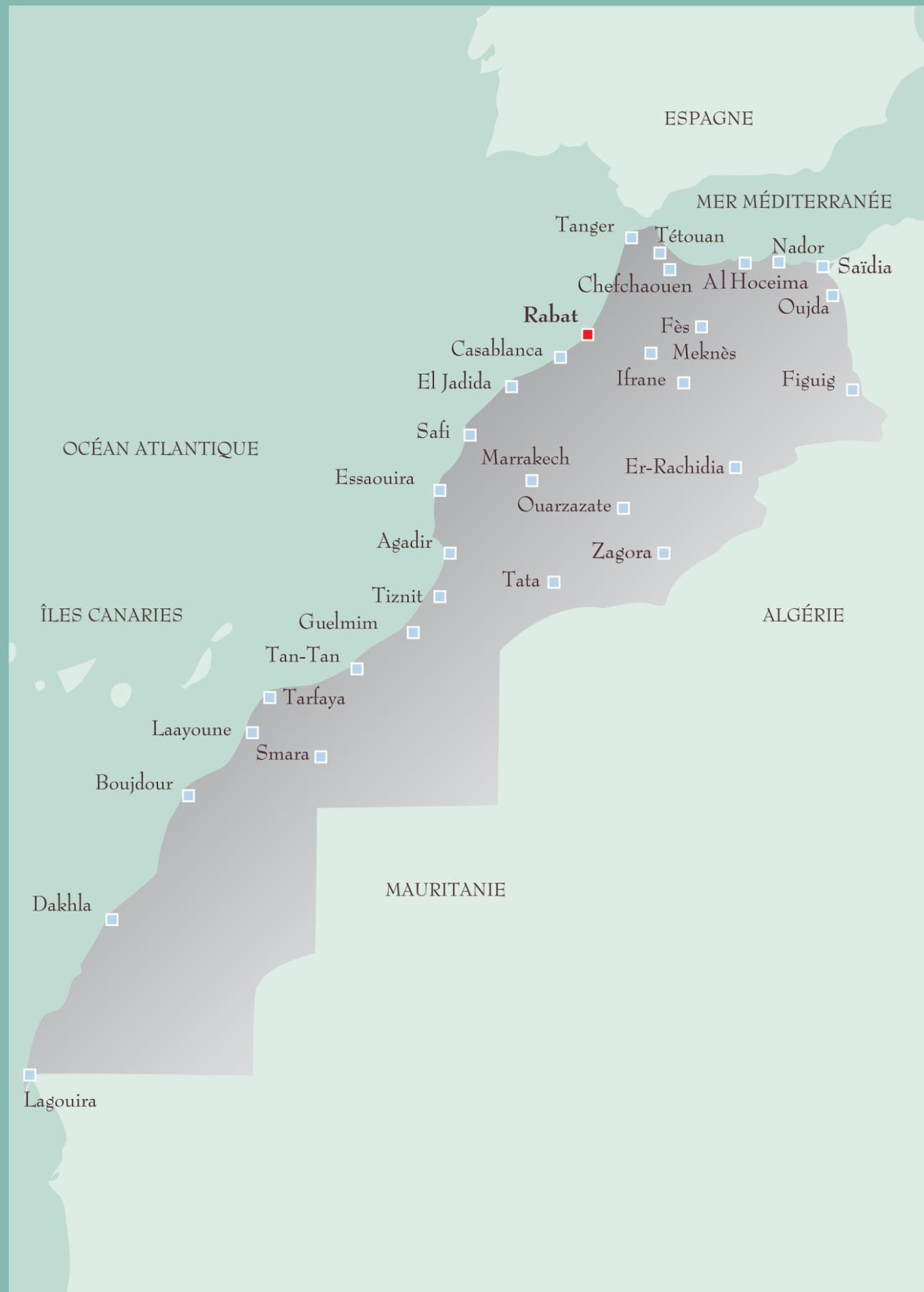


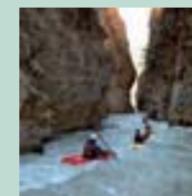
# Nature & Évasion

AU MAROC





## Nature & Évasion



- 5 Edito
- 6 Prendre de la hauteur
- 8 L'Atlas... des montagnes mythiques
- 10 Les richesses de l'Atlas
- 12 Le Rif, préservé et authentique
- 14 Les richesses du Rif
- 16 Désir de désert
- 18 Vivre au rythme des touaregs
- 20 Les richesses du désert
- 22 Plongée irrésistible dans la grande bleue
- 24 Le charme discret de l'Atlantique Nord
- 26 L'Atlantique Sud, des alizés aux zéphyrs
- 28 A la recherche de la vague parfaite
- 30 Un pays gâté par la nature
- 32 Les produits du terroir
- 34 Informations et adresses utiles





## Edito



*Plage vierge sur la Méditerranée*

### Maroc, terre de nature et d'aventures

Rares au monde sont les pays qui peuvent prétendre à autant de diversités que le Maroc. Diversités géologiques, paysagères, floristiques, faunistiques, diversités des héritages culturels, diversités humaines. Des chaînes de l'Atlas à celles du Rif, d'un littoral atlantique à un rivage méditerranéen, des plages de sable fin aux petites criques rocheuses isolées, des vastes dunes dorées du sud aux oasis verdoyantes, au Maroc, la nature a laissé libre cours à son imagination.

Pays aux mille facettes, différent à chaque saison ; pays d'atmosphère rassemblant en son royaume les plus grands rêves et les plus belles traditions de l'Orient ; pays de rencontres, de saveurs ; pays où l'hospitalité est reine, le Maroc saura surprendre tous ceux qui ont la curiosité d'aller au-delà des routes balisées pour découvrir sa vraie nature.



*Dunes près de Laayoune*

## Prendre de la hauteur



Plaisirs extrêmes...

### Au Pays de la montagne

La montagne est partout au Maroc. Au Nord, le Rif est une chaîne de montagnes imposante qui s'étend de la pointe Est de Tanger jusqu'aux territoires des tribus rifaines à la frontière algérienne. De belles villes côtières et de magnifiques villages enclavés ponctuent cette chaîne de reliefs qui culmine à 2000 mètres d'altitude. Plus impressionnants, l'Atlas et ses hauts sommets enneigés parcourent le pays du Nord au Sud. Son nom évoque le mythe grec du géant Atlas condamné par Zeus à supporter sur ses épaules la voûte céleste. Surnommé le «toit du Maroc», il est le massif le plus élevé d'Afrique du Nord et délimite le Maroc saharien du Maroc atlantique et méditerranéen.



### A l'aventure !

Pays de montagne, le Maroc propose aux sportifs, comme aux amateurs, tous types de randonnées. En été, les balades peuvent se combiner avec des escapades en VTT, du rafting dans les cours d'eau d'altitude, ou du parapente. En hiver, un bon équipement devient vite indispensable et les sports de glisse, surf et ski, peuvent agrémente judicieusement un trekking musclé. Les plus aguerris pourront tenter d'escalader les sommets pour atteindre «le toit du Maroc» et s'offrir une vue fabuleuse sur tout le pays.



