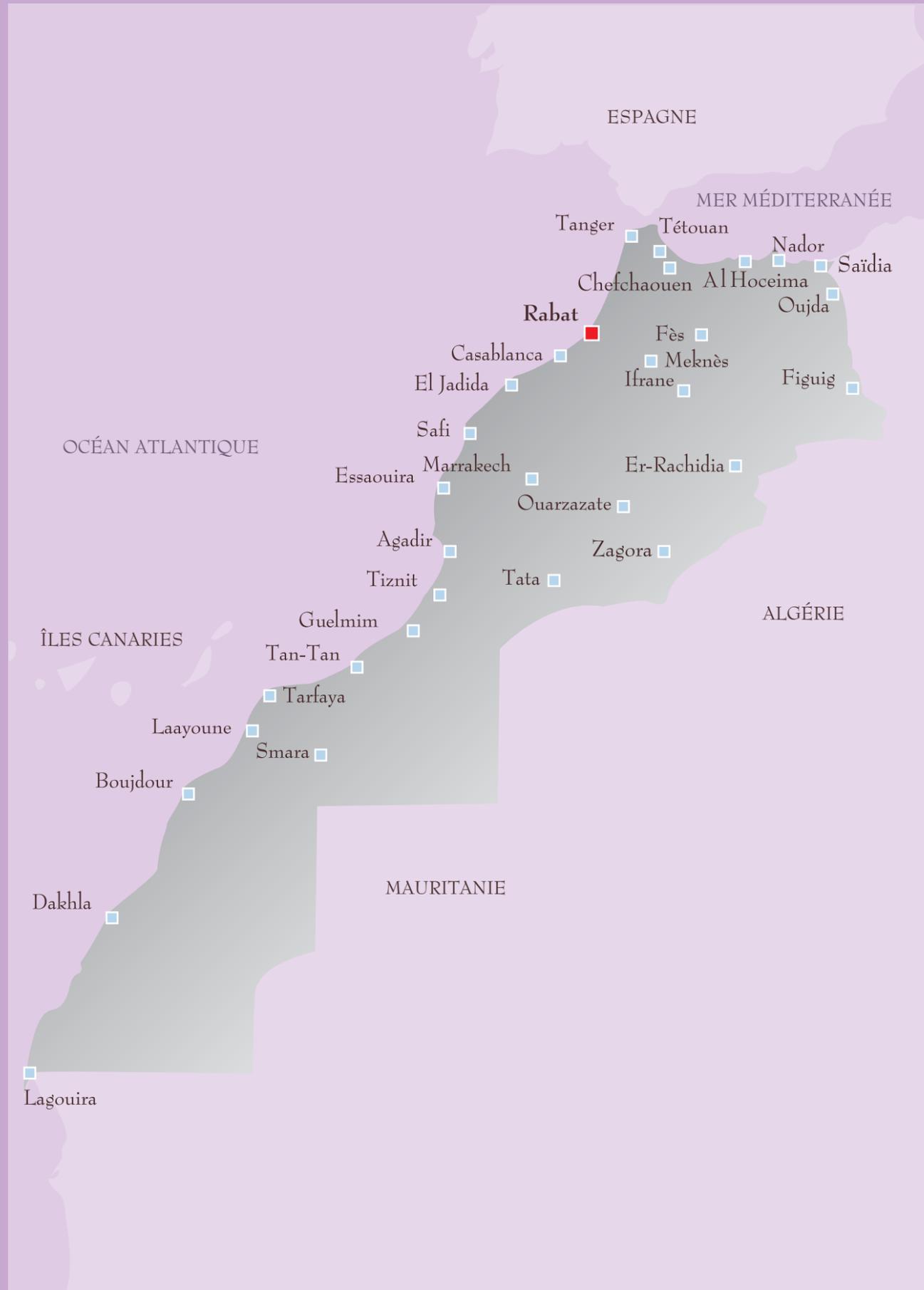
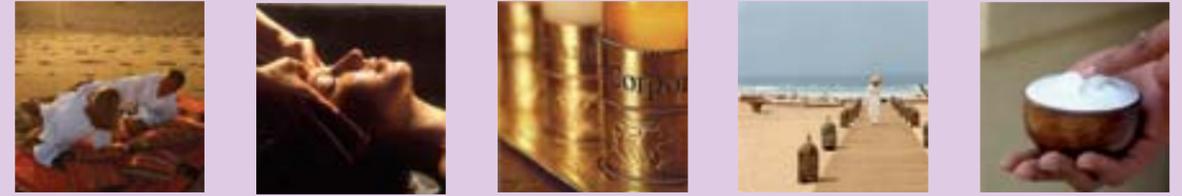


Wellness  
AU MAROC





## Wellness



- 5 Edito
- 6 Evadez-vous selon vos envies
- 7 Découvrez un monde de sérénité
- 8 Le hammam, un art de vivre
- 10 La santé par la mer
- 12 Des eaux douces pour le réveil des sens
- 14 Les essentiels de la beauté
- 22 L'huile d'argan : un élixir de jeunesse
- 24 Des plantes qui soignent, des gestes qui apaisent
- 26 Pays des mille contrastes
- 28 Gardez vos sens en éveil
- 30 Bouger au grand air
- 32 Des hébergements de rêve, des centres prestigieux
- 34 Informations et adresses utiles



## Edito

### Entrez dans un monde de beauté

Destination « bien-être » par excellence, le Maroc cultive une tradition séculaire de la beauté, de la détente et des soins du corps. Ses bains maures ou hammams en sont les témoins les plus emblématiques. Ils permettent de dissiper les tracasseries quotidiennes dans des vapeurs d'eau délicatement parfumée à l'eucalyptus et de chasser son stress entre les mains expertes d'un masseur.

