

Le versant nord a été creusé par des glaciers lors de l'ère quaternaire, si bien qu'aujourd'hui 14 combes bien délimitées s'y alignent perpendiculairement à la crête.

LA FAUNE

Comme mammifères on pourra trouver :

- Le lynx caracal et le léopard de berberie (rares et dans une zone très limitée)
- La belette, le chacal, le renard et le porc-épic. Le sanglier est très répandu dans les chênaies. Le mouflon ne sera visible (avec beaucoup de chance) qu'entre 2 000 et 4 000 m. L'écureuil de Gétulie s'observe facilement (appelé aussi écureuil des rochers). Le magot, un singe de la famille des macaques est présent dans certaines gorges du Haut Atlas.

Comme reptiles et poissons on pourra trouver :

- Les couleuvres, la vipère de Lastate (seul serpent venimeux) et la truite fario présente dans tous les cours d'eau.

Comme oiseaux on pourra trouver :

- La buse féroce, l'aigle botté, le circaète, l'épervier, la crécerelle, le faucon pèlerin, l'aigle royal, le gypaète, le pigeon biset et le pigeon ramier.

LA FLORE

On rencontrera tout au long du voyage : Le Doum ou palmier nain, le thuya et le figuier de barbarie, le caroubier, l'olivier sauvage, le pistachier et le laurier rose. Sont abondants : La lavande, les cistes, les genévriers, le chêne vert, les genévriers rouges, les palmiers dattiers, les amandiers, abricotiers, rosiers, noyers...

Sur les hauts plateaux, on trouvera le genévrier thurifère, les coussinets épineux : L'alysson à feuille grises, le buplèvre, le cyste de balansa et la sabine piquante.

Le leucanthème de l'Atlas, une violette à feuilles épaisses, fleurit au sommet du Toubkal (floraison août, septembre).

QUELQUES GÉNÉRALITÉS SUR LE PAYS

Langue officielle : Arabe

Plusieurs dialectes sont parlés : Le Tachalhit dans le Haut Atlas, l'Amazicht, le Schleuh...

Capitale : Rabat

Capitale économique : Casablanca

Forme de l'Etat : Monarchie Constitutionnelle

Roi : Mohamed VI

Premier ministre : Abbas El Fassi

Superficie totale : 446 550 km²

Population totale : 33 757 175 habitants.

Pays limitrophes : Algérie, Mauritanie, Espagne

Religion : La religion est l'Islam ; elle est présente pour 99% de la population. Le judaïsme et le christianisme arrivent avec 0,2 % et 0,1%. Le Maroc est aussi le pays comptant le plus d'Israélites.

BIBLIOGRAPHIE

- « *Proverbes berbères* » Bentolila F./ L'Harmattan/1997
- « *Hommes et vallées du Haut Atlas* » Bernozat O./ Glénat/ 1986
- « *Contes berbères de l'Atlas de Marrakech* » / L'Harmattan / 2000
- « *Amazigh Voyages dans le temps berbère* » / Freire C./ Hazan / 2006
- « *Tribus berbères du Haut Atlas* » A. Bertrand. Editions Vilo.
- « *Haut Atlas, l'exil de pierres* » Tahar Benjelloul.
- « *Les chants de la Tessaout* » R. Euloge, éditions Belvisi 1992.
- « *Le Maroc, les plus belles courses et randonnées* » Gaston Rébuffat, éditions Denoël.

CARTOGRAPHIE

La cartographie du Maroc en France est difficile à trouver ; néanmoins on peut trouver facilement :

- MAROC carte touristique au 1 : 1000 000 de l'IGN
- MAROC carte touristique au 1 : 800 000 de l'IGN
- MAROC : carte Marcus 1/400 000.

Adresses utiles pour la cartographie et la librairie

- Ulysse 35, rue Saint-Louis en l'Île 75004 Paris
- Librairie Gabelli Aventure 14, rue Serpente 75 006 Paris

PHOTOS

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Chaque photo retenue pour notre prochain catalogue fera l'objet d'un avoir de 30 €, à valoir sur votre prochain départ. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

**DÉPOSEZ VOS AVIS SUR VOTRE SÉJOUR,
PARTAGEZ VOS PHOTOS ET VIDÉOS DE VOYAGE
SUR NOTRE SITE INTERNET,
SUR FACEBOOK, TWITTER OU SUR INSTAGRAM !!**



#destinationsqueyras

**CONTACT@RANDOQUEYRAS.COM
WWW.RANDOQUEYRAS.COM**

INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES

ASSURANCES

Notre assurance comprend : l'annulation, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 30 jours du départ (voir la page "Conditions générales"). Elle comprend également l'assistance rapatriement. Le prix de l'assurance correspond à 3,90% du prix du séjour.

REGLEMENT

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

À l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

CONTACT

Destinations Queyras
8 route de la gare
05600 GUILLESTRE
Tel. (33) 04.92.45.04.29
Fax. (33) 04.92.45.00.49
contact@randoqueyras.com
www.randoqueyras.com

Agence de voyage N° IM005100004
SARL Randoqueyras au capital de 10 000 €
RCS Gap 484 591 235
RCP MMA 113.326.666
Garant : APS 15 avenue Carnot 75017 PARIS
Agrément Jeunesse et Sports 00598ET0048 -
SIREN 484 591 235 APE 633Z