Le saut en parachute pour novices ou professionnels est une autre manière de découvrir la diversité de la nature marocaine

### Vue du ciel

Les amateurs de sensations fortes peuvent s'essayer au parachutisme. Du côté de Beni Mellal, un petit aéroport accueille les parachutistes débutants et confirmés. Il est possible de s'initier et de faire son premier saut (de 4000 mètres !) avec un accompagnateur.

### Un accueil authentique

Si la beauté des reliefs comble le regard, l'authenticité de l'accueil réchauffe le cœur. Hôtels, maisons

d'hôtes, chambres chez l'habitant, gîtes, toutes ces infrastructures proposent un cadre chaleureux et confortable. Matériels et guides professionnels sont à votre disposition pour vous faire découvrir les richesses floristiques et faunistiques de chaque itinéraire, les haltes pour se reposer et savourer un bon repas.



## L'Atlas... des montagnes mythiques

### Le Haut Atlas

C'est le massif le plus élevé du Maroc. Son plus haut sommet, le Jbel Toubkal, culmine à plus de 4167 mètres d'altitude. Il forme une immense barrière d'environ 750 km et offre la découverte de montagnes aux flancs abrupts qui cachent dans leurs plis des vallées fertiles. Préservée, cette montagne a su conserver son état naturel et sa civilisation ancestrale. Les amateurs de glisse apprécieront le domaine de l'Oukaïmeden, la plus haute station de ski du continent africain, perchée à plus de 2650m.

### Curiosités

Dans le village de l'Oukaïmeden et sur le Plateau du Yagour, plus de 2000 gravures rupestres vieilles de 5000 ans sont disséminées sur des dalles de grès. Une visite inoubliable !

Né de la rencontre de plusieurs ruisseaux, l'oued Ouzoud près de Beni Mellal se précipite de plus de 110 m de haut au fond d'un gouffre verdoyant tapissé de roches calcaires. La brume qui s'élève sur les rochers crée un arc en ciel permanent. Le grondement des chutes, la richesse de la végétation, concourent à créer un spectacle envoûtant : Ce sont les magnifiques cascades d'Ouzoud ! Elles constituent l'une des attractions naturelles les plus remarquables du



Cascades d'Ouzoud



Moyen Atlas. L'eau froide du torrent permet des baignades rafraîchissantes et le site offre de multiples randonnées dans des paysages préservés, peuplés d'oiseaux et de singes.

### Le Moyen Atlas

Les montagnes du Moyen Atlas s'étirent sur 350 km entre le Rif et le Haut Atlas. Sa grande biodiversité, ses sources, ses superbes lacs et ses charmants petits villages en font un lieu de balades privilégié. C'est le royaume des cédraines séculaires, des cerisiers, des vergers et des vignes. C'est l'une des régions les plus agréables pour des randonnées accessibles à tout public.

### Curiosité

Les massifs montagneux du Moyen Atlas présentent des curiosités géologiques et morphologiques. Mais ce sont surtout ces étendues d'eau qui font la richesse de cette région. N'hésitez pas à emprunter le circuit des lacs qui traverse des paysages sauvages de montagnes assez élevées, de hauts plateaux verdoyants et d'immenses forêts parcourues par les singes appelés magots. La plus grande partie des lacs du Moyen Atlas est concentrée entre Beni Mellal, Khénifra et Ifrane.

De la ville d'Ifrane, vous prenez la route en direction d'Immouzzar Kandar. Au km 17, quittez la route d'Immouzzar pour prendre à droite la route des lacs : le lac le plus réputé du Maroc est Daït Aoua, suivi d'Aguelmame Azegza : qui signifie « le lac vert » en berbère et d'Aguelmane Sidi Ali pour ne citer que les plus importants. En arrivant dans la vallée Oum Rabia, les sources qui portent le même nom, jaillissent en cascades des falaises calcaires. Ces sources au débit très régulier et peuplées de truites forment, en s'unissant à l'oued Fellat et à l'oued Oum Rbia, le plus long fleuve du Maroc qui se jette dans l'Atlantique à Azenmour après une longue traversée.



Immouzer Ida outanane. Même dans les villages les plus reculés, l'accueil marocain est une tradition qui ne se perd jamais

### L'Anti Atlas

Il fait la jonction entre le Haut Atlas et le Sahara. Ses sommets culminent entre 2000 et 3300m d'altitude et surplombent les oasis des vallées du Draa et du Dadès. Les randonnées organisées autour du superbe Djbel Saghro et du massif volcanique Siroua alternent entre vastes étendues désertiques et profondes vallées ombragées. Les villages berbères de la région sont époustouffants tant par leur beauté que par la chaleur des habitants.

### Curiosité

Les greniers fortifiés ou « Agadir » ou « ighrem », bien commun des villageois, servaient à abriter les réserves de nourritures pour les soustraire aux convoitises des pillards.

Nombre de ces greniers-citadelles ont été magnifiquement préservés. A une cinquantaine de kilomètres d'Agadir, vous pouvez visiter un remarquable grenier fortifié. Autrefois, en cas de danger, femmes et enfants y trouvaient refuge. Ces constructions caractérisent les villages berbères. Bâties dans des lieux escarpés, leur enceinte de pierre ne compte qu'une seule porte. A l'intérieur, les cellules individuelles disposées sur trois ou quatre niveaux s'articulent autour d'une allée centrale. Les petites portes en bois ne sont pas alignées les unes au dessus des autres mais plutôt en diagonale. On accède aux rangées supérieures en grim pant sur des pierres plates qui font saillies du mur.



Greniers fortifiés de la région d'Agadir

## Les richesses de l'Atlas



*N'hésitez pas à vous arrêter dans les forêts de l'Atlas pour aller à la rencontre du singe Magot, joueur et gourmand !*

Il existe au Maroc plus de 4000 espèces spontanées, dont ces superbes orchidées dites «Orchies des Marais» qui poussent sur les hauteurs de l'Atlas.

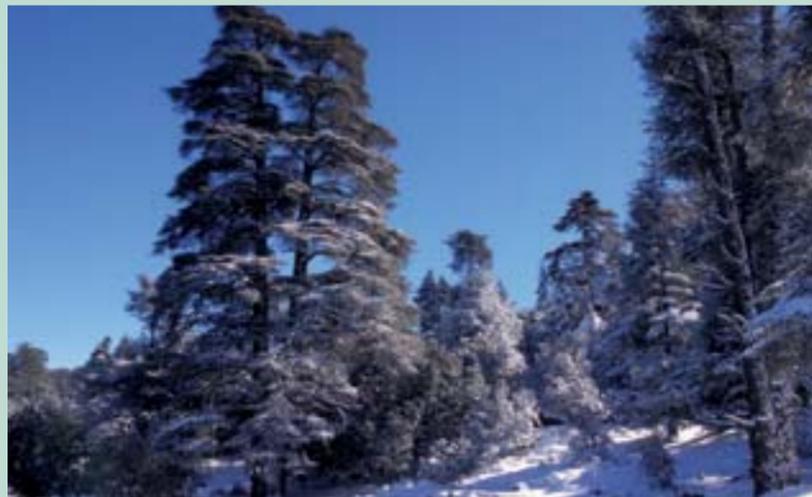
Le plus majestueux des cèdres, le cèdre de l'Atlas, espèce unique au Maroc, dépasse souvent les 40m de haut. Son bois odorant et résistant est très prisé pour l'ébénisterie. Il est aussi connu pour sa longévité. Dans le Moyen Atlas, le Cèdre de Gouraud a vécu plus de huit siècles !

