



VOYAGE DANS L'ANTI-ATLAS – TAFRAOUTE ET AMTOUDI

Maroc • Maghreb

POINTS FORTS DU VOYAGE

VOUS AIMEREZ ...

- Les paysages minéraux et colorés de l'Anti-Atlas
- Les villages de Tafraoute et Amtoudi, au cœur de sites spectaculaires
- Des balades accessibles, notamment dans la vallée d'Aït Mansour
- L'immersion dans la culture berbère du sud marocain
- Un itinéraire préservé, hors des sentiers battus

🕒 8 jours

🗺️ Circuit guidé

👥 Tout public — enfants > 7 ans

Meilleure période de départ :
Février, Mars, Avril, Mai,
Septembre, Octobre, Novembre

Nature ●●●●○ Rencontre ●●●●○

Sportivité ●●●●○ Culture ●●●●○

EN RÉSUMÉ

VOYAGE DANS L'ANTI-ATLAS

Ce voyage dans l'Anti-Atlas vous emmène au cœur d'une région encore préservée du sud marocain, célèbre pour ses paysages minéraux spectaculaires, ses oasis discrètes

et ses villages berbères profondément ancrés dans leurs traditions. De Tafraoute à Amtoudi, l'itinéraire révèle un [Maroc](#) plus secret, loin des grands axes touristiques, où nature, culture et rencontres se découvrent au rythme de la marche.

VOYAGE DANS L'ANTI-ATLAS : MONTAGNES ET PAYSAGES SCULPTÉS

Chaîne montagneuse ancienne et aride, l'Anti-Atlas se distingue par ses reliefs, ses plateaux rocheux et ses formations granitiques aux couleurs changeantes. Roches roses, ocres et grises dessinent des paysages puissants, parfois presque lunaires, façonnés par l'érosion. Ce cadre naturel exceptionnel constitue l'un des grands attraits de ce voyage dans l'Anti-Atlas et offre de vastes panoramas sur le sud marocain.

TAFRAOUTE : ROCHERS DE GRANIT ET VILLAGES BERBÈRES

Nichée au cœur de l'Anti-Atlas, Tafraoute est entourée de spectaculaires formations rocheuses aux teintes rosées. La découverte de cette région permet de parcourir les villages berbères environnants, leurs cultures en terrasses et leurs palmeraies, tout en approchant la vie rurale. Terre d'amandiers et d'artisanat, la région de Tafraoute dévoile un environnement où traditions et paysages se mêlent harmonieusement.

VALLÉE D'AÏT MANSOUR : UNE OASIS AU CŒUR DES MONTAGNES

Le voyage dans l'Anti-Atlas se poursuit vers la vallée d'[Aït Mansour](#), l'une des plus belles oasis de la région. Cette vallée encaissée offre un contraste saisissant entre les falaises minérales et la végétation de sa palmeraie. Les balades permettent d'observer l'organisation de l'oasis, les systèmes d'irrigation traditionnels et la vie quotidienne au cœur d'un environnement aride.

AMTOUDI : GRENIERS FORTIFIÉS ET PATRIMOINE BERBÈRE

Autre étape majeure du voyage, Amtoudi est réputée pour ses greniers collectifs fortifiés, les agadirs, perchés au-dessus de l'oasis. Ces constructions remarquables témoignent de l'organisation sociale des communautés berbères et des systèmes de protection mis en place au fil des siècles. Leur découverte permet d'aborder l'histoire locale et l'ingéniosité d'une architecture parfaitement adaptée aux contraintes du sud marocain.

RENCONTRES ET VIE QUOTIDIENNE DANS L'ANTI-ATLAS

Ce voyage dans l'Anti-Atlas accorde une place importante aux rencontres avec les habitants. Les passages dans les villages, les échanges autour des activités agricoles, de l'artisanat et des traditions offrent une approche plus humaine de la région. Ces moments permettent de mieux comprendre le lien étroit qui unit les populations berbères à leur territoire et à leur environnement.

UN VOYAGE DANS L'ANTI-ATLAS LOIN DES SENTIERS BATTUS

Entre paysages minéraux, oasis verdoyantes, villages berbères et patrimoine architectural, ce circuit offre une immersion dans l'un des territoires les plus méconnus du Maroc. Ce voyage dans l'Anti-Atlas s'adresse aux voyageurs en quête de nature, de culture et de rencontres, désireux de découvrir un Maroc plus confidentiel, loin des itinéraires touristiques classiques.

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

J1. Agadir → Aït Melloul



Transfert



Véhicule privé



Eco-lodge



Dîner

Accueil à l'aéroport d'Agadir puis transfert vers votre hébergement à Aït Melloul. Fin de journée libre.

Dîner et nuit en écolodge.

J2. Aït Melloul → Tagdicht



Rencontres, Visite de village, Immersion villageoise,

Balade à pied



Véhicule privé



Chez l'habitant



Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Direction la vallée d'Ammelne et le joli village de Tagdicht. Installation dans la famille d'accueil et déjeuner.

Balade dans les montagnes environnantes. Cueillette de plantes médicinales et aromatiques. Participation à la préparation du repas.

Dîner et nuit chez l'habitant.

J3. Tagdicht → Imi N'Tizght



Visite de village, Musée, Artisanat, Balade à pied



Véhicule privé



Chez l'habitant



Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Balade à pied jusqu'au village d'Ighalme. En route, visite et explication du système d'irrigation traditionnel des jardins agricoles situés dans la vallée. Déjeuner dans un restaurant bio.

Direction la maison traditionnelle pour une visite. Installation chez une famille d'accueil. Atelier de fabrication de babouche chez la famille.

Dîner et nuit chez l'habitant.

