



RENCONTRES SOLIDAIRES MAROC

Du 25 octobre au 03 novembre 2008



**« Au-delà des frontières,
les activités sociales,
vecteurs de solidarité et de paix »**

VOYAGE SOLIDAIRE
Comité de liaison



le tourisme solidaire... ...un impératif

Le tourisme est source de dommages importants et souvent irréversibles pour l'environnement et pour les populations locales. Le tourisme, globalisé et capitalistique, devenu un moteur essentiel de la croissance mondiale, est aux mains d'un nombre de plus en plus restreint d'opérateurs. Ce développement bénéficie principalement aux pays du Nord et à leurs entreprises, alors que les populations du Sud en subissent les principaux effets néfastes.

Aujourd'hui, le tourisme c'est :

- 12% du PIB mondial et 200 millions d'emplois (8% de l'emploi mondial)
- 1,6 milliards de touristes prévus en 2020, soit une progression annuelle de 4%,
- une inégalité très forte : bénéficiaire du Nord, au détriment des pays du Sud qui ne profitent pas du tourisme,
- une industrie qui génère d'immenses dégâts : concentration des infrastructures, concurrence de biens rares comme l'eau, précarité de l'emploi, surexploitation de la main d'œuvre, travail des enfants, prostitutions...

Si la situation est grave avec les 700 millions de touristes actuels, que penser de ce qu'elle sera avec les 1,6 milliards de touristes annoncés par l'Organisation mondiale du tourisme pour l'horizon 2020 ?

Aujourd'hui le tourisme dit « de masse » représente 90%.

Le tourisme solidaire représente moins de 1%.

Des voix de plus en plus nombreuses s'élèvent pour dénoncer ce « tourisme prédateur » tandis que les citoyens du Nord commencent à se préoccuper de « consommation éthique ». Le tourisme, le premier des services, est concerné.

Ni touristique ni humanitaire, le voyage solidaire vous invite à la découverte. En ouvrant des portes, il aide à mieux comprendre le monde, les réalités humaines et culturelles d'un pays.

Qu'attend-on d'un voyageur solidaire ?

Le voyage solidaire vous emmène à la rencontre des réalités humaines et culturelles d'un pays, de ses blessures et de ses espoirs. Il requiert une réelle motivation et un engagement des participants. Le rythme du voyage est souvent soutenu, certaines visites peuvent déconcerter, des rencontres peuvent bouleverser, le confort est secondaire, souvent rustique, mais l'accueil réservé sera toujours chaleureux, les contacts passionnants, et l'enrichissement personnel et collectif garanti.

Le voyage solidaire conjugue une approche participative du voyage et une découverte de la solidarité internationale à travers des visites de réalisations et des rencontres avec des acteurs de la solidarité. Il est construit avec l'aide d'associations partenaires qui créent, par leur implication solidaire où dans un projet de développement, des liens avec des structures locales. Grâce à leur connaissance du terrain, leur engagement dans un projet d'aide au développement ou solidaire et leurs partenariats locaux.

Cette approche est indispensable, et le rôle des voyageurs déterminant : ils seront des **témoins privilégiés** pour qui le voyage devient engagement solidaire.

C'est pourquoi une réunion de regroupement et de préparation est prévue à Marrakech avec l'ensemble des participants et des partenaires. Elle est la première étape de la découverte et permet de définir en commun les conceptions de la solidarité et les formes de témoignage que les voyageurs auront choisies.

Le groupe pourra être acteur d'une action de solidarité:

- par une participation financière de chacun des voyageurs;
- et en accompagnant les associations *Per a Pace* et *FTM* pour Al Karam à Marrakech et pour Aït Iktel.

Les voyageurs seront accompagnés par des réalisateurs, Mehdi Lallaoui et Catherine Rosseuw qui seront chargés de faire vivre et revivre les émotions, les témoignages, toute la richesse des rencontres et des différences culturelles.

La production sera réalisée par l'IFOREP (Institut de formation, de recherche et de promotion des personnels des activités sociales).



Le projet de voyage solidaire du Comité de liaison

Composé des pays suivants: Algérie, Belgique, France, Grèce, Italie, Maroc, Québec, Russie et Tunisie.