Protégé à l'échelle internationale, l'aigle royal vit de façon permanente au Maroc. Son plumage est sombre et sa crête dorée. Pensez à prendre vos jumelles !

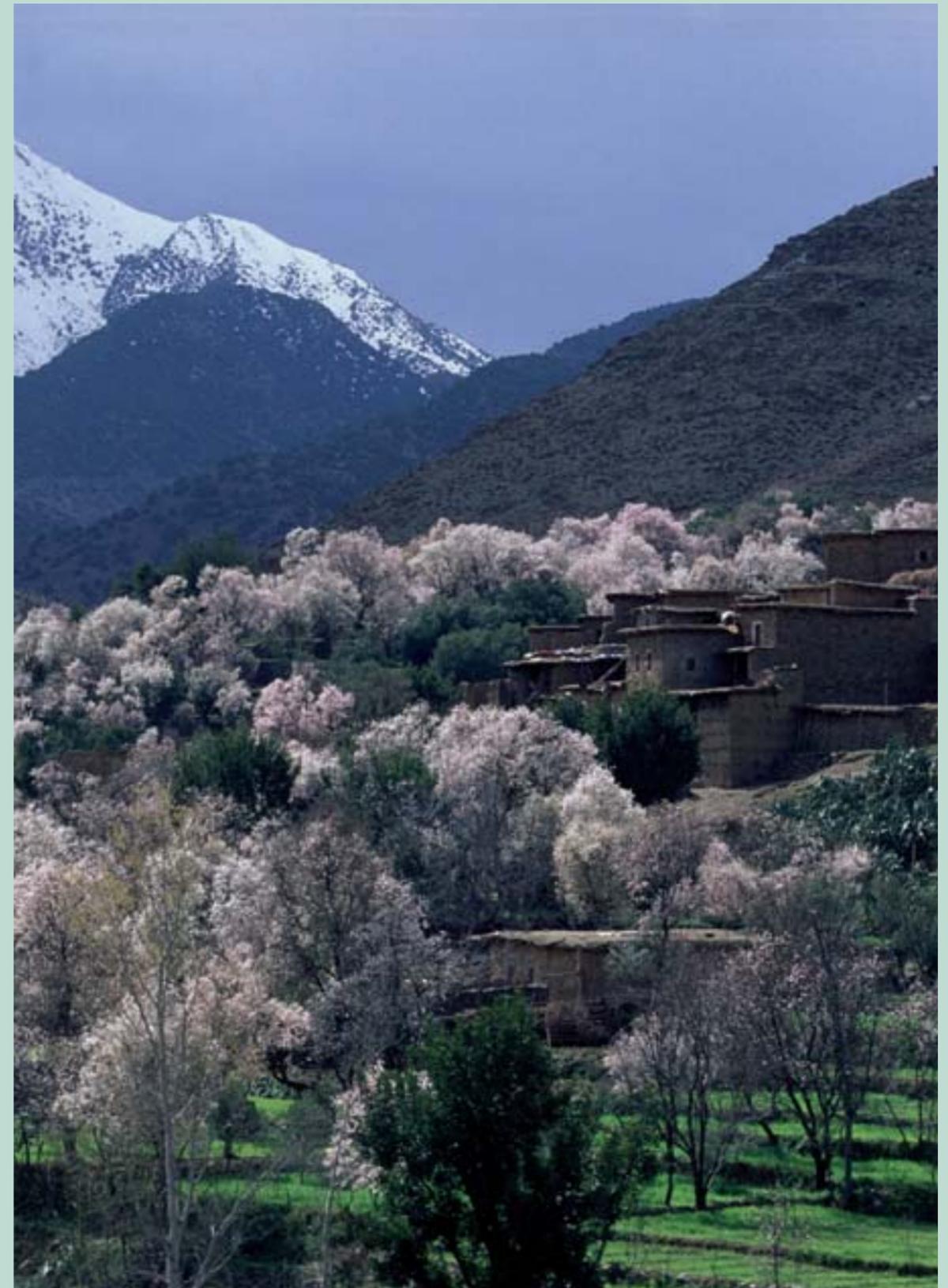
Le Singe magot du Moyen Atlas serait le seul macaque vivant sur le continent

africain. On le trouve essentiellement dans les cédraies du Moyen Atlas et dans les forêts du Haut Atlas.

Avec des stations équipées dans le Moyen Atlas du côté d'Ifrane à Michlifen ou jbel Hebri, ou dans le Haut Atlas, à l'Oukaïmeden, les amateurs de ski peuvent s'en donner à cœur joie pendant toute la saison hivernale. Il est également possible de combiner des randonnées sportives en montée dans le Massif M'Goun et d'effectuer la descente en ski quand l'enneigement le permet. En toute saison, les trois massifs de l'Atlas se prêtent à merveille à la randonnée, à l'escalade ou encore au rafting, au printemps.



*Cèdre de l'Atlas : arbre endémique du Maroc à l'allure majestueuse*



*Amandiers en fleur aux pieds de l'Anti Atlas*

## Le Rif, préservé et authentique

### Une montagne pieds dans l'eau

Avec son relief très accidenté et ses flancs verdoyants parsemés d'amandiers qui plongent directement dans les eaux de la Méditerranée, le Rif possède un charme singulier. Ici, seul l'homme et la mule ont parfois accès à certains douars blottis aux creux des montagnes. Si ses sommets sont peu élevés, ils offrent des détours sublimes par des cascades, des criques isolées, des jardins fleuris, des forêts de cèdres et de pins, des panoramas à couper le souffle... Tous les plaisirs de la marche et de l'escalade peuvent se marier aux plaisirs balnéaires et aux découvertes de villes à la beauté envoûtante, comme Chefchaouen, Al Hoceima, Cala Iris, ou encore à celles de petits ports de pêche, tels que Mdiq, Jebha, Oued Laou ou Ras el Ma.

**Chefchaouen**, un joyau à l'état brut enclavée dans les montagnes rifaines, Chefchaouen a un cachet authentique avec sa vieille médina aux maisons blanches et bleues. Fondée

au XV<sup>ème</sup> siècle par les arabes chassés d'Espagne, cette ville fut longtemps interdite d'accès aux chrétiens. Son patrimoine religieux, très important, ne compte pas moins de 20 mosquées, 11 zaouias et 17 mausolées. La vieille cité fortifiée, toute en hauteur, est restée préservée puisque les voitures ne peuvent y pénétrer en raison de l'étroitesse des ruelles. Plusieurs randonnées sont proposées au départ de cette ville pittoresque.