J4. Imi N'Tizght → Tafraoute

 03h00  Marché, Site naturel, Randonnée
 Véhicule privatisé  Chez l'habitant
 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Route pour Tafraoute pour faire les courses pour le pique-nique du midi. Départ pour une randonnée facile, passant par les rochers peints Awmarkt. Pique-nique dans la nature (*la randonnée peut-être remplacée par une autre activité pour les personnes ne souhaitant pas marcher*).

Continuation en voiture vers le village d'Aguerd Oudad pour voir le rocher en forme de Chapeau de Napoléon puis direction les gorges d'Aït Mansour.

Balade découverte à pied dans les gorges. Pause thé chez l'habitant. Retour sur Tafraoute et visite du souk.

Dîner et nuit chez l'habitant.

J5. Tafraoute → Amtoudi

 02h00
 Rencontres, Site naturel, Immersion villageoise,
Randonnée, Transfert
 Véhicule privatisé  Chez l'habitant
 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Départ pour Amtoudi. Installation chez la famille d'accueil et déjeuner sur place.

Randonnée de facile dans la superbe oasis d'Amtoudi jusqu'aux sources de l'oued Boulgour. Retour chez la famille.

Dîner et nuit chez l'habitant.

J6. Amtoudi → Amtoudi

 Rencontres, Monument, Immersion villageoise, Balade à
pied
 Chez l'habitant  Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Randonnée facile et visite de l'Agadir d'Aglouy (grenier collectif) du 12ème siècle (classé au patrimoine mondial de l'UNESCO), perché en haut des falaises. Retour chez la famille et déjeuner sur place.

L'après-midi sera consacré aux activités avec la famille et le travail au potager en utilisant des techniques simples, manuelles. Participation à la préparation du repas.

Dîner et nuit chez l'habitant.

J7. Amtoudi → Boutrouch

 Visite de village, Marché, Artisanat, Balade à pied
 Véhicule privatisé  Gîte communautaire
 Petit déjeuner, Déjeuner, Dîner

Petit-déjeuner. Route vers le village de Boutrouch. Visite du souk. Atelier de poterie avec un artisan traditionnel. Installation dans un gîte communautaire. Déjeuner sur place.

Atelier démonstration de tout le processus de fabrication des tapis berbères (teinture de la laine, filage, tissage) ou jardinage dans le jardin aromatique du gîte pour ceux qui le souhaitent. Balade jusqu'à l'agadir Tikida et le vieux village en fin de journée.

Dîner et nuit au gîte.

J8. Boutrouch → Agadir

 Transfert  Véhicule privatisé  Petit déjeuner

Petit-déjeuner. Transfert à l'aéroport d'Agadir selon l'heure du vol retour.

Le programme peut être soumis à modifications.

FICHE TECHNIQUE DU VOYAGE

1. ENCADREMENT

• **Durant le séjour encadrement par :**

- – Un guide local professionnel berbère natif de la région pour tout le séjour.

2. TRANSPORT

• **Les transports avec chauffeur professionnel se font :**

• En véhicule privatisé ou en minibus, selon la taille du groupe, pour les transferts d'une ville à l'autre et pour le transport quotidien.

3. Hébergement

• **Les nuitées se font :**

• En chambre double ou twin, en écolodges et en gîte.
• En chambres dortoir, chez l'habitant (sur matelas au sol – couvertures fournies).
• Confort modeste.

4. REPAS

• **Le séjour est en pension complète** (sauf déjeuner du J1 et déjeuner et dîner du J8).

• La cuisine est locale et faite avec des produits frais de saison.

• Les repas se prennent :

• **Petits déjeuners :** dans les hébergements : écolodge, gîte, chez l'habitant.

• **Déjeuners :** chez l'habitant, pique-nique dans la nature et au restaurant.

• **Dîners :** gîtes, chez l'habitant.

5. BAGAGES

Le transfert des bagages pour chaque étape se fait dans les véhicules de transport utilisés pour les voyageurs (véhicule privatisé ou minibus).

Au quotidien : chacun portera un petit sac à dos pour la journée pouvant contenir ses affaires personnelles (gourde, papiers, argent, appareil photo, lunette de soleil, casquette, crème solaire,).

6. EAU

L'eau est fournie durant tout le séjour à raison d'1,5L par jour et par personne.

Afin de limiter les déchets en plastique dans une région où la gestion des déchets est inexistante, nous privilégions l'utilisation de bidon d'eau minérale ou de source de 5L plutôt que des bouteilles individuelles d'1,5L. Ces bidons sont réutilisés par la population locale.

Nous vous demandons de prévoir dans vos bagages une gourde (isotherme de préférence) d'1L ou 1,5L qui sera réapprovisionnée tous les jours.

7. HYGIÈNE

Les sanitaires chez l'habitant sont partagés

Lorsque l'on est amené à séjourner chez l'habitant au Maroc, il est essentiel de respecter certaines règles d'hygiène, notamment en ce qui concerne les toilettes et les espaces réservés à la toilette personnelle. Les familles marocaines accordent une grande importance à la propreté et au respect des lieux communs, et ces gestes témoignent de la reconnaissance et du respect envers vos hôtes.

Pour ce séjour : WC à l'occidentale dans les gîtes et à la turque chez l'habitant. Coin douche non séparé.

Toilettes (WC)

Au Maroc, il est courant de trouver des toilettes à la turque, bien que les toilettes occidentales soient de plus en plus présentes dans les foyers dans certaines régions. Quel que soit le type de toilette, il est important d'en prendre soin. Dans la plupart des cas, une petite douchette ou un seau d'eau avec un récipient sont mis à disposition à côté des toilettes, car l'usage de l'eau est privilégié pour se nettoyer après être allé aux toilettes. Il est donc recommandé d'apprendre à utiliser cette méthode d'hygiène qui fait partie des coutumes locales.