Son savoir-faire ancestral s'est enrichi des techniques les plus performantes afin de proposer des cures de thalassothérapie, de thermalisme ou de balnéothérapie à la fois modernes et authentiques, dans des cadres naturels enchanteurs et prestigieux. A la finesse des soins se mêle la qualité des produits naturels utilisés, comme l'huile d'argan ou les eaux de fleurs, aujourd'hui reconnus dans le monde entier pour leurs vertus cosmétiques, voire curatives.

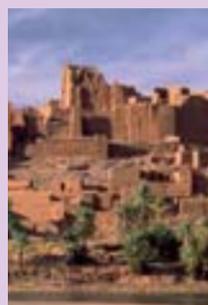
Succombez au raffinement, offrez-vous un moment de détente inoubliable.



*Bien-être et détente  
dans un cadre raffiné*



## Evadez-vous selon vos envies



*La diversité et l'authenticité  
des paysages, autant  
d'invitations au voyage*

A trois heures des principales capitales européennes, le Maroc offre un dépaysement absolu et une palette infinie d'émotions. Bercé par la Méditerranée d'un côté, par l'océan Atlantique de l'autre, le Maroc présente une richesse de paysages incroyables. Balades culturelles dans les ruelles

des médinas, trekking dans les monts de l'Atlas, farniente sous le soleil des plages, toutes les activités sont au rendez-vous.

Pays moderne, il a su mettre en valeur ses traditions et son patrimoine historique, préserver son identité tout en développant des infrastructures de qualité.



## Découvrez un monde de sérénité



*Une cuisine raffinée  
inspirée des produits du  
terroir*

Il y a mille et une façons de s'occuper de soi. En offrant à son corps massages relaxants, soins purifiants, bains apaisants. En redécouvrant les plaisirs de la table avec des plats savoureux et naturels, cuisinés grâce aux bons produits du terroir. En profitant

de la vie au grand air, des rayons du soleil, de la douceur du climat. Ou simplement en s'accordant le temps d'échanger avec l'autre, autour d'un incontournable thé à la menthe. Prendre soin de soi, c'est la vision du bien-être à la marocaine.



## Le hammam, un art de vivre



*Le hammam représente tout un cérémonial dans ses préparatifs et les soins prodigués*

S'il puise ses origines dans l'antiquité gréco-romaine, le hammam est devenu une véritable institution au Maroc. Dans ce lieu magique, aux murs de tadellakt et zelliges, il règne une atmosphère particulière, voilée par la chaleur et la vapeur humide. Chaque semaine, les femmes aiment s'y retrouver pour échanger potins et confidences, tout en prenant soin de leur corps.



Le bain est l'endroit idéal pour oublier stress et soucis quotidiens. La vapeur d'eau ouvre les pores de la peau et permet d'évacuer les toxines, le corps s'en trouve ainsi purifié. L'esprit s'apaise. La relaxation est totale.



*Le hammam : une atmosphère particulière et les bienfaits d'une tradition ancestrale*



Au hammam, les soins ne manquent pas, plongeant le corps et l'esprit dans une torpeur enivrante. Gommage au savon noir, enveloppement au ghassoul, masque à l'eau de roses ou de fleurs d'orangers, massages aux huiles essentielles, hydratation à l'huile d'argan... Chaque partie du corps est délicatement soignée.

Dans chaque ville, tous les quartiers et la plupart des hôtels possèdent leur propre hammam. Depuis des siècles, on n'a rien inventé de mieux pour prendre soin de soi et savourer un vrai moment de détente. Divin !

## La santé par la mer



*La thalasso au Maroc, c'est la qualité des soins, le dépaysement total et un climat enchanteur*

### Une vague de bien-être

Avec ses 3000 kilomètres de côte atlantique et ses 500 kilomètres de côte méditerranéenne, le Maroc possède tous les atouts pour vous prodiguer des soins de thalassothérapie de qualité. Aux bienfaits de l'eau de mer, ses structures à la fois modernes et authentiques associent technologies avancées et personnel

qualifié. Grâce à son climat agréable toute l'année, le Maroc vous accueille pour des remises en forme de janvier à décembre ! En Méditerranée à Tétouan, ou sur l'Atlantique à Casablanca, Essaouira ou Agadir, impossible de ne pas trouver son bonheur !



*Essaouira*

## Des eaux douces pour le réveil des sens



*Cadre chaleureux et équipement de pointe font la notoriété des centres de balnéothérapie au Maroc*

**Les bienfaits de la balnéothérapie**  
Situés dans les grandes villes du Royaume comme Casablanca, Marrakech, Fès ou Agadir, les centres de balnéothérapie haut de gamme se distinguent par leur cadre moderne et chaleureux. Dotés d'équipements de pointe, vous y découvrirez tous les plaisirs de l'eau : massages sous affusion, séances d'aquagym, bains hydromassants, hydrojets... Avant ou après un accouchement, pour arrêter de fumer, perdre du poids, retrouver le sommeil, soulager des douleurs dorsales ou s'offrir une cure beauté, la balnéothérapie permet de prendre soin de son corps tout en douceur.