#### Curiosité

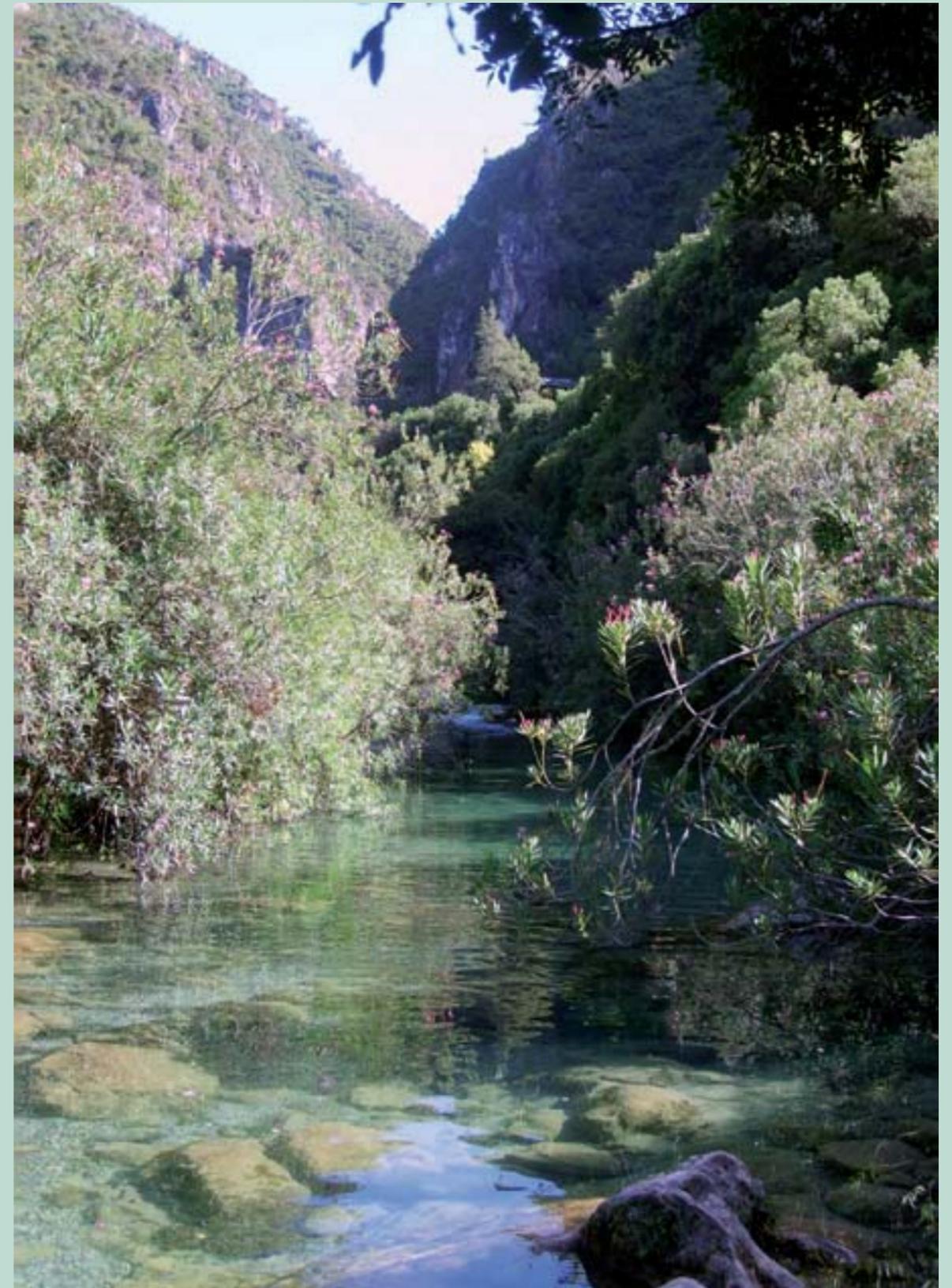
Œuvre d'art naturelle, «le Pont de Dieu» est une arche de rocher majestueuse qui relie les deux rives de l'Oued Farda à une hauteur de 25 mètres. A quelques kilomètres de Chefchaouen, dans le parc naturel de Talasemtane, on accède au «Pont de Dieu» par un chemin de montagne escarpé mais balisé qui amène ensuite à des cascades où il fait bon se rafraîchir dans une eau pure et glacée.



*Préservée et authentique, la région du Rif regorge de charmants villages et de sites naturels grandioses*



*Ruelle de la ville de Chefchaouen*



*«Le Pont de Dieu» : une œuvre d'art naturelle*



## Désir de désert



*Terre d'aventure, le désert marocain préserve ses traditions séculaires et son mode de vie ancestrale*

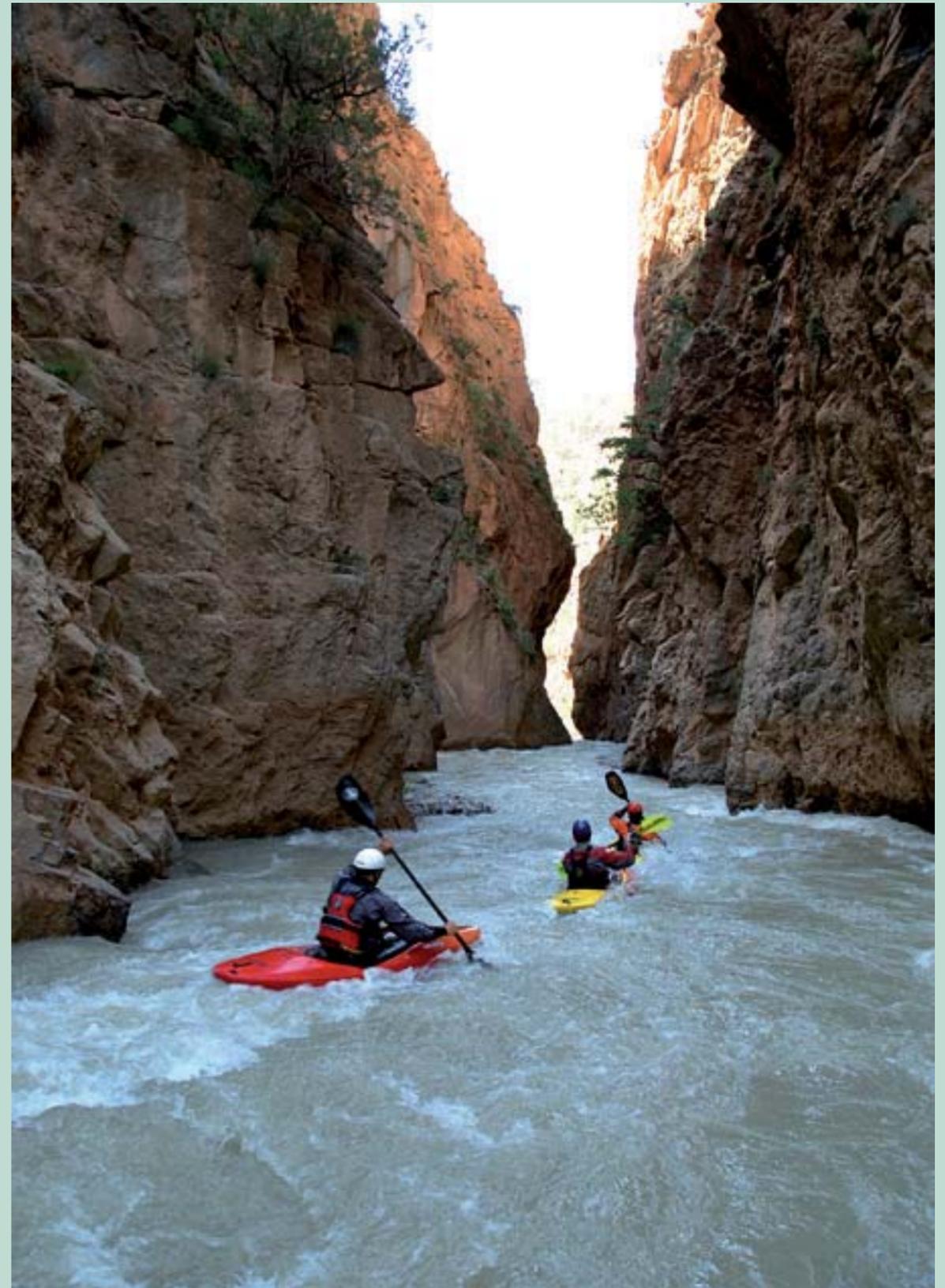
Se libérer du stress, partir à la découverte de soi, renouer avec la nature, vivre aux rythmes des hommes bleus, à dos de chameaux, à pied, en 4X4 ou en quad, quitter pour quelques jours son petit confort pour de nouvelles sensations, une vraie aventure humaine.