➤ En **octobre 2007**, lors d'une réunion au centre CCAS de Théoule, le comité de liaison a décidé de concrétiser un projet de voyage solidaire avec des jeunes salariés de l'énergie. Une première proposition a abouti:

1/ au choix du pays, Fyrom (Former Yougoslav Republic Of Macedonia);

2/ au choix de l'association porteuse du projet, *Per a Pace*. (La CCAS est le seul organisme du comité de liaison à proposer des voyages solidaires)

➤ En **février 2008**, le Comité de liaison se réunissait à Athènes et en arrêtait les modalités, les dates et le programme. Ce séjour n'a, malheureusement, pas pu se réaliser, pour des questions liées à l'obtention des visas.

➤ En **juin 2008**, au Maroc, le Comité de liaison décidait de poursuivre ce travail et d'ouvrir une nouvelle destination pour l'organisation de ce séjour commun.

- Le pays choisi: le Maroc;

- les participants: deux jeunes agents entre 18 et 30 ans de chaque pays;

- les dates, octobre 2008 et l'association partenaire, *Per a Pace* qui gère le contenu, les contacts et la logistique. Celle-ci a sollicité d'autres partenaires qui apporteront une contribution de qualité à la construction de ce nouveau séjour au Maghreb.

Présentation de l'équipe organisatrice



L'association: Per a Pace

<http://perapace.espacecorsica.com>

L'association, située en Corse, composée de nombreux électriciens et gaziers, a été créée au début des années 1990. Ses principes fondamentaux qui se trouvent au cœur de son action sont : la Paix, les Droits Humains et la Solidarité.

L'objectif de Per a Pace est de contribuer à gagner les consciences pour la Paix, le respect et la dignité de la personne humaine. Elle s'adresse autant aux citoyens qu'aux instances décisionnelles. Il s'agit d'un travail pour mieux se comprendre entre les peuples, mieux se connaître et partager. L'association s'investit dans le bassin méditerranéen, sur le thème de « Méditerranée, mer de paix ».

L'association intervient depuis février 2006 au Maroc, en particulier dans l'Atlas où elle a installé 32 lits médicalisés et dans le Rif. En avril 2008, il s'agissait de la quatrième initiative de l'association qui a vu acheminé depuis la Corse, tout un ensemble de matériel (scolaire, médical, sportif...). Per a Pace a fait appel à Brahim Mouis, guide officiel au Maroc et investi dans le tourisme solidaire.

L'agent référent, accompagnatrice du voyage

Pascale LARENAUDIE, 46 ans, Agent EDF (Assistante Formation en Corse)



C'est en 1992 que j'ai été embauchée à EDF-GDF Services Corse à Ajaccio. Très vite, je me suis intéressée aux Activités Sociales en participant au centre aéré et en devenant par la suite, Présidente de la SLV (section locale de vie). Mes fonctions de Secrétaire des Organismes Statutaires m'ont permis de prendre conscience assez rapidement et parce que cet aspect m'intéresse plus particulièrement de l'aventure humaine de cette entreprise.

C'est en 1999 que j'ai adhéré à l'Association « Pour la Paix, Per a Pace » pour toutes les valeurs qui la portent et l'animent; solidarité, respect des droits humains, rencontres... C'est ainsi que j'ai pu participer à six actions de solidarité en Macédoine, deux en Serbie, trois en Pologne et au Maroc dans le cadre d'une mission d'évaluation et de solidarité.

Participer prochainement au séjour Maroc initié par le Comité de liaison me permettra de partager et d'échanger autour d'un projet solidaire avec d'autres personnes et d'autres cultures.

Les « grands témoins artistiques »

Le séjour « **Rencontres solidaires au Maroc** » illustre la démarche « Agir pour un autre tourisme ». Il permettra d'aborder plusieurs thèmes: un aspect culturel et architectural avec Marrakech, un aspect rural et solidaire avec Aït Iktel, de l'économie locale avec le safran à Taliouine, de l'environnement avec la randonnée dans l'Atlas, le patrimoine urbain à Taroudant...

Cette diversité sera mise en valeur **par Mehdi Lallaoui et Catherine Rosseuw**, réalisateurs. Ils vont suivre le groupe de voyageurs solidaires tout au long de leurs découvertes du pays et de la culture. Ils vont réaliser un **film documentaire** pour retranscrire, au mieux, les moments forts et impressions de cette expérience singulière.