**Le meilleur du thermalisme**  
Phénomène rare et naturel, la station thermale de Moulay Yacoub est reconnue pour la qualité de ses eaux sulfureuses qui jaillissent de plus de 1500 mètres de profondeur à une température de 54°C. Cette station située à quelques kilomètres au Nord Ouest de Fès, dans un cadre bucolique à souhait, accueillait déjà les écrivains Henry de Montherlant et André Gide au début du XXe siècle. Ultramodernes et luxueuses, les infrastructures récemment rénovées suivent les normes internationales du thermalisme médical. Dans ce cadre apaisant, vous pourrez profiter d'une carte complète de soins pour oublier tous vos petits maux quotidiens.



*Détendez-vous le temps d'un massage*

### Les plaisirs du Spa

Le Spa connaît une forte expansion dans toutes les villes marocaines. Vous y retrouverez toute une gamme de prestations alliant produits naturels de qualité et mains expertes, pour un voyage sensoriel unique. Des massages aromatiques aux soins du visage, des bains aux gommages, tout est fait pour vous offrir un moment exceptionnel.



## Les essentiels de la beauté



*Dans les foyers marocains, les eaux florales sont obtenues par distillation traditionnelle*

### L'eau de rose

Cette eau précieuse est produite à Kelaa M'Gouna, dans la bien nommée «Vallée des Roses». Chaque année, au mois de mai, un incroyable moussem célèbre la cueillette des roses et leur transformation en eau parfumée. A cette occasion, on peut visiter les coopératives, observer la cueillette au petit matin ou encore assister aux nombreux spectacles traditionnels qui accompagnent les festivités et l'élection de «Miss Rose». Élément indispensable de la beauté des femmes, l'eau de rose possède des vertus hydratantes, adoucissantes, tonifiantes et convient à tous les types de peaux.



### L'eau de fleur d'oranger

Douce et sucrée, l'eau de fleur d'oranger a été utilisée dès l'antiquité comme parfum par les femmes. Ses vertus apaisantes font merveille aussi bien en cuisine qu'en cosmétique. Sous forme d'eau, on l'utilise pour aromatiser un plat ou une boisson, ou comme lotion nettoyante pour le visage. En huile essentielle, la fleur d'oranger est un pur délice pour les sens. Elle permet de se détendre et de calmer les tempéraments angoissés. En huile de massage, elle est également idéale pour une relaxation complète.



## Les essentiels de la beauté



*Le khôl souligne le regard de la femme marocaine*

### Le rouge coquelicot

On l'appelle «Akar el Fassi», «le Rouge de Fès». Peut-être parce que la région du Moyen Atlas est riche en champs de fleurs rouges... Il s'agit d'une poudre fabriquée à base de pétales de coquelicots. On la trouve soit dans des flacons, soit recouvrant de petits récipients en terre cuite. Les femmes s'en servent pour le teint et la coloration naturelle des cheveux.



### Un regard irrésistible...

Toutes les femmes connaissent le Khôl, atout majeur de leur maquillage pour un regard envoûtant. Si aujourd'hui il est rangé à côté des fards et tubes de rouge à lèvres des plus grandes marques de cosmétiques, il était autrefois utilisé pour ses propriétés antiseptiques mais également pour souligner le regard et l'embellir. Cette poudre est obtenue par le broyage de la galène : un minéral extrait de roches montagneuses. Appliqué à l'aide d'un petit bâtonnet entre les paupières closes, le Khôl naturel donne toujours ce mystère incomparable au regard.