Rien ne vaut un séjour dans le désert pour un dépaysement total. C'est au sud de l'Atlas que prend naissance le plus grand désert du monde, le Sahara. Entre les vallées parcourues par des oueds, les petits villages, les oasis et les hautes dunes des ergs, le désert marocain est tout sauf monotone.



L'accompagnement par des guides de montagne et de désert, spécialement formés aux randonnées dans ces paysages chargés de mystère, est recommandé. Ils connaissent les panoramas les plus spectaculaires, les coutumes et traditions des populations et sauront vous en faire découvrir les richesses.

Le désert est à la portée de tous. Là encore, faites confiance aux guides officiels qui vous renseigneront sur les modalités pratiques, les conditions d'hébergement et les aptitudes physiques requises.



*Dans les gorges du Sud marocain, le rafting et le canyoning sont des sports très prisés*

## Vivre au rythme des touaregs



Chaque année, le village de Kelaat Megouna célèbre la rose

### Seul dans les dunes

Plusieurs treks sont proposés aux portes du désert. Agrémentés de visites de coopératives locales, de concerts improvisés autour de feux de camps, de découvertes des plats locaux, ces randonnées sont accessibles à tous. Pour aller plus loin, des excursions à dos de dromadaires permettent de vivre au rythme des touaregs, les hommes bleus du désert. Les endroits magiques sont très nombreux et vous pouvez, au cours de la même journée, passer des paysages les plus luxuriants, comme ceux de l'Oasis de Skoura, aux hautes dunes de sable doré de Merzouga.

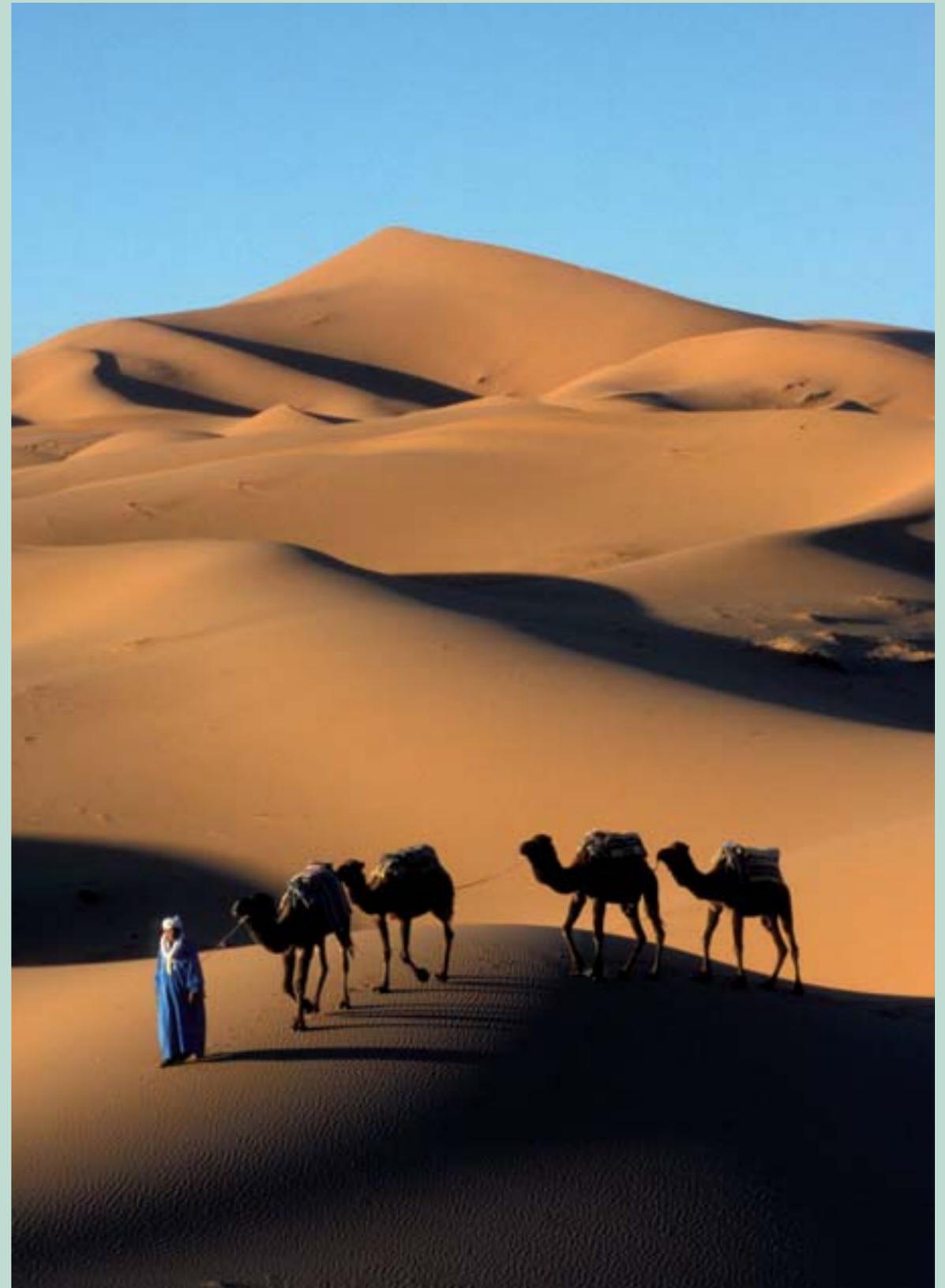
### Sur la route des oasis

Que ce soit au départ de Marrakech ou de Ouarzazate, des circuits en 4x4 font le tour des endroits les plus magiques du grand Sud. La

route des 1000 Kasbahs, les Vallées du Draâ et du Dadès, la Vallée des Roses, M'hmid El Ghislane, Erfoud, les dunes de Chegaga, Figuig... Les itinéraires passent de vallées en erg, de gorges en oasis, pour le plus grand plaisir des voyageurs.