Quelques conseils pour les toilettes :

- **Nettoyage après usage :** Après avoir utilisé les toilettes, assurez-vous de laisser l'espace propre. Utilisez l'eau pour nettoyer les toilettes si nécessaire.
- **Ne pas jeter de papier dans les toilettes :** Dans de nombreux foyers marocains, il est d'usage de ne pas jeter de papier hygiénique dans les WC, car le système de plomberie n'est pas adapté. Un petit panier est souvent prévu à cet effet.
- **Utilisation modérée de l'eau :** Bien que l'eau soit abondamment utilisée pour l'hygiène intime, il est de bon ton de ne pas la gaspiller, en particulier si vous vous trouvez dans une région où l'eau est rare.

Coin toilette (salle de bain)

La salle de bain chez l'habitant au Maroc peut être modeste. Elle est parfois au même endroit que les toilettes (wc). Cet espace est nettoyé tous les jours (voir plusieurs fois par jour selon le nombre de personne vivant dans la maison), il est donc essentiel de le respecter et de le laisser propre après chaque utilisation.

Quelques recommandations pour la salle de bain :

- **Prenez soin de l'espace :** Essuyez l'eau que vous pourriez avoir éclaboussée autour du lavabo ou de la douche. Laissez la salle de bain aussi propre que vous l'avez trouvée. Une raclette est souvent mise à disposition à cet effet.
- **Ne monopolisez pas la salle de bain :** Souvent, les salles de bain sont partagées avec toute la famille. Il est donc important de ne pas y passer trop de temps, surtout si d'autres membres de la famille doivent s'y rendre.
- **Respectez les horaires :** En fonction de la famille qui vous accueille, il peut y avoir des moments privilégiés pour la toilette. Demandez à vos hôtes les meilleures heures pour prendre une douche ou vous laver afin de ne pas déranger le rythme quotidien de la maison.

En résumé, séjourner chez l'habitant au Maroc est une expérience enrichissante qui demande de la sensibilité culturelle et du respect des coutumes locales, notamment en matière d'hygiène. Adoptez ces petites attentions et gestes d'hygiène pour montrer votre respect envers vos hôtes et leur environnement.

8. NIVEAU DE MARCHE ET CONDITION PHYSIQUE

- Aucune difficulté pour ce circuit. Etre capable de marcher 2 à 3h dans une journée.
- Etre en bonne condition physique avant le départ.

9. EQUIPEMENT

Bagages

Nous vous conseillons de voyager plutôt avec un bagage léger et souple, type sac de voyage pour faciliter son transport.

Prévoir un petit sac à dos pour la journée (25/30L), pour porter vos effets personnels.

Vêtements

Lorsque l'on voyage dans le sud du Maroc, il est important de prêter une attention particulière à la tenue vestimentaire, non seulement pour respecter les habitants et leur culture, mais aussi pour se sentir à l'aise dans un climat parfois rude. Cette région, principalement rurale et marquée par des traditions anciennes, accorde une grande valeur aux coutumes vestimentaires, qui reflètent souvent la modestie et le respect des normes sociales.

Vêtements modestes et respectueux

Le sud du Maroc est en majorité habité par des populations berbères et arabes, qui sont attachées à leurs traditions. Pour les voyageurs, l'idéal est d'adopter une tenue modeste, couvrant le corps de manière appropriée. Cela s'applique aussi bien aux hommes qu'aux femmes, bien que ces dernières soient généralement plus attentives à ces règles.

1. **Pour les femmes** : Il est recommandé de porter des vêtements qui couvrent les épaules et les jambes (vêtements arrivant sous le genou toléré). Une longue robe ou une jupe ample accompagnée d'un haut couvrant les épaules est généralement appropriée. Les pantalons larges sont également acceptables, mais il vaut mieux éviter les vêtements trop moulants ou décolletés. Un foulard n'est pas nécessaire pour les femmes étrangères, mais peut être apprécié dans certains contextes, notamment lors de visites de lieux religieux ou dans des villages plus conservateurs.
2. **Pour les hommes** : Bien que les hommes aient un peu plus de liberté dans leur manière de s'habiller, il est tout de même préférable de porter des pantalons longs ou des bermudas qui descendent sous le genou, plutôt que des shorts très courts. Les t-shirts et chemises légères à manches longues ou courtes sont également appropriés, à condition de rester simples et non provocants.

Respect des coutumes locales

Dans le sud du Maroc, les vêtements jouent un rôle important dans le respect des normes sociales et religieuses. Les habitants valorisent la pudeur, et le fait de s'habiller de manière modeste est vu comme un signe de respect envers la communauté. Bien que la région attire de nombreux touristes, il est crucial de se rappeler que les coutumes locales peuvent différer de celles des grandes villes marocaines ou des pays occidentaux.

1. **Couleurs et matières** : Il est préférable d'opter pour des couleurs claires et des tissus légers et respirants, comme le coton ou le lin, qui vous protégeront du soleil tout en restant confortables dans la chaleur, d'autant plus si vous devez marcher.

2. **Chaussures adaptées** : Dans ces régions semi-désertiques, il est conseillé de porter des chaussures fermées et confortables, surtout si vous avez l'intention de marcher sur des terrains accidentés. Des sandales peuvent être portées, mais assurez-vous qu'elles sont robustes et adaptées aux promenades.

Un échange respectueux

S'habiller de manière appropriée dans le sud du Maroc est plus qu'une question de confort ou de climat, c'est un moyen de montrer du respect envers les habitants et leurs valeurs.

En somme, la tenue vestimentaire dans le sud du Maroc doit être modeste, fonctionnelle et adaptée aux conditions locales. Cela permet de vivre une expérience enrichissante tout en restant en harmonie avec les traditions et les valeurs des populations locales.