## Les essentiels de la beauté



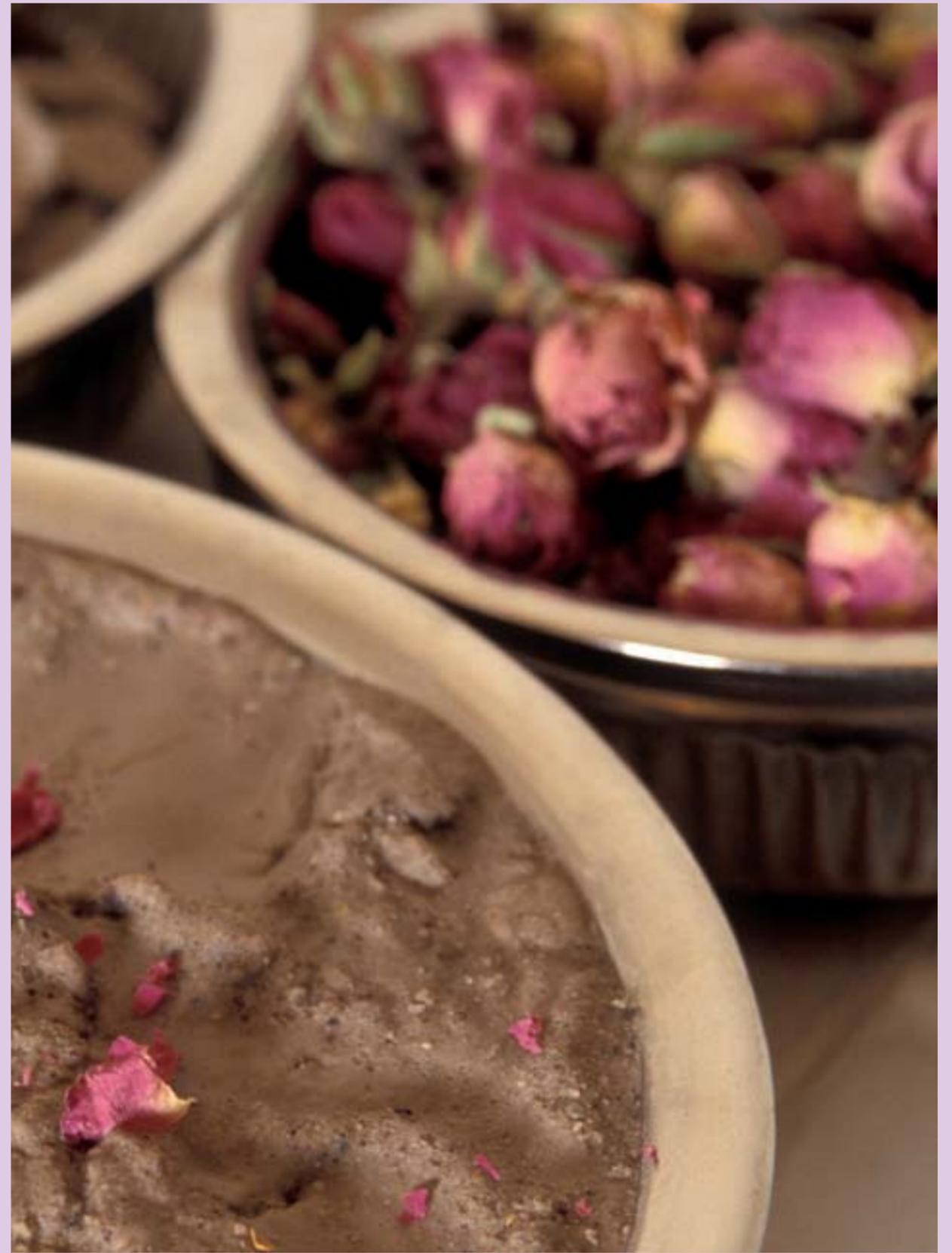
*Le ghassoul utilisé lors du hammam apporte douceur et éclat à la peau et aux cheveux*

### Le secret d'une peau douce

Le ghassoul est une argile naturelle utilisée depuis le Moyen Âge dans toute l'Afrique du Nord pour les soins des cheveux, du visage et du corps. Elle tire son nom du terme «ghassala» qui signifie «se laver» en arabe. Le ghassoul provient exclusivement du Maroc, le seul gisement connu au monde se trouvant en bordure du Moyen Atlas. Riche en oligo-éléments et en sels minéraux, il possède d'importantes qualités purifiantes et adoucissantes. Mélangé avec de l'eau, il forme une pâte qui sert de shampooing. Avec de l'eau de rose ou encore du miel, il se transforme en masque purifiant et hydratant pour le visage. Hypoallergénique, il convient à tous les types de peau et particulièrement aux plus fragiles.

### Un savon nommé caresse

Le savon noir est un produit 100% naturel qui tire sa couleur ambrée des olives noires servant à sa fabrication. Ce savon est idéal pour les soins du hammam, bain et gommage de la peau. Très onctueux, il a des propriétés calmantes et adoucissantes. Une véritable caresse pour la peau...



*Le ghassoul*

## Les essentiels de la beauté

### Le henné, plante du paradis

Le henné provient d'une plante dont les feuilles ont été séchées et réduites en poudre très fine. Cette poudre de couleur vert olive va ensuite se transformer en pâte épaisse grâce à l'ajout d'eau chaude. Le henné sert traditionnellement à maquiller les pieds et les mains, ou encore à soigner et teindre les cheveux.



*Le henné ou plante du paradis accompagne les moments forts de la vie*



### Beauté et symboles

Au Maroc, selon la tradition, le henné revêt une grande importance symbolique, notamment lors des cérémonies qui marquent les étapes importantes de la vie, naissance, circoncision chez le petit garçon, mariage et enfin décès. Ce sont des femmes que l'on appelle «hennayates» qui réalisent les dessins au henné avec une grande dextérité.

Si le henné laisse de jolis tatouages éphémères sur la peau, il peut également servir à la création d'œuvres d'art. Ainsi, de nombreux artistes l'utilisent pour dessiner sur des peaux de chèvre, de la toile, des bougies ou encore des photophores. Celui que l'on appelle parfois «la plante du Paradis» imprègne véritablement la vie quotidienne des Marocains.



## L'huile d'argan : un élixir de jeunesse

Le monde entier envie le Maroc pour son arganier. Plante endémique, cet épineux au tronc court pousse exclusivement sur le littoral de la région du Souss Massa Draâ, dans la région d'Agadir. Classé au patrimoine mondial de l'Unesco, son fruit renferme une amande qui donne une huile précieuse entre toutes, l'huile d'argan, connue depuis longtemps des populations locales pour ses vertus cosmétiques et nutritives.