### Mille et une étoiles

Bivouaquer dans le désert, assister au lever et au coucher de soleil sur les dunes est une expérience inoubliable. Ici, la voûte céleste est d'un noir d'encre et permet d'observer les étoiles comme nulle part ailleurs. Les campements nomades peuvent être mobiles ou fixes, pour encore plus de confort.



Parcourir les dunes dorées à dos de dromadaires, c'est vivre l'époque des caravansérails

## Les richesses du désert



Les fossiles d'Erfoud témoignent de la période où la région baignait dans l'eau

Vieilles de plus de 360.000 ans, les pierres fossiles d'Erfoud sont une des spécificités du grand sud marocain. Les artisans les façonnent pour créer des objets variés, du simple pendentif aux vasques élaborées des fontaines.

Avec ses nombreuses palmeraies, le grand Sud marocain est le royaume des dattes. Celles d'Erfoud, petite ville au cœur du Tafilalet où poussent 800.000 palmiers dattiers, sont connues dans le monde entier grâce à un moussem célébrant la récolte de cet « or du désert », tous les ans, au mois d'octobre.

Compagnon de voyage idéal pour le désert, le dromadaire peut résister aux fortes chaleurs et marcher dans le sable sans s'y enfoncer malgré ses... 700 kilos. Sa bosse unique est constituée de graisse qui lui sert de réserve énergétique.

Au tout début des années 1960, les populations nomades du Sud du Maroc qui se rencontraient chaque année à Tan Tan ont décidé de transformer leur rencontre en Moussem. Depuis, cette grande fête, prétexte à des échanges sociaux, économiques et culturels, se déroule pendant une



Le Marathon des Sables est une manifestation sportive unique qui rassemble chaque année les meilleurs coureurs et les plus résistants



semaine tous les mois de septembre. Le Moussem de Tan Tan célèbre les spectacles traditionnels, les musiques, et propose à la vente des produits artisanaux et des dromadaires. En 2005, pour préserver le caractère exceptionnel de cet événement, le Moussem a été classé Chef d'Œuvre du Patrimoine Oral et Immatériel de l'Humanité par l'Unesco.

Le désert en courant ? C'est le pari fou des participants au Marathon des Sables qui se déroule chaque année dans le grand sud marocain, par des températures pouvant avoisiner les 50° ! Les coureurs doivent transporter leur nourriture et parcourir environ 240km en six jours. Réservé aux sportifs accomplis !

## Plongée irrésistible dans la grande bleue

Farniente, baignades, croisière et plongée sous-marine... Les eaux tièdes et calmes de la Mer Méditerranée invitent à tous les sports nautiques autant qu'à la détente et au ressourcement.

A 50 km de Tétouan, le village Oued Laou est situé sur l'embouchure de l'oued dont il porte le nom, en bord de plage. Ce petit village, entre rivière et Méditerranée, est spécialisé dans les poteries. Il est le point de départ idéal pour une visite des gorges et des cascades de l'Oued Laou et du Parc national de Talassemtane dans le Rif.

Petit port de pêche hors du temps, adossé à la montagne, la ville d'El Jebha vit au rythme des bateaux. Ici, les hommes pêchent à la lanterne, recueillant les poissons qui se précipitent vers la lumière. La nature

a été généreuse, elle y a dessiné des plages sauvages, des criques, des grottes et sculpté un impressionnant cirque dans le calcaire, en bord de mer. Gardez toujours un œil sur ce rivage. Avec un peu de chance, vous y croiserez des dauphins en balade...

Perchée sur sa falaise, Al Hoceima veille sur un vaste parc naturel. Ici, farniente et randonnées prennent une saveur toute particulière. La ville domine une baie bordée de plages et de calanques. Sable fin, mer d'un bleu profond et ciel toujours clair colorent des sites enchanteurs, comme les hautes falaises de l'arrière-pays montagneux, le massif des Bokkoyas. Peuplées d'une faune particulièrement riche, les eaux limpides d'Al Hoceima abritent plusieurs espèces de dauphins. Le long des côtes, vous croiserez aussi des flamants et des pics-verts...



*Eau turquoise et soleil toute l'année, la Mer Méditerranée tient toujours ses promesses*



*Dans les criques du nord du Maroc, les foisonnants fonds marins offrent de belles parties de pêche*

## Le charme discret de l'Atlantique Nord



*La réserve naturelle de la Merja Zerga est le refuge des oiseaux migrateurs*

Lagunes, villages de pêcheurs, ports typiques, la côte atlantique de Tanger à Safi regorge de trésors préservés, loin des grandes stations balnéaires. Tranquillité et sérénité sont au rendez-vous.

A mi-distance entre Tanger et Rabat, la ville de Moulay Bousselham possède une magnifique lagune de sable blond. Avec ses dunes qui peuvent atteindre 50 mètres de haut, ce littoral se prête à merveille aux joies du parapente. On y pratique aussi le windsurf, les raids en 4X4 ou en quad, ou encore des sorties en mer, pour de la plongée sportive. Non loin, la réserve naturelle de la Merja Zerga est le paradis des oiseaux migrateurs.



Ville paisible entre Oued et Océan, à 70km au sud de Casablanca, Azemmour est la destination idéale pour tous ceux qui rêvent de quiétude, de baignades et de randonnées le long du fleuve Oum er Rabia ou de la plage El Haouzia.

Une lagune préservée du vent, une plage en anse de toute beauté, des huîtres réputées chez les gastronomes du monde entier, Oualidia est un lieu unique pour redécouvrir une nature forte, envoûtante, où calme et sérénité sont les vraies valeurs. A mi-chemin entre Casablanca et Essaouira, les sportifs peuvent s'adonner au ski nautique, au surf, au jet ski, à la planche à voile ou à la plongée sous-marine...



*Les côtes marocaines sont propices à tous les sports nautiques. Amateurs et professionnels y trouvent leur bonheur !*

## L'Atlantique Sud, des alizés aux zéphyrs



*Sky surf, body board, surf, wind surf, funboard : tous les sports de glisse se pratiquent dans les sites paradisiaques des côtes sud du Maroc*

Côtes sauvages, tantôt découpées de plages de sable fin, tantôt bordées de falaises blanches, l'Atlantique sud voit le désert se marier à l'océan.

Sur la côte atlantique, les meilleurs spots de surf se suivent et ne se ressemblent pas ! Chaque plage offre un paysage unique, des vagues très différentes, des possibilités de glisse pour tous les goûts.

### Au bonheur des surfeurs !

Des milliers d'oiseaux dont certains, comme l'Ibis Chauve, en voie de disparition, partagent sereinement avec les amateurs de glisse l'étendue des rivages. Tous les sports nautiques sont pratiqués ici et de nombreux clubs proposent des stages d'initiation à la planche à voile, plongée, au surf,

ski nautique, Kite surf ou encore au scooter de mer. La côte se visite aussi en cheval, en VTT, ou pourquoi pas, à dos de dromadaire.