Dans votre bagage Cabine :

Nous vous conseillons de prendre dans votre bagage cabine (au cas où votre valise ne serait pas livrée à votre arrivée) :

- Vos appareils électroniques,
- Vos médicaments,
- Quelques affaires de rechanges : sous-vêtements, t-shirts à manches courtes et à manches longues, pantalon, short ou bermuda),
- Une brosse à dents.

Dans votre valise :

Vêtements

- Vêtements légers et amples en coton ou lin pour la journée (pantalons longs, jupes longues ou robes longues, t-shirts recouvrant les épaules).
- Polaire ou un pull (les soirées et les nuits peuvent être fraîches selon la saison en altitude).
- Coupe-vent.
- Chapeau, casquette, ou foulard.

Équipements

- Chaussures légères ou sandales de marche.
- Paire de tongs ou sandales facile à enlever et à remettre (on se déchausse avant d'entrer dans les pièces).
- Bâtons de marche télescopiques (pour ceux qui le souhaitent).
- Lunettes de soleil.
- Gourde (isotherme de préférence) d'1 litre ou 1,5 litre ;
- Lampe torche ou frontale avec pile de rechange (pour vous déplacer la nuit).
- Crème solaire ;
- Baume pour les lèvres ;
- Oreiller gonflable (pour ceux qui le souhaitent, les oreillers chez l'habitant sont des

- coussins hauts et durs).
- Drap-sac (couverture et matelas fournis).
- Bouchons d'oreille ou boule Quies.
- Un petit sac à dos pouvant contenir vos effets personnels pour la journée.

Hygiène

- Savon et shampoing biodégradables.
- Serviette de toilette (privilégiez la microfibre pour un séchage rapide).
- Mouchoirs en papier (pour la nuit dans le désert) ;
- Briquet (pour brûler les mouchoirs en papier).

Pharmacie

- Un antibiotique à large spectre.
- Un anti-diarrhéique, un désinfectant intestinal, un antispasmodique ou anti vomitif.
- Un antiseptique local en unidose (type Bétadine), des compresses stériles, une bande adhésive, des pansements multi tailles (résistants à l'eau).
- Un gel désinfectant hydroalcoolique (pour se laver les mains).
- Une pommade ou des huiles essentielles pour les piqures.
- Des pansements hydro colloïdes (seconde peau).
- Un antihistaminique, un collyre en unidose, un décongestionnant.
- Du paracétamol ou de l'aspirine.
- Une pommade anti douleurs et des comprimés anti inflammatoire.
- Une paire de ciseaux.
- Une crème cicatrisante pour les coups de soleil.
- Des pastilles pour purifier l'eau (si pas

Et surtout, n'oubliez pas vos médicaments personnels !

10. APRÈS LE VOYAGE

Nous mettons tout en œuvre pour que vous reveniez enchantés de votre séjour et qu'il reste un merveilleux souvenir. Malgré tout le soin que nous apportons à l'élaboration de nos circuits, il se peut que vous aillez des remarques ou des suggestions à nous faire.

Dans le but d'améliorer sans cesse nos prestations, nous vous remercions de nous faire part de vos impressions en remplissant notre [questionnaire de satisfaction](#) au retour de votre voyage. Prenez quelques minutes pour y répondre, votre avis nous est précieux.

VOS SOUVENIRS DE VOYAGE

Si vous avez apprécié votre séjour et que vous souhaitez partager votre expérience, pensez à le faire en [publiant un avis](#) avec photos sur notre site.

- Ne vous privez pas non plus de partager vos photos et vidéos durant votre voyage
- (ou après !) sur nos réseaux sociaux, vous êtes notre meilleure publicité !

INFORMATIONS PRATIQUES DU PAYS (MAROC)



FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

PASSEPORT

Vous devez détenir un passeport en cours de validité, valable au minimum jusqu'à la fin du séjour et si possible 3 mois après la date d'entrée, pour les ressortissants français. Les cartes d'identité ne sont plus valables.

NB : Si vous prévoyez de voyager avec vos enfants, il est important de savoir que désormais, tous les mineurs, quel que soit leur âge, doivent être titulaires de leur propre passeport. Selon la législation française, un enfant qui voyage avec ses deux parents ou avec l'un d'eux n'a pas besoin de présenter une autorisation de sortie du territoire. Toutefois, ce document est obligatoire (depuis le 15 janvier 2017) si l'enfant voyage sans être accompagné de l'un de ses parents. Dans ce cas, il devra fournir les documents suivants : un passeport (ou une carte d'identité, selon les exigences du pays visité), le formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents ayant l'autorité parentale (disponible sur le site www.service-public.fr), ainsi qu'une copie de la pièce d'identité du parent signataire.

Si un mineur voyage avec un parent dont il ne porte pas le nom de famille, il est vivement recommandé de pouvoir prouver la filiation (<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F15392>) ou de présenter une autorisation de sortie du territoire (formulaire Cerfa n° 15646-01) signée par l'autre parent, accompagnée d'une copie de sa pièce d'identité. Cette autorisation n'exempte pas des autres formalités spécifiques qui peuvent être exigées pour l'entrée des mineurs dans certains pays.

VISA

Pas de visa requis pour les ressortissants français pour des séjours jusqu'à 90 jours.

VACCINS

Afin d'être certain de ne pas avoir déjà reçu des injections pour vos voyages antérieurs, vérifiez votre carnet de santé ou de vaccination. Vérifiez également que vous êtes bien à jour de vos vaccins classiques (Diphtérie, Tétanos, Poliomyélite, Coqueluche, Hépatite B, Méningite, Rougeole, Oreillons, Rubéol) selon les préconisations du [calendrier vaccinal](#).