### Des qualités exceptionnelles

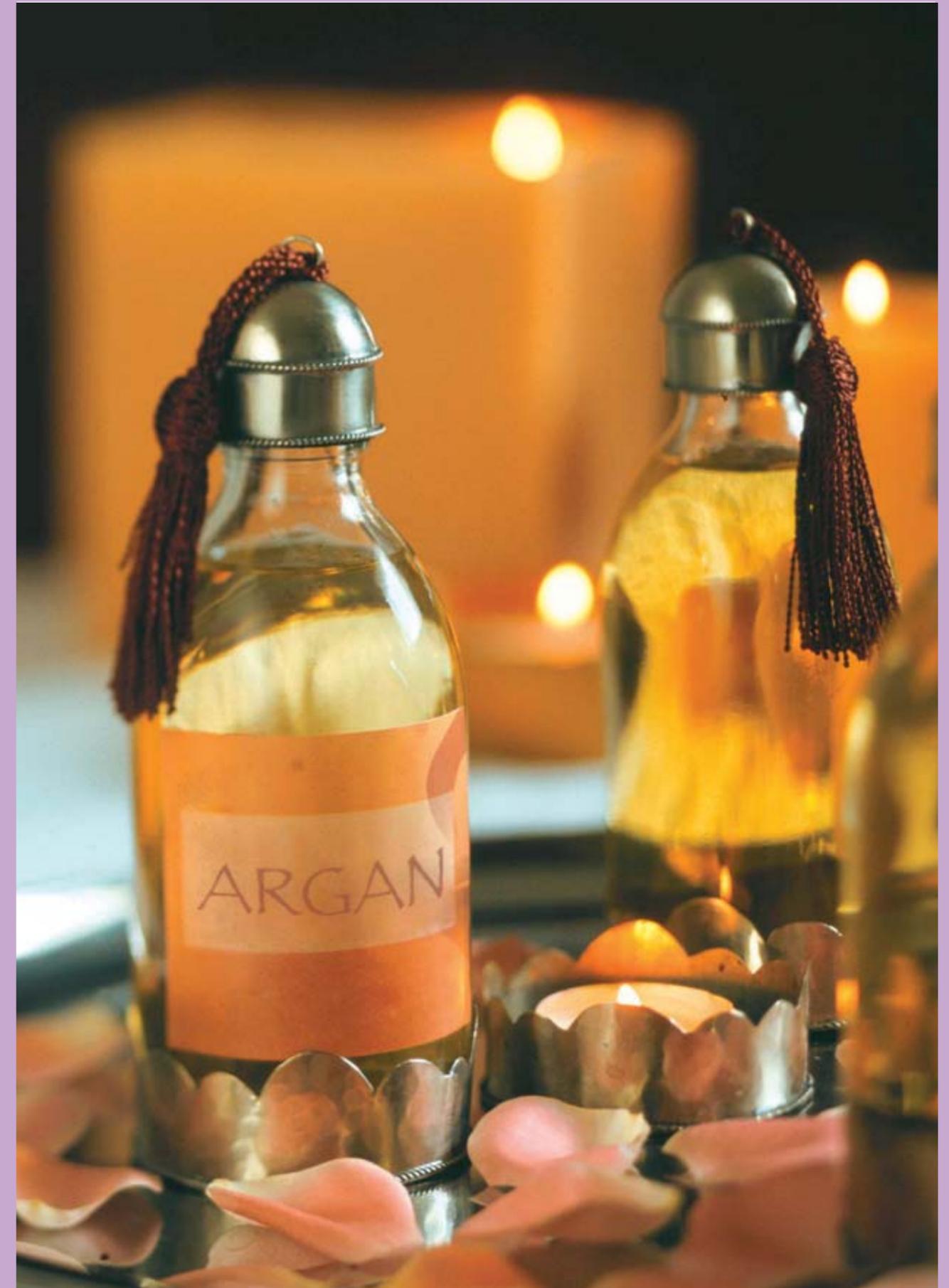
Très riche en acides gras essentiels Omega 6 et en vitamine E, l'huile d'argan possède des propriétés antioxydantes importantes, luttant contre le vieillissement de la peau et favorisant sa régénération. On

l'utilise comme huile de soin pour le visage, le corps et les cheveux ou pour des massages. En cuisine, son parfum de noisette fait merveille pour accompagner les salades ou les préparations sucrées, et ses qualités nutritives exceptionnelles sont largement supérieures à celles de l'huile d'olive extra vierge.

La rareté de l'huile d'argan tient aussi aux méthodes de production qui restent, le plus souvent, artisanales. Dans les coopératives féminines, il faut de 10h à 12h de travail pour extraire un litre d'huile et pas moins de 70 kilos de fruits mûrs... Pour comprendre et admirer cet art extraordinaire, il est possible de visiter les coopératives de production d'huile d'argan et de s'initier aux méthodes ancestrales d'extraction.



*De la cueillette à la pression, tout est fait manuellement pour produire une huile d'argan savoureuse aux multiples bienfaits*



## Des plantes qui soignent, des gestes qui apaisent



*Les recettes naturelles de beauté se transmettent de mère en fille*

### Recettes séculaires de bien-être

Ancré dans la tradition, l'herboriste a toujours eu sa place dans tous les souks et médinas du royaume. Pour soigner ou pour embellir, les plantes font partie intégrante de la vie quotidienne. Vous trouverez ainsi au gré de vos promenades dans les marchés à ciel ouvert, des bâtons de souak pour blanchir les dents, des feuilles de verveine (louisa) pour aider à la digestion, de l'absinthe (chiba) pour renforcer l'organisme...

Grâce à la richesse de la flore marocaine, huiles essentielles précieuses, eaux florales délicates et produits de beauté naturels, sont transmis de générations en

générations et se retrouvent dans les hammams traditionnels comme dans les grands centres de Spa.