**Safi** est résolument tourné vers la mer mais c'est surtout son spot, célèbre et reconnu mondialement, qui passionne les amateurs de glisse. Régulière, rapide et puissante, la particularité de la vague de safi est sa capacité à former un tube sur une longueur qui varie entre 800 et 1000 mètres. Les professionnels du surf la comparent à celle de l'Afrique du Sud et à celle de l'Australie et la classent parmi les dix meilleures du monde. L'endroit et les bonnes conditions de vent attirent également les adeptes du wind et du kite surf.

**Essaouira** : Amateur de glisse ou



*Falaises vertigineuses ou dunes blanches, la plage de Taghazout séduit par sa beauté et surtout par sa vague*



professionnel du ride aquatique, la baie d'Essaouira offre un sable doré toujours tendre un soleil toujours présent, et surtout le vent, car Essaouira est la ville des alizés. Une nature unique et encore sauvage, une grande diversité de point breaks, reef breaks et beach breaks, la richesse culturelle spirituelle et humaine d'une terre chargée de beauté et d'énergie. Tel est le succès du spot d'Essaouira.

Taghazout est le village de surf par excellence. De longues droites et d'excellents beach breaks alternent sur ce littoral et font le bonheur des surfeurs

de tous niveaux, du débutant au pro. La vague de «Killer Point» doit son nom à l'orque (Killer Whales) que l'on peut voir de temps en temps dans la zone. Après le surf, n'hésitez pas à vous rendre au «banana village», ils y font les meilleurs tagines du sud du Maroc.

Plus au sud, à 120 km d'Agadir, le petit village de Mirleft attire aussi bien les pêcheurs que les surfeurs. Ses plages surplombées par des falaises vertigineuses offrent un panorama unique aux amateurs de surf ou de bodyboard.

## A la recherche de la vague parfaite



*Tarfaya, anciennement Cap Juby, fut un des relais de l'aéropostale entre Casablanca et Dakar*

Sur près de 50 kilomètres, la mythique Plage Blanche de Tan-Tan est une étendue vierge de sable fin, que vient border une mer aux rangs de vagues hautes et souveraines, frontales et rugissantes. Au milieu des dunes, ce coin de paradis retiré de tout comprend une réserve ornithologique, «le parc national Khenifiss», où cormorans et flamants se réfugient. La couleur des flamants contraste étonnamment avec le bleu du ciel qui se reflète sur les eaux de l'oued. Enfin, spot en plein aménagement, Oued Chbika offre à la région de multiples infrastructures hôtelières pour favoriser l'accueil des nombreux passionnés qui y séjournent.

En quittant Tan-Tan, vous serez surpris de découvrir le «Trou du diable», impressionnant gouffre de plus de 30 mètres de diamètre et de profondeur. L'océan vient s'y engouffrer par une galerie souterraine.



Plus loin, la lagune de Nayla est un lieu superbe recherché par les surfeurs autant que les pêcheurs pour ces opulents fonds marins. Séparée de l'océan par un grand cordon de dunes sur plusieurs dizaines de mètres, la lagune permet aux surfeurs, windsurfers, body surfeurs de tous niveaux de s'amuser.

Propice à la pêche comme le montrent les cabanes sur le rivage et les épaves de bateaux, témoins de la violence des tempêtes, Tarfaya, anciennement Cap Juby, fut un des relais de l'Aéropostale entre Casablanca et Dakar. La ville est célèbre grâce aux œuvres littéraires de Saint-Exupéry qui fut l'un des célèbres pilotes de l'Aéropostale. Tarfaya accueille un petit musée dédié à sa mémoire.



*Lagune de Dakhla : Les plages désertes et sauvages se succèdent pour offrir un immense terrain de jeu aux surfeurs*



De Tarfaya à Laayoune, vous pourrez visiter de pittoresques villages de pêcheurs. On y pêche toutes sortes de poissons et de crustacés mais plus particulièrement la langouste et le homard.

Purs joyaux inondés de soleil, où la mer se pare de multiples couleurs allant du bleu émeraude au turquoise, des nuances les plus profondes aux plus limpides, les plages de Dakhla font rêver.

La péninsule de 40 km, avec sa quiétude et ses oiseaux migrateurs, présente des conditions de surf idéales : une vague droite parfaite et longue. Grâce à un vent également constant, les wind et kite surfeurs ont eux aussi trouvé ici un paradis. Les richesses de l'endroit se trouvent aussi sous l'eau. La pêche est une activité reine, en surf casting ou au gros, et les plongeurs y découvrent des fonds riches et intacts.

## Un pays gâté par la nature



Région de Tafraout

Au Maroc, on ne compte pas moins d'une quarantaine d'écosystèmes différents et des milliers d'espèces végétales et animales. C'est pour protéger ce patrimoine naturel exceptionnel et varié que le Maroc a développé plus de 140 espaces protégés dans le Royaume.

Le Parc National d'Al Hoceima sur la Méditerranée, doté d'une très belle côte sauvage rocheuse, abrite de nombreuses familles d'oiseaux marins.

Au beau milieu du Haut Atlas, le Parc National du Toubkal perché dans les hauteurs, voit se succéder falaises, lacs, forêts et change de visage à chaque saison. Sur une superficie de 38 000 ha, une exceptionnelle diversité de peuplements de chêne vert et de thuya alterne avec des plateaux et des gorges encaissées où s'écoulent des rivières aux eaux cristallines. Les mouflons peuplent ces paysages sauvages où



vivent de nombreuses espèces de rapaces comme l'aigle royal, l'aigle botté et l'aigle de Bonelli.

Dans le Moyen Atlas, le Parc National d'Ifrane regorge de splendeurs paysagères grâce aux nombreuses sources et lacs. C'est aussi là que se trouve la plus grande forêt de cèdres du Maroc. Le Parc national d'Ifrane mérite le nom de «Parc des lacs» de par sa situation au cœur du Moyen Atlas. Il s'étend sur plus de 500 km et abrite notamment la plus grande forêt de cèdres du Maroc et les lacs et sources les plus réputés du pays: les sources Vittel, Dait Aoua, Dait Hachlaf, Dait Ifrah et Afourgah.

Toujours dans le Moyen Atlas, mais plus au nord, le Parc national de Tazekka offre un tout autre aspect géologique avec de nombreuses cascades et grottes. Son point culminant, le Jbel



La réserve naturelle de Souss Massa



Tazekka, permet d'observer les paysages magnifiques alentours depuis 2000 m d'altitude. Un aménagement permet la visite guidée du parc. Forêt de chênes-lièges, cèdres, hautes fougères, cascades et lacs font de ce site le paradis des Cerfs de Berbéries.

Plus au sud, dans les environs d'Agadir, le Parc National du Souss Massa est le refuge de nombreuses espèces d'oiseaux, dont certaines en voie de disparition, comme l'Ibis Chauve, mais aussi de reptiles et de papillons de toute beauté. Depuis peu, c'est dans ce parc que le Maroc essaie

de réintroduire des espèces animales qui ont pratiquement disparus comme la gazelle Dama Mhorr, l'Oryx et l'Adax.