Aucun vaccin obligatoire.

Vaccins conseillés :

– Hépatite A

Plus de renseignements sur le site de [l'Institut Pasteur](#)



PRÉSENTATION DU PAYS

GÉOGRAPHIE

Le Maroc, situé à l'extrême nord-ouest de l'Afrique, est un pays à la géographie riche et variée. Bordé par l'océan Atlantique à l'ouest et la mer Méditerranée au nord, il occupe une position stratégique entre l'Europe et l'Afrique. Sa proximité avec le détroit de Gibraltar, large de seulement 14 kilomètres, en fait un carrefour entre les continents.

Le territoire marocain est dominé par quatre grandes chaînes de montagnes. La plus importante est celle de l'**Atlas**, qui s'étend sur plus de 2 500 kilomètres et se divise en trois parties : le **Haut Atlas**, qui abrite le plus haut sommet d'Afrique du Nord, le **Jbel Toubkal** (4 167 mètres), le **Moyen Atlas** et l'**Anti-Atlas**. Ces montagnes sont parsemées de vallées verdoyantes et de gorges impressionnantes, et en hiver, leurs sommets sont souvent enneigés.

Au nord, on trouve le massif du **Rif**, qui longe la côte méditerranéenne. Cette région est caractérisée par des reliefs escarpés, des vallées fertiles, et des côtes accidentées. Elle est réputée pour sa beauté naturelle et ses paysages verdoyants.

Le centre et le sud du Maroc sont marqués par des **plaines** et des **plateaux** semi-arides. Les plaines côtières de l'**Atlantique**, comme celles du **Charb** et de la **Chaouia**, sont des zones

agricoles importantes, tandis que la **plaine de Haouz**, près de Marrakech, est une région fertile entourée de montagnes.

Vers le sud-est, au-delà de l'Atlas, s'étend l'immensité du **désert du Sahara**. Le paysage y est dominé par des **dunes**, comme celles de **Merzouga** et de **Chegaga**, ainsi que par des **plateaux rocheux** appelés **regs**. Les oasis, comme celle de **Tafilalet**, offrent des îlots de vie dans cet environnement aride.

Les **fleuves** principaux du Maroc, tels que le **Sebou**, l'**Oum Er-Rbia** et le **Drâa**, jouent un rôle clé dans l'agriculture et la vie des habitants. Cependant, beaucoup de ces cours d'eau sont saisonniers et dépendent des précipitations.

En raison de sa géographie diversifiée, le Maroc présente une grande variété de climats, allant du méditerranéen au nord, au désertique dans le sud, en passant par un climat montagnard dans les régions de l'Atlas. Cette richesse géographique contribue à la beauté et à la diversité des paysages marocains, faisant du pays une destination privilégiée pour les amateurs de nature et d'aventure.

CLIMAT

Le climat du Maroc est particulièrement varié en raison de la diversité de ses paysages, de l'influence de l'océan Atlantique et de la mer Méditerranée, ainsi que de la présence des montagnes de l'Atlas. Le pays se divise en plusieurs zones climatiques distinctes.

Le **climat méditerranéen**, dominant dans le nord du pays, offre des étés chauds et secs, avec des hivers doux et humides, notamment dans des villes comme **Tanger** et **Tétouan**. Le long de la côte atlantique, le climat est plus tempéré, particulièrement dans des villes comme **Casablanca** et **Rabat**, où les brises marines rafraîchissent l'air, même en été.

Les régions montagneuses de l'**Atlas** et du **Rif** connaissent un **climat alpin**. Les étés y sont doux, tandis que les hivers peuvent être froids avec des chutes de neige importantes, notamment autour de stations comme **Ifrane** et **Oukaïmeden**, qui offrent des opportunités de sports d'hiver.

Dans le sud-est et le désert du Sahara, le **climat désertique** domine. Les températures y sont extrêmes, avec des journées très chaudes en été et des nuits fraîches, surtout en hiver. Les villes comme **M'Hamid** et **Zagora** sont marquées par des étés torrides et des précipitations très rares.

Enfin, les plaines centrales, autour de villes comme **Marrakech**, sont soumises à un **climat semi-aride**, avec des étés chauds et secs et des hivers doux. Cette diversité climatique rend le Maroc attrayant tout au long de l'année, offrant à ses visiteurs des paysages et des ambiances qui changent radicalement d'une région à l'autre.

FAUNE ET FLORE

Le Maroc abrite une faune et une flore d'une grande diversité, grâce à ses paysages variés allant des montagnes de l'Atlas aux plaines côtières, en passant par le désert du Sahara. La **flore** marocaine inclut des forêts de chênes-lièges, d'arganiers et de cèdres, ainsi que des plantes endémiques comme le thym et le romarin. Le **désert** est orné de palmiers et d'acacias.

Côté **faune**, on trouve des espèces emblématiques comme le singe magot dans les montagnes, l'addax dans le désert et une grande variété d'oiseaux migrateurs dans les zones humides. Le Maroc abrite également des réserves naturelles pour protéger cette biodiversité unique.

CULTURE ET TRADITIONS

Le Maroc, situé à la croisée de l'Afrique, de l'Europe et du monde arabe, est un pays riche en traditions et en culture. Sa diversité culturelle s'est construite au fil des siècles à travers des influences berbères, arabes, andalouses, africaines et méditerranéennes. Cela se reflète non seulement dans les arts, mais aussi dans les rituels, les fêtes, la musique, et la cuisine du pays.

LES TRADITIONS RELIGIEUSES ET SPIRITUELLES

L'Islam est la religion prédominante au Maroc, et il influence de nombreuses facettes de la vie quotidienne. Les prières, les fêtes religieuses comme l'Aïd al-Fitr (qui marque la fin du Ramadan) et l'Aïd al-Adha (la fête du sacrifice) sont célébrées avec ferveur par les Marocains. Pendant le Ramadan, le pays adopte un rythme particulier, où la journée est marquée par des moments de jeûne, de spiritualité et de partage en famille.