Que choisirez-vous ? Un bain de vapeur à l'eucalyptus ? Un enveloppement d'algues ou de ghassoul à l'eau de rose ? Un massage aux huiles essentielles de menthe, de thym, d'eucalyptus ou de lavande ? Un masque du visage à l'argile blanche et au miel ? La touche orientale et le savoir-faire marocain adaptés aux soins occidentaux libèreront votre corps de toutes ses tensions et impuretés. Laissez-vous tenter. Vous êtes entre de bonnes mains.



## Pays des mille contrastes



*Se ressourcer en découvrant de nouveaux univers, le Maroc répond à toutes les envies*

Prendre soin de soi en s'accordant le temps de partir à la découverte... Montagne, désert, oasis ou mer, au Maroc, la nature s'exprime sous toutes ses formes, au rythme des saisons. Sur les milliers de kilomètres de côtes donnant sur l'Atlantique et la Méditerranée, la nature est généreuse et les parcs ou réserves naturelles sont nombreux.

### Les merveilles de la nature

Le Nord est une région de contrastes par excellence. Tanger, ville cosmopolite, voit se marier les eaux tumultueuses de l'Atlantique à celles calmes et chaudes de la Méditerranée. Sur les côtes, les longues plages de sable fin sont dominées par des reliefs escarpés. Les riches forêts du Rif laissent place à de hautes plaines rases et



les grandes villes cèdent la place à de petits villages haut perchés. Région enclavée et difficile d'accès, elle dissimule de vraies merveilles naturelles : cascades, grottes, criques isolées, lacs...

### Un Paradis pour les oiseaux

Près d'Agadir, le parc de l'embouchure des oueds Souss et Massa forme un écosystème idéal pour accueillir les flamants roses, les grues et les ibis chauves, espèce en voie de disparition qui a trouvé son bonheur ici. Il faut dire que nous sommes tout près de la bien-nommée « Vallée du Paradis ». A quelques kilomètres au Nord d'Agadir, sur la route des cascades d'Imouzzer, la nature a gardé tous ses droits et c'est un florilège de couleurs qui s'offre aux visiteurs.



*Une nuit dans le désert sous une voûte étoilée, rien de tel pour se déconnecter*



### Sur les pistes blanches du sud...

Non loin de Marrakech s'élève l'Atlas qui culmine à 4167 m. En hiver, on peut à la fois skier sur les hauteurs et se baigner, à quelques kilomètres. La région, riche en paysages grandioses, offre de belles occasions d'excursions en toute saison.

Plus au Sud, au-delà de Ouarzazate, passez les portes du désert. Les vagues de sable peuvent atteindre 150 mètres de haut, comme dans l'erg Chebbi. Là aussi, les contrastes entre les paysages de rocaille et de sable, et ceux verdoyants des oasis, sont surprenants et permettent des treks inoubliables.

## Gardez vos sens en éveil

### La culture au rendez-vous

Tout au long de l'année, festivals de musique, rencontres artistiques et moussems folkloriques se déroulent dans chaque région du Maroc. Pour ne citer que les plus prestigieux, le Festival International du Film de Marrakech accueille les stars du monde entier pour rendre un hommage mérité au 7ème Art. Au mois de décembre, comédiens et réalisateurs, journalistes et artistes défilent sur le tapis rouge pour décerner l'Etoile d'Or au meilleur film de l'année. La cité ocre brille de paillettes et la jet set internationale vient s'y amuser. À Fès, le Festival des Musiques Sacrées du Monde a été félicité par l'ONU pour son rôle majeur dans la promotion du dialogue des cultures et des religions. Quant à Rabat, elle accueille le Festival Mawâzine Rythmes du Monde qui a acquis ses lettres de noblesse au fil des éditions, avec une programmation musicale de qualité qui envoûte le public dans une des plus belles fêtes musicales au monde avec des artistes tels que Stevie Wonder, Alicia Keys et Kylie Minogue...



Des célèbres casbahs du sud marocain aux ruelles sombres des médinas, l'architecture du Maroc vous surprendra par sa beauté et sa diversité



### L'art de construire

L'architecture au Maroc a toujours été citée pour sa richesse, sa diversité et la qualité des matériaux nobles utilisés (le zellige, le marbre, le tadelakt, le stuc et le bois). L'architecture marocaine est une synthèse originale des influences arabes, andalouses et berbères. Mais le mérite revient à ces maîtres artisans qui ont fait de ce savoir faire un véritable art qui s'exporte aujourd'hui à travers le monde. Les artistes excellent dans le travail du bois ciselé et peint, dans la sculpture du marbre, dans les marqueteries de céramique polychrome et dans le plâtre ciselé. Les monuments les plus remarquables ont souvent une vocation religieuse : mosquée Qarawiyyin à Fès, la Koutoubia à Marrakech, les médersas (Bou Inaniyya à Fès et ben Yousouf à Marrakech). Du passé subsiste aussi des remparts, des casbahs (citadelles défensives), des palais, des nécropoles et des tombeaux.



La qualité de l'accueil et de la gastronomie au Maroc fait l'unanimité auprès des visiteurs

### Le plaisir des papilles

Le bien-être passe aussi par le plaisir gustatif. Au Maroc, vous serez servis ! Ce n'est pas un hasard si la cuisine marocaine est célébrée à travers le monde. Elle est à l'image du pays : chaleureuse, généreuse, colorée, parfumée, subtile. Riche et diversifiée, elle prend aussi les teintes et les saveurs de chaque région. La cuisine marocaine reflète l'histoire complexe du pays et les différentes populations qui s'y sont installées. Le tajine et le harira viennent des Berbères,



les Bédouins ont apporté les dattes, le lait, les céréales et le pain tandis que les Maures ont introduit l'huile d'olive, les amandes, les fruits et les herbes. Les Arabes ont apporté les épices, sans oublier les Britanniques qui, au XVIIIème siècle, ont importé le fameux thé. Des plats traditionnels en passant par les fameuses pâtisseries dont seules les femmes marocaines ont le secret, gourmands et gourmets seront ravis !