Ce seront des témoins privilégiés de la démarche du Comité de liaison qui s'inscrit dans la prochaine Conférence internationale des activités sociales des travailleurs de l'énergie, prévue à Alger, en décembre 2008.

Ce sera, par la suite, un véritable outil de promotion de ce genre de tourisme respectueux de la population d'accueil, dans le but de partir à la rencontre d'une autre culture en dépassant les préjugés.

Présentation des associations partenaires



Migrations et Développement

<http://www.migdev.org>

L'Organisation Non Gouvernementale (ONG) a été créée en 1986, en France. Son but premier fut d'aider les ouvriers immigrés dans leur reconversion. Petit à petit, les actions se sont concentrées sur les migrants avec des constructions d'infrastructures de base, puis des auberges rurales, mais aussi des formations, de la mise en réseau, etc. M&D s'appuie sur une réelle démarche participative avec les associations villageoises pour enrayer l'exode rural en mobilisant les migrants dans une dynamique de développement durable.



FTM

<http://www.ftmed.org>

L'association culturelle, de solidarité internationale et d'aide au développement est née en 1988, à Grasse. Elle a pour objectifs de diffuser, promouvoir et aider à la création artistique et culturelle des pays méditerranéens et de leurs immigrations en France, susciter et organiser des échanges et des rencontres Nord/Sud, de contribuer au lien social et à l'éducation à la paix et, enfin, de développer des actions de solidarité et d'aide au développement, notamment, en direction de l'enfance et des femmes.



Association « Al Karam »

Créée en 1997 à Safi, l'association à but non lucratif œuvre pour la protection de l'enfance vulnérable vivant dans les rues. Elle cherche à rendre un statut et une dignité à ces enfants en difficulté et à les réintégrer dans la société, par des missions d'écoute, de scolarisation et de formation. Elle s'est dotée de quatre structures dont un bureau d'écoute et d'aide médicale et juridique, une maison d'enfants avec internat et deux centres d'urgence. Le programme est ouvert sur Marrakech depuis 2004.



Association de développement d'Aït Iktel

Son but est de participer au développement intégré dans les domaines socio-culturels et éducatifs du village et de ses environs. Cela passe d'abord par la création d'infrastructures de base, puis de projets générateurs de revenus.

Association Roudana pour l'environnement

Elle a pour objectif de sensibiliser le public au respect de l'environnement et du patrimoine architectural dans la région de Taroudant. Par des activités culturelles, de découverte, sportives, l'association entend participer à l'éducation à la citoyenneté et à l'environnement, pour les petits et grands.

VOTRE SEJOUR - SUD MAROCAIN

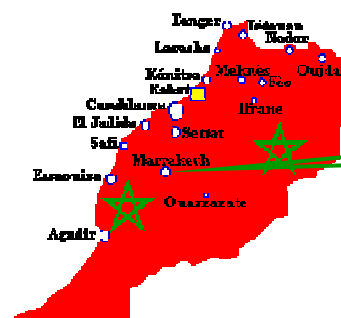
« Rencontres solidaires »



PROGRAMME DU SEJOUR pour agir pour un autre tourisme

« Rencontres solidaires au Maroc »

Du 25 octobre au 03 novembre 2008



MARRAKECH ou le tourisme culturel

➤ Jour 1 : Samedi 25 octobre :

- Regroupement à Marrakech : présentation du séjour « **Rencontres solidaires** »
- **Repas et nuit** dans l'hébergement du COS/ONE

➤ Jour 2 : Dimanche 26 :

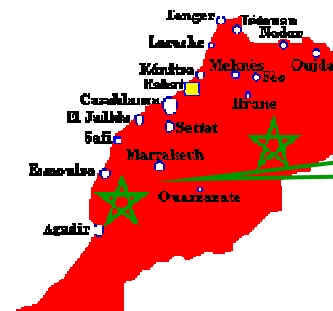
- **9h30** : Départ pour Marrakech : Rencontre avec l'association « Al Karam », qui agit pour venir en aide aux enfants des rues.
- Repas avec l'association
- **Après-midi** : Visite de la médina : place Jamaa El Fnaa, Mosquée de la Koutoubia, tombeaux des saadiens, Jardin Majorelle...
- Rencontre avec une coopérative « Femmes de Marrakech » (à confirmer)
- Rencontre avec les énergéticiens marocains
- **Nuit** au COS/ONE