Les mosquées jouent un rôle central dans la vie spirituelle, et certaines d'entre elles, comme la Mosquée Hassan II à Casablanca, sont également des symboles architecturaux marquants. L'architecture marocaine, avec ses arcs en fer à cheval, ses mosaïques zelliges, et ses cours intérieures, témoigne du raffinement esthétique islamique.

LE PATRIMOINE CULTUREL BERBÈRE

Les Berbères (ou Amazighs), premiers habitants du Maroc, ont leur propre langue, traditions et coutumes, qui restent vivaces dans de nombreuses régions, notamment dans le Haut Atlas et le Rif. La langue amazighe, reconnue officiellement aux côtés de l'arabe, est encore largement parlée, et les traditions berbères, telles que les célébrations de la nouvelle année Amazigh (Yennayer) ou la danse Ahidous, rythment la vie sociale dans certaines

zones rurales.

FÊTES ET RITUELS POPULAIRES

Outre les fêtes religieuses, le Maroc est marqué par des célébrations et des rites locaux, souvent liés aux cycles de la nature. Par exemple, le Moussem est une fête annuelle traditionnelle organisée dans plusieurs régions pour honorer des saints ou des personnages historiques. Le **Moussem de Tan-Tan**, classé au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO, est l'une des plus grandes manifestations culturelles du genre. On y assiste à des défilés de cavaliers (la fantasia), des danses, et des chants qui célèbrent la vie nomade.

LA MUSIQUE ET LA DANSE

La musique marocaine est elle aussi très variée, reflétant la diversité culturelle du pays. Le **malhoun**, chant poétique en dialecte arabe, ou la **gharnati**, musique andalouse, sont deux genres représentatifs. Dans le sud du pays, la musique gnawa, qui trouve ses racines dans les traditions africaines subsahariennes, mêle chants spirituels et rythmes percussifs et joue un rôle important dans les rituels de transe. Le **raï**, originaire du Maghreb, et le **chaâbi**, un style populaire, sont aussi des genres très appréciés au Maroc.

Chaque région a ses propres danses, comme l'**Ahwach**, pratiquée dans l'Atlas, ou la **Guedra** dans le Sahara, accompagnées de chants et de percussions. La plupart sont encore exécutées lors des mariages et des fêtes. Ces danses collectives sont souvent accompagnées par des instruments traditionnels comme le tambour, la flûte ou le guembri (luth à trois cordes jouée entre autres par les Gnaouas).

ARTISANAT

L'artisanat marocain est un autre attrait majeur pour les touristes. Dans toutes les villes et villages du pays, les souks regorgent de produits artisanaux fabriqués localement, qui témoignent d'un savoir-faire transmis de génération en génération.

- **Les tapis berbères** : Les tapis tissés à la main, souvent ornés de motifs géométriques et de couleurs vives, sont parmi les produits les plus recherchés. Chaque région du Maroc a ses propres styles et techniques, que l'on peut découvrir dans les villages berbères de l'Atlas ou les souks des grandes villes.
- **La poterie et la céramique** : La poterie marocaine, notamment celle de Fès et de Safi, est réputée pour ses motifs arabesques et ses couleurs éclatantes. Les céramiques bleues de Fès sont particulièrement prisées.

- **Les produits en cuir** : Les tanneries de Fès sont célèbres pour la qualité du cuir marocain. Les visiteurs peuvent y voir le processus de traitement des peaux et acheter des produits finis, tels que des sacs, des babouches (chaussures traditionnelles), ou des ceintures.
- **Les objets en métal et en bois** : Les souks marocains regorgent également d'objets en cuivre, en laiton, et en bois sculpté. Les lanternes, les plateaux en métal ciselé et les meubles en bois incrusté sont des pièces d'artisanat caractéristiques.

GASTRONOMIE

La gastronomie marocaine est un véritable régal pour les sens, réputée pour ses saveurs riches et variées. La cuisine est le reflet des influences arabes, berbères, andalouses et méditerranéennes qui ont façonné le pays.

- **Le tajine** : Le plat le plus emblématique du Maroc, le tajine, est un ragoût cuit lentement dans un plat en terre cuite conique. Il existe une multitude de variations, avec de l'agneau, du poulet, des légumes, des fruits secs et des épices comme le safran et le cumin.
- **Le couscous** : Traditionnellement servi le vendredi, le couscous est un autre pilier de la cuisine marocaine. Ce plat est souvent accompagné de viande, de légumes et de pois chiches, et il est agrémenté d'épices parfumées.
- **Les pâtisseries** : Les pâtisseries marocaines, souvent préparées à base d'amandes, de miel et de pâte filo, sont irrésistibles. Des douceurs comme les cornes de gazelle et les gâteaux aux dattes sont servies avec du thé à la menthe, boisson emblématique du Maroc.



INFOS PRATIQUES

DEVISE

DEVISE OFFICIELLE DU MAROC

- La monnaie officielle du Maroc est le **dirham marocain**, abrégé **MAD**. Il est divisé en 100 centimes.
- Les billets sont disponibles en coupures de 20, 50, 100 et 200 dirhams. Les pièces sont en valeurs de 1, 2, 5 et 10 dirhams, ainsi que de 5, 10, 20 et 50 centimes.

