

# Rando-ateliers *Noces de sable* dans le désert tunisien

## Du 8 au 15 avril 2012 avec Chrystelle Vidal de Verneix et Marielle Bosse

**Merveilleuse terre de contrastes** et véritable carrefour de civilisations, la Tunisie est depuis toujours une terre de rencontres et d'envoûtement car il est difficile de résister à la gentillesse de son peuple, au charme bigarré des souks, à la fraîcheur bienfaisante des oasis, au silence du désert et à la magie... bleue de son ciel... or de son sable !

**Terre d'accueil sereine et généreuse**, le Grand Sud dévoile aux flâneurs de vent dans une douceur à la fois africaine et arabe, ses paysages puissants d'une étonnante diversité.

**Douz**, l'oasis sentinelle qui s'assouplit aux heures les plus chaudes, est posée au bord du **Grand Erg Oriental** qui couvre le tiers du territoire. Jusqu'au XVe siècle, le commerce caravanier y acheminait des produits précieux : myrrhe, encens, pierreries, or.



**Chrystelle Vidal de Verneix**, praticienne en méthode psychocorporelle et sophrologue, vous invite à un voyage initiatique pour rencontrer votre profondeur dans le dépouillement de vos émotions et de celui des dunes.

**Marielle Bosse**, professeur de yoga, vous propose de marcher en conscience et en toute simplicité au fil des dunes et sur les chemins de yoga pour se rendre disponible et accueillir ce qui nous sera donné de vivre.

**Prix 1150 €**

**Compris dans le prix** : vol depuis Lyon à destination de Djerba, accueil à l'aéroport d'arrivée, transferts en 4x4, 2 nuits en hôtel en chambre double et 5 nuits en bivouac sous tentes, tous les repas du dîner du 1<sup>er</sup> jour au petit-déjeuner du dernier jour, rando telle que décrite, ateliers avec Chrystelle et Marielle, assurance maladie-rapatriement. **Non compris dans le prix** : boissons au restaurant, pourboire facultatif à l'équipe locale, la cotisation annuelle (01/07/11 au 30/06/12) à l'association L'Ami du Vent (10 € par personne, 20 € par couple ou famille).

**En option** : assurance annulation de 3 % du prix total du voyage.



**Qu'est-ce qu'une rando-ateliers ?** Il s'agit d'une marche sans sac à dos, à ne pas confondre avec la *méharée* où chacun monte sur un chameau. C'est une randonnée chamelière avec environ 3h/3h30 de marche par jour pour laisser du temps à la pratique d'ateliers quotidiens. **Niveau facile**. Accessible à tout marcheur à condition d'être en bonne santé et motivé.

### Au fil des jours

**J1.** Vol Lyon-Djerba. Selon horaires d'arrivée du vol, nuit en hôtel à Djerba ou transfert immédiat à Douz.

**J2.** Transfert à **Douz** au cœur de la région du Nefzaoua, terre de tradition nomade. Balade dans la palmeraie de Douz et au souk. Véritable gardienne du désert, cette petite ville conserve précieusement ses coutumes ancestrales. Sédentaires et nomades se retrouvent matin et soir sous les arcades qui entourent la place du marché. Mille trésors à découvrir dans les nombreuses échoppes : babouches sahariennes, jolis foulards, poteries multicolores, vêtements fluides pour épouser le sable et le vent... Transfert en 4x4 à travers une vaste steppe avant d'atteindre le **Grand Erg Oriental** pour rejoindre notre équipe chamelière près des belles dunes du massif de **Djebil**.

**Chrystelle et Marielle proposeront chaque jour des ateliers de yoga, sophrologie, do-in et chant des voyelles.**

**J3 à 7.** Belle itinérance dans l'océan de dunes avec en point de mire la colline sacrée de **Tembain**, lieu de légendes. Eclairés par une belle lumière si particulière au Sahara, nous avancerons sur des chemins de sable au rythme des chameaux. Nous apprivoiserons le silence, la magie du désert, les éléments de la nature dont l'immatérialité se métamorphose, dans ces territoires vierges, en une présence quasi-palpable. Tout un temps de beauté pour porter nos pas confiants vers l'infini de nos paysages intérieurs... et des paysages extérieurs ! Dunes, dunes, dunes qui nous modèlent tant par la puissance des lieux, le silence et le vent que par la simple présence majestueuse des chameliers. Dans un temps en suspens, tout s'ouvrira à nos yeux et notre cœur émerveillés : les hautes dunes de sable ocre, le vent qui murmure ses secrets, l'ombre apaisante du tamari, le coucher de lune et l'aube claire, l'horizon empourpré et le soir autour du feu de bois, sous les milliers d'étoiles du ciel saharien, flûte et chants, rires et complicité... et nos silences qui se parlent d'âme à âme tandis que la petite théière chante à gorge brûlante la mélodie de l'hospitalité. Le 7<sup>e</sup> jour, nous aimerions qu'il ne finisse jamais... ne plus nous arrêter, prolonger ce périple de sable indéfiniment ! Nous quittons nos amis chameliers, le cœur nourri de joies simples et d'une paix inépuisable. Retour vers Douz. Derniers achats : dattes pulpeuses et gorgées de soleil, thé vert, épices colorées... puis transfert dans l'après-midi à Djerba. Nuit à l'hôtel.

**J8.** Temps libre (souk, thalasso, etc.) selon horaires de vol. Vol Djerba-Lyon.



### Au fil de la randonnée chamelière...

**Debout !** Une douce lumière caresse le bivouac. Après un brin de toilette « saharienne », chacun vaque à ses occupations matinales : ranger le sac, méditer dans les dunes, noter les rêves... Mmmmm... l'arôme du café et du thé attire les gourmands pour un copieux petit-déjeuner, l'occasion de raconter les anecdotes de la nuit (superbe coucher de lune, visite d'un chameau, ballet d'étoiles filantes). **En marche !** La lumière du jour souligne les couleurs, renforce les contrastes. Tiens ! La trace d'une gazelle, la rencontre de bergers, une fleur solitaire, un bébé chameau qui trotte près de sa maman. Pieds ailés ou fatigués, chacun chemine à son rythme et le « petit temps » s'estompe peu à peu pour laisser couler en nous le « Grand Temps », le mental s'apaise doucement tandis que les sens s'ouvrent et épousent cette intemporalité apaisante. **A table !** Ramassage du bois et pluche de légumes pour les courageux. Farniente pour les autres... avant de se régaler d'une méga-salade composée et de fruits pour le midi. Ensuite, arrive l'heure d'un grand bonheur saharien : la sieste... **Bivouac.** Le soleil s'apaise, les ombres s'étirent sur le sable et soudainement l'arrêt est décidé, les chameliers s'affairent. Chacun s'installe pour la joie d'un bivouac au cœur des dunes. Avant la veillée, balade solitaire ou paroles du cœur, coucher de soleil flamboyant et murmures de vent... Tout est paisible. La nuit nous enveloppe de sa cape de douceur et d'étoiles.