Le Parc Naturel de Talassemtane dans le rif occidental s'étale sur plus de 60 000 hectares avec de magnifiques massifs montagneux et de grandes falaises se jetant sur le littoral méditerranéen. Caractérisé par la présence du sapin du Maroc, le pin noir et le cèdre de l'Atlas, le parc abrite aussi une faune variée dont le singe macaque, le lynx, la loutre, la couleuvre à collier, les tortues bourbeuses et de nombreux rapaces.

## Les produits du terroir

Profitez de votre séjour pour découvrir les richesses du terroir marocain. Les fruits et légumes sont divins : pas d'artifices, les souks nous offrent ce que la nature fait de mieux : oranges parfumées et dorées au soleil, oignons rouges qui se marient de manière exquise à une salade de belles tomates, l'huile d'olive extra vierge de Meknès, considérée comme l'une des meilleures au monde!

Concoctez-vous des jus de fruits rafraîchissants après une journée relaxante et ensoleillée à la plage, ou des salades colorées et légères qui exciteront les papilles des grands et aussi des plus petits gourmands.

**Les amandes** : les Marocains reconnaissent à l'amande mille et une vertus culinaires. Pour tous, elle est un délice, un «fruit d'honneur» que l'on déguste les jours de fête. Offerte aux hôtes en breuvage, en pâtisserie ou simplement grillée, elle symbolise la joie, la santé et la bonne fortune. Dans la gastronomie

marocaine, on la retrouve au cœur des mets les plus fins comme la pastilla, les tagines sucrés-salés, les cornes de gazelle parfumées ou les dattes fourrées.

**L'huile d'Argan** : elle a diverses propriétés médicinales telles que favoriser la baisse du cholestérol ou renforcer les défenses du corps. L'huile d'Argan, subtilement fruitée et d'une très jolie couleur jaune-orangé, peut s'utiliser dans l'assaisonnement des crudités et des salades composées. Elle est meilleure en touche finale sur des poissons grillés, des volailles ou des légumes sautés. L'amlou, préparation à base d'huile d'argan, de miel et d'amandes broyées, fait partie des trésors du terroir d'Agadir. C'est un excellent fortifiant à consommer au petit déjeuner ou au goûter.

**Huile d'olive** : depuis des millénaires, l'huile d'olive sublime la cuisine marocaine. L'olivier, solidement ancré dans la terre, au tronc noueux, possède



*Fleur d'oranger, produit du terroir marocain, que l'on retrouve aussi bien dans les mets les plus savoureux qu'en cosmétologie*



*La diversité des miels au Maroc tient à sa nature et à sa végétation riches et variées. Miel d'euphorbe de Beni Mellal, miel de thym de la région de l'Anti Atlas, miel d'orange de la région du Gharb...*



des feuilles au dos argenté qui frémissent à la moindre brise. Il rythme les paysages méditerranéens. Cet arbre mythique est béni, son rameau symbolise la paix. Ses fruits engrangent la chaleur de l'été pour livrer, en automne, leurs olives charnues et gorgées de soleil. Quel plaisir de déguster le matin en trempant du pain moelleux dans cette huile servie avec un verre de thé à la menthe fraîchement cueillie. Un vrai régal !

**Le Miel** : du Rif au Souss en passant par l'Atlas, chaque région produit son miel. Nectar très prisé, il est utilisé dans la pâtisserie aussi bien que dans

les recettes traditionnelles de beauté des femmes. Les plus réputés sont les miels de thym, d'euphorbe, d'eucalyptus ou encore de lavande ou d'orange. Le miel d'amandier, à la fois clair, savoureux et très aromatisé, est tout aussi recherché.

Aussi précieuses que fragiles, les fleurs bleues de Talioune dans l'Anti Atlas sont cueillies à la main avant le lever de soleil. Leurs stigmates, une fois séchés, donneront le safran. Il faut au moins 150.000 fleurs pour 1kg de safran... ce qui en fait l'épice la plus chère du monde.

## Informations et adresses utiles

### Conseils pratiques

Pour les voyageurs qui envisagent d'effectuer des treks en montagne ou dans le désert, il est important de bien se préparer et d'être équipé en conséquence. En haute montagne, vous pouvez trouver de la neige même en été : pensez à prendre de bonnes chaussures de marche adaptées à ce type de randonnées et une trousse de secours pour les premiers soins. En été, les marcheurs doivent impérativement s'hydrater. Le meilleur moyen de voyager en toute sécurité, c'est de partir avec un guide professionnel qui non seulement connaît les plus jolies pistes, mais saura aussi vous conseiller sur les vêtements et chaussures à emporter.



### Formalités

Passeport en cours de validité pour un séjour d'une durée inférieure à 90 jours. Certaines nationalités nécessitent un visa. Se renseigner auprès des représentations diplomatiques ou consulaires marocaines dans votre pays. Aucune vaccination n'est exigée pour vous rendre au Maroc. Si votre animal domestique vous accompagne, munissez-vous de son carnet de vaccination.

### 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 constituent ses chaînes montagneuses (Rif et Atlas)

### Langue

L'arabe classique est la langue officielle. La langue parlée 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, suivie de l'espagnol et de l'anglais.

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

**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 :**  
Call Center : 08 90 20 30 40  
[www.oncf.ma](http://www.oncf.ma)

### Réseau Aérien

Le transport aérien est assuré par les compagnies «Royal Air Maroc», «jet4you», et «Air Arabia», ainsi que les grandes compagnies internationales. Le Maroc compte 27 aéroports dont 14 internationaux (Casablanca, Tanger, Rabat, Laayoune, Agadir, Marrakech, Oujda, Fès, Al Hoceima, Ouarzazate, Essaouira, Tétouan, Errachidia et Nador).  
Call Center : 08 90 000 800

### Réseau Portuaire

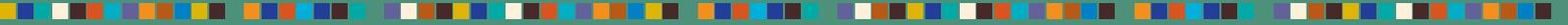
Le Maroc dispose actuellement de 30 ports qui constituent un véritable réseau portuaire. Le trafic passager est traité essentiellement par deux grands ports : Tanger sur le détroit et Nador au nord du Maroc.

### Réseau routier

60.000 km dont 60% revêtus et répartis comme suit : routes principales, routes secondaires, routes tertiaires, voies express et enfin autoroutes Reliant Casablanca ; Rabat ; Meknès ; Fès – Casablanca ; Rabat ; Kénitra ; Larache ; Tanger – Casablanca ; Marrakech ; Chichaoua – Tanger ; Fnideq. Deux tronçons sont en cours de réalisation : Casablanca-Agadir et Casablanca-Oujda.

**Pour tout complément d'informations :**  
[www.visitmorocco.com](http://www.visitmorocco.com)

**Les sites utiles sur le tourisme rural :**  
[www.tourismerural.ma](http://www.tourismerural.ma)



OFFICE NATIONAL MAROCAIN DU TOURISME

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