TAUX DE CHANGE

- Le **dirham marocain** est une devise semi-convertible, ce qui signifie qu'il est indexé sur un panier de devises, composé principalement de l'euro (environ 60%) et du dollar américain (environ 40%). Le taux de change fluctue dans une bande encadrée par la Banque centrale marocaine (Bank Al-Maghrib).
- Le taux de change varie légèrement selon le marché, mais il est généralement stable. En moyenne :
 - **1 euro $\approx$ 10,5 – 11 MAD**

Il est recommandé de consulter les taux de change actualisés avant de procéder à une conversion de devises, car ils peuvent légèrement varier en fonction de la conjoncture économique mondiale.

Il est interdit d'importer ou d'exporter des dirhams en grandes quantités, donc assurez-vous de changer votre argent en petites sommes et de reconvertir l'excédent avant de quitter le pays.

CHANGE

Changer de l'argent au Maroc est une procédure simple, mais il est important de connaître les meilleures pratiques pour obtenir des taux avantageux et éviter les frais inutiles. Voici les différents moyens de changer votre argent dans le pays :

BUREAUX DE CHANGE :

- **Aéroports** : Vous trouverez des bureaux de change dans les aéroports internationaux, mais les taux peuvent être légèrement moins favorables.
- **Bureaux de change en ville** : Dans les grandes villes comme Marrakech, Casablanca, et Fès, il existe de nombreux bureaux de change qui offrent souvent de meilleurs taux que ceux des aéroports. Ces établissements sont réglementés et affichent les taux de change quotidiennement.
- **Hôtels** : Les hôtels offrent parfois des services de change, mais leurs taux sont généralement moins avantageux.

BANQUES :

- Les banques marocaines, telles que Attijariwafa Bank, Banque Populaire, ou BMCE, proposent des services de change. Elles offrent des taux compétitifs et sont une option fiable.
- Les horaires d'ouverture sont généralement de 8h30 à 15h30, du lundi au vendredi.

- Il est nécessaire de présenter votre passeport pour effectuer un échange dans les banques.

DISTRIBUTEURS AUTOMATIQUES DE BILLETS (DAB) :

- **Retrait en dirhams** : Vous pouvez utiliser votre carte bancaire internationale pour retirer des dirhams marocains dans les distributeurs automatiques. Ils sont largement disponibles dans les villes, les aéroports et les zones touristiques.
- **Frais de retrait** : Votre banque peut appliquer des frais de transaction ou de conversion, alors il est conseillé de vérifier ces coûts avant votre voyage.

CARTES DE CRÉDIT ET PAIEMENT ÉLECTRONIQUE :

- Bien que moins courant que dans d'autres pays, de nombreux hôtels, restaurants et boutiques de grandes villes acceptent les paiements par carte de crédit (Visa, Mastercard, etc.).
- **Taux de conversion** : Les paiements par carte sont effectués au taux de conversion officiel, mais des frais bancaires peuvent s'appliquer.

CONSEILS PRATIQUES :

- **Taux de change fixe** : Le dirham marocain est une monnaie à taux de change fixe, encadrée par rapport à un panier de devises, principalement l'euro et le dollar américain. Cela signifie que les variations ne sont pas très importantes, mais il peut toujours être utile de comparer les offres.
- **Conservez vos reçus** : Lorsque vous changez des devises, gardez les reçus, car ils pourraient être nécessaires si vous souhaitez reconvertir vos dirhams en devises étrangères avant de quitter le pays.
- **Évitez le marché noir** : Bien qu'il puisse exister des opportunités de change non officielles, il est fortement déconseillé d'y recourir, car cela est illégal et risque de vous exposer à des fraudes.

Ces différentes options vous permettent de changer facilement votre argent au Maroc en toute sécurité et au meilleur taux.

INTERNET

Au Maroc, il existe plusieurs moyens d'accéder à Internet, adaptés aux besoins des voyageurs :

WI-FI :

- **Hôtels, Riads et Restaurants** : La majorité des hôtels, Riads, cafés et restaurants proposent un accès Wi-Fi gratuit pour leurs clients.
- **Espaces publics** : Dans certaines grandes villes, des espaces publics tels que des parcs ou les gares offrent également une connexion Wi-Fi gratuite ou payante.

CARTES SIM LOCALES AVEC FORFAIT INTERNET :

- **Opérateurs mobiles** : Maroc Télécom, Orange et Inwi proposent des cartes SIM avec des forfaits prépayés ou des forfaits data qui permettent une connexion internet 4G.
- **Achat et recharge** : Les cartes SIM peuvent être achetées facilement dans les boutiques des opérateurs, les aéroports ou dans les petites épiceries. Les recharges de crédit ou de data sont également disponibles dans ces points de vente.

CLÉS INTERNET :

- **Clés 4G/5G** : Il est possible d'acheter ou de louer des clés Internet (dongles) qui se connectent via le réseau mobile pour offrir une connexion Internet sur un ordinateur ou d'autres appareils.

CYBERCAFÉS :

- Les cybercafés sont encore très courants au Maroc, surtout dans les grandes villes. Ils offrent un accès à des ordinateurs connectés à Internet pour des tarifs généralement abordables (environ 10 à 15 dirhams pour une heure).

RÉSEAU MOBILE (DATA) :

- **Réseaux 4G et 5G** : Le Maroc est bien couvert en 4G, et les opérateurs commencent à déployer la 5G dans certaines zones. Les utilisateurs peuvent accéder à Internet directement via leur smartphone, en activant les données mobiles. Attention cependant à bien vérifier votre forfait auprès de votre opérateur avant le départ pour connaître les conditions d'utilisation du réseau mobile à l'étranger. L'utilisation des données mobiles peut entraîner un montant hors forfait astronomique à payer à votre retour. Il existe des « pass voyage » qui permettent d'accéder temporairement à Internet durant le voyage. Ce n'est pas la solution la moins coûteuse.

Ces options couvrent la majorité des besoins pour une utilisation ponctuelle à internet.