La Koutoubia/DR Sitelle



Al Karam octobre 2006/ DR perapace_ftm



Aït Iktel ou le tourisme rural et solidaire

➤ Jour 3 : Lundi 27 :

- **9h30** : Départ pour Aït Iktel
- Rencontre avec Ali Amahan, responsable de l'association de Développement (partenaire de *Per a Pace* et *FTM*)

L'association marocaine intervient dans plusieurs domaines : l'éducation, la santé, l'environnement. La CMCAS de La Rochelle à développer un projet solidaire à Aït Iktel.

- **Nuit** sur place.

➤ Jour 4 : Mardi 28 :

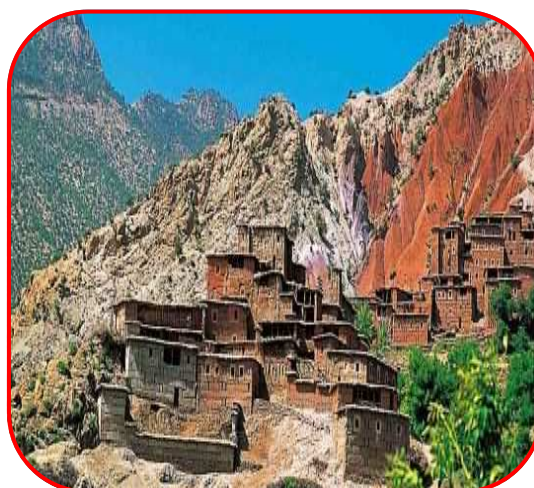
- **Matin**: Départ de la randonnée dans la région de Aït Iktel (environ 2h de marche avec 4 mulets pour porter les sacs)
- Pique-nique
- **Après-midi**: environ 2h de marche, rencontres avec les villageois, découverte de la culture berbère
- **Soirée**: discussions et échanges
- Nuit sur place

➤ Jour 5 : Mercredi 29 :

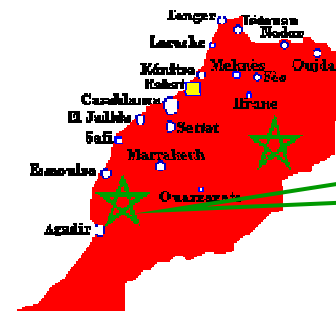
- Départ en transports pour visites et découvertes de barrages, greniers collectifs, kasbahs, grottes...
- Soirée avec des musiciens locaux et nuit sur place



Voyage Solidaire CMCAS La Rochelle/DR



Djbel Siroua/DR



Taliouine ou le tourisme rural et solidaire : la valorisation des produits du terroir

➤ Jour 6 : Jeudi 30 :

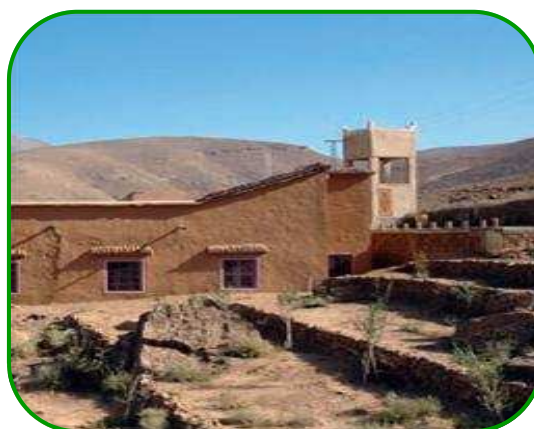
- Arrivée le matin à Taliouine et départ pour Tagmoute
- Pique-nique en route
- Rencontre avec l'aubergiste et le président de l'association villageoise, débats sur la solidarité.
- Dîner et nuit à l'auberge de Tagmoute



Coopérative safran/DR

➤ Jour 7 : Vendredi 31 :