## Bouger au grand air

### Quelques swings pour prolonger le plaisir

Le Golf est une discipline reine au Maroc, attirant les golfeurs du monde entier. Le plus emblématique, le Royal Golf Es-Salam de Rabat qui accueille le Trophée Hassan II tous les ans, est réputé pour la beauté de son parcours. Mais il n'est pas le seul ! Toutes les grandes villes disposent de plusieurs parcours dessinés par des spécialistes internationaux de renom, tels Robert Trent Jones, Jack Nicklaus, ou encore Cabell B. Robinson, dans des cadres naturels uniques. Certains tutoient l'océan (El Jadida, Mohammedia, Agadir), les flots de la Méditerranée (Cabo Negro, Saïdia), ou les pentes enneigées de l'Atlas (Marrakech). Tous bénéficient de l'extraordinaire variété paysagère du Maroc et de la douceur de son climat tout au long de l'année (Tanger, Bouznika, Casablanca, Fès, Meknès et Benslimane).

### Vivre pleinement la mer

Sur les eaux calmes de la Méditerranée, tous les férus

d'activités nautiques trouvent leur bonheur. Sorties en mer à bord de voiliers ou catamarans, plongée sous-marine à la découverte des dauphins, ski nautique, jet skis ou kayak des mers : il y en a pour tous les goûts. Côté Atlantique, c'est le paradis des sports de glisse ! Surf, kite surf, planche à voile et char à voile se retrouvent sur les longues plages de sable blanc du nord au sud. Quant aux amateurs de pêche, ils peuvent compter sur des sorties de pêche sportive en mer pour découvrir les nombreuses espèces et variétés de poissons.

### Partir en excursions

Quelle que soit la région, les chemins de randonnées sont variés et nombreux. Les marcheurs choisiront les balades dans les forêts de chênes, les chemins escarpés des sommets de l'Atlas ou les trekkings sportifs dans le désert. Pour les cavaliers débutants ou confirmés, le long des plages, dans les campagnes ou en montagne, les randonnées équestres permettent aussi de découvrir le Maroc hors des sentiers battus.



Saut en parachute, trekking, canyoning, escalade, kite surf... autant de sensations fortes



## Des hébergements de rêve, des centres prestigieux



*Luxe, confort et bien-être sont au rendez-vous dans tous les établissements hôteliers du pays*