TÉLÉPHONE

Pour passer des appels au Maroc depuis un téléphone étranger, voici les étapes à suivre :

Ajouter l'indicatif international du Maroc :

Le Maroc utilise l'indicatif international **+212**. Lorsque vous composez un numéro marocain depuis l'étranger, vous devez ajouter **+212** et supprimer le premier zéro (0) du numéro local. Par exemple, pour un numéro marocain commençant par 06 12 34 56 78, vous devez composer **+212 6 12 34 56 78**.

Utilisation de votre téléphone au Maroc :

- **Itinérance internationale (Roaming)** : Si vous avez activé l'itinérance auprès de votre opérateur étranger, vous pouvez utiliser votre téléphone au Maroc pour émettre des appels. Cependant, les frais d'itinérance peuvent être élevés, surtout pour les données mobiles et les appels internationaux. Il est conseillé de vérifier les tarifs avec votre opérateur avant de partir.
- **Forfaits internationaux** : Certains opérateurs proposent des forfaits ou options spéciales pour l'étranger, incluant des appels, SMS et données à des tarifs réduits. Renseignez-vous sur ces options avant de voyager.

Utiliser une carte SIM marocaine :

- Pour éviter les frais d'itinérance élevés, vous pouvez acheter une **carte SIM locale** une fois au Maroc. Les trois principaux opérateurs marocains sont **Maroc Télécom (IAM)**, **Orange**, et **Inwi**.
- Il suffit d'acheter une carte SIM prépayée, disponible dans les boutiques des opérateurs, dans les épiceries ou dans les aéroports, et de la recharger selon vos besoins. Cela vous permettra de bénéficier de tarifs locaux pour les appels, les SMS et l'Internet mobile.
- Vous aurez besoin d'un téléphone **débloqué** (non verrouillé sur un opérateur spécifique) pour utiliser une carte SIM marocaine.

Utiliser des applications VoIP (Appels via Internet) :

- Si vous disposez d'une connexion Wi-Fi ou de données mobiles, vous pouvez utiliser des applications VoIP telles que **WhatsApp**, **Skype**, **Viber**, ou **Zoom** pour passer des appels gratuits ou à faible coût.
- Ces applications nécessitent que votre contact soit également connecté à Internet ou utilise la même application pour les appels gratuits (ou à moindre coût).

DÉCALAGE HORAIRE

Le décalage horaire avec le Maroc dépend de la période de l'année en raison des changements d'heure.

- **En hiver (de fin octobre à fin mars) :**

- Le Maroc est sur l'heure GMT (UTC+0).
- Il y a un décalage de **-1 heure** par rapport à la France.

- **En été (de fin mars à fin octobre) :**

- Le Maroc adopte l'heure GMT+1 en raison de l'heure d'été.
- Il y a un décalage de **-1 heure** par rapport aux pays comme la France, qui sont alors en heure d'été (CEST).

Le Maroc reste donc en GMT+1 toute l'année, à l'exception du mois du Ramadan, où il revient temporairement à l'heure GMT (UTC+0).

DURÉE DE VOL

La durée de vol direct entre Paris et Marrakech est en moyenne de 3h20.

ELECTRICITÉ

Le voltage au Maroc est identique à celui de la France (220v).

Les prises électriques sont de types C et E, il n'y a pas besoin d'adaptateur .

NUMÉROS UTILES

- Police : 19
- Police touristique : 05 24 38 46 01 ou 05 24 88 86 80 (numéro vert, accessible 24h/24, est mis à la disposition des touristes au Maroc)
- Pompiers : 15
- Gendarmerie : 077
- Centre antipoison : +212 5 37 68 64 64
- Secours routiers : 177

DIALOGUER POUR MIEUX PARTAGER

Parler quelques mots dans la langue locale est un signe de respect et d'ouverture envers la culture d'un pays. Même si l'on ne maîtrise pas la langue, connaître des expressions simples

comme « bonjour », « merci », ou « s'il vous plaît » facilite les interactions et crée un lien de proximité avec les habitants. Cela démontre un effort d'intégration et peut susciter des échanges plus chaleureux et authentiques. En plus de montrer une curiosité pour les coutumes locales, cela permet souvent de mieux comprendre la culture et d'enrichir son expérience de voyage.

Au Maroc « kh » se prononce « r » tout comme le « gh » mis à part que le « r » est roulé.

- Bonjour = Salam
- Bonsoir = Msal'khir (Msal'rir)
- Au revoir = Beslama (B'slama)
- Merci (beaucoup) = Chokran (b'zaf)
- Non merci = La chokran
- Remercie du fond du coeur = Barak allah oufik
- Il n'y a pas de quoi = Bla jmil
- Ca va bien ? = Labass, bikhir (birir)
- Tout va bien = Kolchi mezian (m'zian)
- Très bien, merci, et vous ? = Labass hamdoullah
- Oui, d'accord / non = Wakha (wara) / Lla
- Pas de problème = Makain mochkil
- Avant de commencer quelque chose (le repas, boire le thé...) = Bismillah
- Bon appétit, santé = Bessaha (b'saha)
- Ca suffit = Safi
- C'est fini merci (si vous n'avez plus faim) = Safi baraka
- Les toilettes = L'méda
- Le thé = Ataye
- Le pain = Khobz (rob'z)
- Le café = Qahoua (kawoua)
- Le sucre = Soukkhar (zoukar)
- Les dattes = T'mar
- Les olives = Zitounes
- Une fourchette = Farchéta
- Une cuillère = Maalqa
- Un couteau = Mouss
- C'est combien ? = Bch-hal
- C'est trop cher ! = Ghali bezaf ! (Rhali b'zaf)
- Pouvez-vous baisser le prix ? = N-kass taman afak
- Je ne fais que regarder = Ghir tan chouf