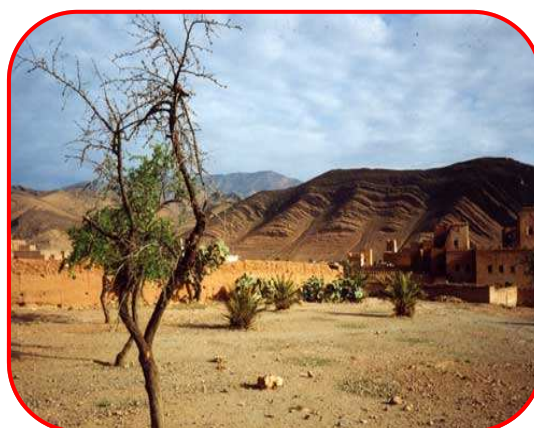
- Départ pour Tinfat
- Rencontre avec l'association Villageoise et des familles tisserandes
- Départ pour Aouerst via Ifri
- **Dîner et nuit** à l'auberge d'Aouerst



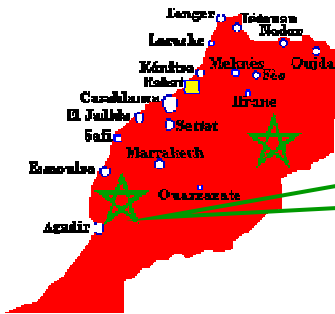
Aouerst/DR

➤ Jour 8 : Samedi 1^{er} novembre :

- **Lever** « aux aurores » pour récolte du safran avec les producteurs et échange sur l'impact du festival
- Départ pour Imgoune: présentation foyer féminin (*extension financée par les 6% des voyages organisés pour la CMCAS de Nîmes en 2007*)
Déjeuner à Imgoune
- Départ pour Agni'Fed: visite de la coopérative arganière Tamount
- Départ pour Taroudant pour **Dîner et nuit**



Taliouine/DR



**Taroudant et Agadir
ou le tourisme responsable:
préservation du patrimoine
culturel et naturel**

➤ **Jour 9 : Dimanche 2 :**

- **9h30** : Rencontre association *Roudana, pour l'environnement*, qui travaille dans le tourisme responsable et met en valeur le patrimoine historique et l'environnement
- Déjeuner à Taroudant
- **toute la journée**: balade à vélo sur les remparts de Taroudant et rencontre avec des familles pratiquant l'accueil chez l'habitant.
- Départ pour Agadir
- **Soirée** : Accueil au centre COS/ONE d' Agadir, premier bilan du séjour
- **Nuit** au COS/ONE d' Agadir

➤ **Jour 10 : Lundi 3 :**

- En fonction des horaires de départ: visite du fort d'Agadir



Remparts Taroudant/DR



Fort d' Agadir/DR

ANNEXES

Le Maroc



Géo

Le Maroc, ou royaume du Maroc, d'une superficie de 450 000 km², est situé au Nord-Ouest de l'Afrique, dans la région du Maghreb. Le pays est entouré au Nord par la Méditerranée, à l'Est par l'Océan Atlantique et au Sud par le désert.

On retrouve de multiples influences climatiques, géologiques, avec deux types de massifs montagneux : le Rif au Nord et l'Atlas au Centre Est, séparés par des plaines.

La capitale, **Rabat** (700 000 habitants) est le centre politique et administratif du pays. Les autres villes principales sont **Casablanca**, capitale économique de 4 millions d'habitants, **Marrakech**, important centre touristique avec 950 000 habitants, **Fès**, capitale spirituelle, intellectuelle et culturelle avec 1 million d'habitants, **Agadir**, premier port de pêche du Maroc avec 560 000 habitants, **Meknès**, ou le « Versailles marocain » du temps de Moulay Ismaïl et **Tanger**, port intermédiaire avec la France, toutes deux comptant 500 000 habitants.

Histoire

LES DYNASTIES

Au milieu du VII^{ème} siècle, les califes **Omeyyades**, installés à Damas, ont été arrêtés à Byzance. Les populations berbères, plutôt animistes, se convertissent facilement à l'islam.

Un des opposants des Abbassides (successeurs des califes), venu d'Arabie se réfugie à Volubilis chez les berbères Aouréba qui reconnaissent en lui un descendant du Prophète et le proclament « imam ». Idris Ier convertit les tribus qui ne l'étaient pas à l'islam et organise son royaume. Il est généralement considéré comme étant le père de la nation marocaine. Il fondera la ville de Fès, qui deviendra, après sa mort, la capitale du royaume **Idrisside**.