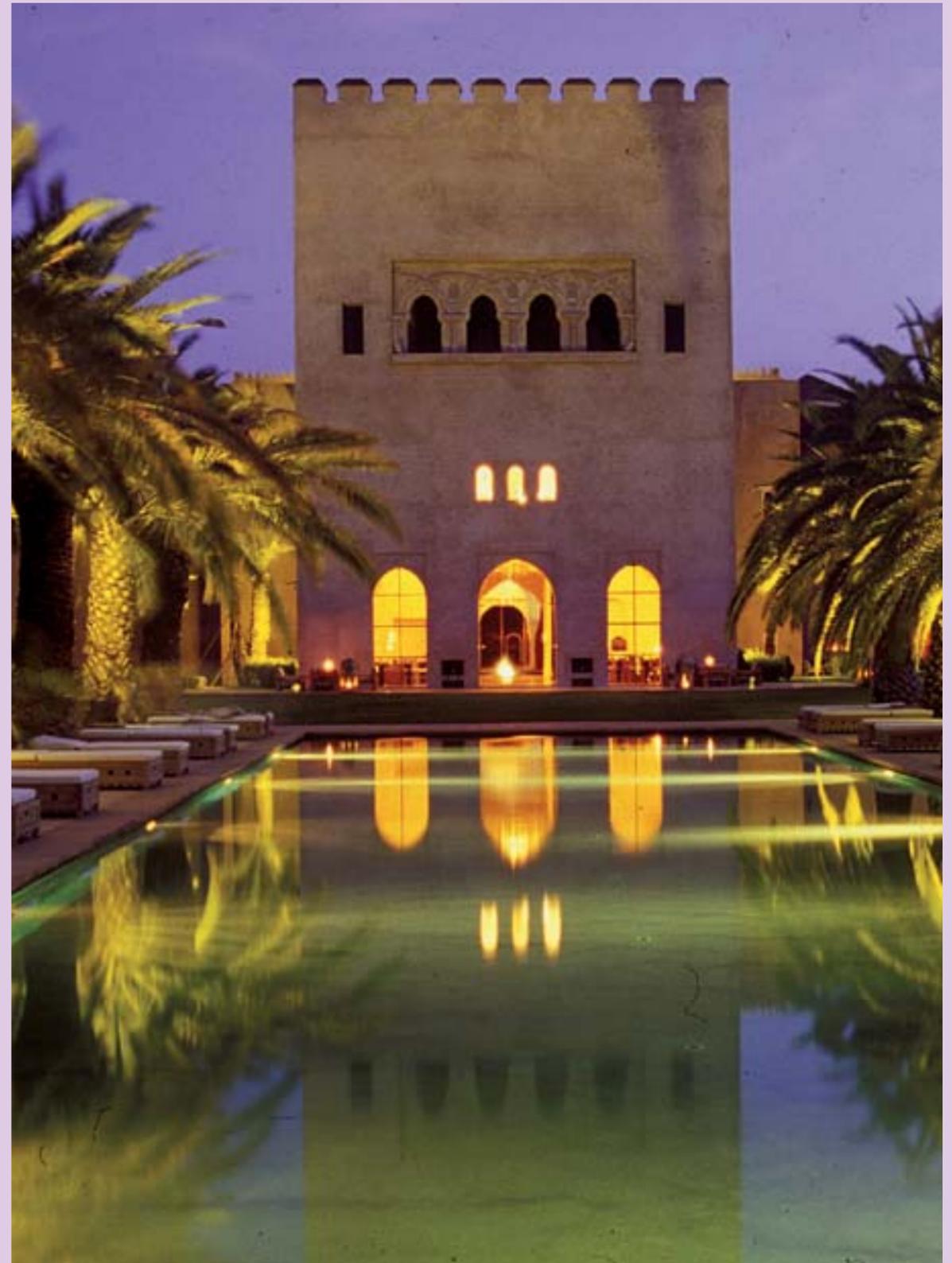
### La qualité des services

Le Maroc a su accorder harmonieusement son hospitalité légendaire avec les qualités exceptionnelles de son hébergement de haut niveau, conforme aux normes internationales les plus strictes. Que ce soit en hôtellerie ou dans des riads (demeures traditionnelles marocaines), vous serez conquis par le raffinement de l'architecture, la qualité du service et de l'accueil. La plupart de ces infrastructures disposent de centres de bien-être qui proposent les dernières avancées technologiques mondiales tout en préservant la spécificité et l'authenticité marocaine. Ils combinent à merveille luxe, confort et bien-être.



Les centres de Tamuda Bay sur la Méditerranée, de Casablanca, Essaouira et Agadir sur l'Atlantique, pour ne citer que ceux là, sont des destinations privilégiées pour profiter des bienfaits de la mer. Au coeur du pays, les villes de Fès ou de Marrakech sont idéales pour des séjours de balnéothérapie ou spa.

Au Maroc, la détente et le plaisir de s'occuper de soi, le cadre enchanteur et féerique, les produits naturels du terroir réputés dans le monde entier feront de votre voyage un séjour d'exception.



## Informations et adresses utiles

### Formalités

Passeport en cours de validité pour un séjour d'une durée inférieure à 90 jours. Selon les pays, une carte d'identité peut suffire si le voyage est organisé par une agence de voyage pour un groupe de plus de 8 personnes.

Certaines nationalités nécessitent un visa, se renseigner auprès des représentations diplomatiques ou consulaires marocaines dans votre pays. Aucune vaccination n'est exigée pour entrer au Maroc. Si votre animal domestique vous accompagne, munissez-vous de son certificat antirabique de moins de 6 mois.

### Change

La monnaie marocaine est le dirham qui se subdivise en 100 centimes. Les devises doivent être changées dans les banques ou les établissements agréés. Site : [www.oc.gov.ma](http://www.oc.gov.ma)

### Fuseau horaire

Situé sur le fuseau horaire de Greenwich. Le Maroc vit à l'heure G.M.T.

**Climat** le Maroc bénéficie d'un climat tempéré dû à l'ouverture de ses façades maritimes (Atlantique et Méditerranéenne) et aux barrières élevées que constitue ses chaînes montagneuse (Rif et Atlas)

**Météo** : [www.meteoma.net](http://www.meteoma.net)

**Langue** l'arabe classique est la langue officielle. La langue de tous les jours au Maroc est l'arabe dialectal, ainsi que le Tamazight (berbère), parlé dans le Rif, les Atlas et le Souss, et qui varie selon les régions. La langue étrangère la plus utilisée est le français, ensuite viennent l'espagnol et l'anglais.

**Electricité** : le voltage est de 220 volts

### Renseignements téléphoniques:

Police 19

Pompiers 150

Renseignements 160

Secours routiers 177

**Réseau Ferroviaire** Les trains express sont rapides, confortables et climatisés.

**Chemins de fer marocains :**

[www.oncf.ma](http://www.oncf.ma)

**Réseau Aérien** Le transport aérien est assuré par les compagnies «Royal Air Maroc», «Jet4You» et «Al Arabia», ainsi que les grandes compagnies internationales. Le Maroc compte 27 aéroports dont 15 internationaux (Casablanca, Tanger, Rabat, Salé, Laayoune, Agadir, Marrakech, Oujda, Fès, Al Hoceima, Ouarzazate, Essaouira, Tétouan, Errachidia et Nador).

**Réseau Portuaire** Le Maroc dispose actuellement de 30 ports qui constituent un véritable réseau portuaire. Le trafic passager est traité essentiellement par deux grands ports : Tanger sur le détroit et Nador au nord du Maroc.

### Office National Marocain Du Tourisme

Angle rue Oued El Makhazine et rue Zellaqa - Agdal - Rabat

Tél : 212 5 37 67 39 18/67 40 13

Fax : 212 5 37 67 40 15

[bo@onmt.org.ma](mailto:bo@onmt.org.ma)

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





OFFICE NATIONAL MAROCAIN DU TOURISME

[WWW.VISITMOROCCO.COM](http://WWW.VISITMOROCCO.COM)