La dynastie rayonnera jusqu'à l'apparition des **Almohades** qui vont créer en 1062, Marrakech et le minaret de la Koutoubia, symbole de leur grandeur.

La civilisation marocaine connaît son apogée au XIV^{ème} siècle, avec la dynastie des **Mérinides**, installés à Fès, qui embellissent les villes comme Rabat, Salé...

Puis, les **Saadiens**, venus de la vallée du Drâa et installés à Marrakech, font reposer leur puissance sur l'or du grand Sud.

Vient, ensuite, la dynastie **Alaouite**, issu de Tafilalet. Leur principal représentant est Moulay Ismaïl Ben Shérif qui a régné pendant 55 ans (1672-1727) et a réuni le pays. On l'a longtemps comparé au roi français Louis XIV, pour son goût pour le faste, sa fureur de construire, ses relations avec Versailles.

L'histoire contemporaine du Maroc est marquée par le règne de Mohammed V (1927-1961) et Hassan II (1961-1999). Le premier a eu un rôle déterminant dans la reconnaissance du royaume du Maroc. En 1912, un traité de protectorat est signé entre la France et le Maroc après des conquêtes espagnoles. La même année et jusqu'en 1925, le Général Lyautey est nommé au poste de résident général du Maroc et désigne Rabat comme capitale. Le roi Mohammed V défendra particulièrement les Juifs marocains face au régime de Vichy et déclare en 1944, le Manifeste de l'Indépendance. Il sera exilé en 1953 et reviendra en 1955 pour ouvrir le chemin de l'indépendance qui sera reconnue, un an plus tard, par la France et l'Espagne.

Le règne de Hassan II débutera par la consolidation de l'indépendance et l'unification du pays et un renforcement de la centralisation des pouvoirs.

Cette dynastie Alaouite règne encore aujourd'hui, représentée par le roi Mohammed VI (depuis 1999).

Sources : Larousse, 1985

Economie

L'économie du Maroc évolue de manière relativement rapide. Selon les années, la croissance est relative au secteur agricole qui contribue entre 11 et 18% au PIB. Non contraints aux problèmes climatiques, les secteurs du BTP, de l'industrie, du tertiaire (télécommunications et tourisme particulièrement).

Le pays compte plus de 33 millions d'habitants, en majorité de religion musulmane.

Sources : Wikipedia et Ministère des Affaires Etrangères

Informations pratiques – Conseils aux voyageurs

Le climat est tempéré et chaud de type méditerranéen avec des hivers doux et des étés chauds. On retrouve donc une végétation composée d'oliviers, chênes verts, sapins, arganiers...

La monnaie est le dirham (dh).

La langue officielle est l'arabe classique. Ensuite, d'autres langues sont parlées comme l'arabe dialectal, des idiomes berbères, le français et l'espagnol.

Décalage horaire de 2h en moins l'été et 1h en hiver.

En ce qui concerne les coutumes et le respect culturel, il est recommandé d'adopter un comportement discret. L'entrée dans les lieux de culte musulmans est interdite aux non-musulmans. Seuls les hauts lieux de tourisme peuvent être visités.

Sources : Ministère des Affaires Etrangères



Fête 2006/DR cmcas la rochelle

ABECEDAIRE PRATIQUE DU VOYAGEUR AU MAROC

Avant de partir

Administratif: un passeport en cours de validité est exigé. Le visa, quant à lui, n'est pas nécessaire pour les ressortissants de l'UE, ainsi que pour les Suisses et les Canadiens. Il est conseillé de photocopier tous ses documents officiels, y compris le billet d'avion, de les séparer des originaux, en cas de perte de ces papiers. Au niveau de la santé, il n'y a pas de vaccins préalables obligatoires.

Agadir

Cité balnéaire d'environ 500 000 habitants, reconstruite entièrement après un tremblement de terre en 1960, elle attire maintenant beaucoup de touristes grâce à son climat doux toute l'année.

Et *agadir* désigne aussi le grenier collectif et la fortification. Les Berbères de l'Anti-Atlas et du Siroua sont sédentaires et vivent principalement de l'agriculture et de petits troupeaux de chèvres et de moutons. Pour protéger leurs réserves et se défendre, les habitants construisent des bâtiments fortifiés communautaires. Mais aujourd'hui, la plupart des *agadir* sont en ruines, à cause des précipitations insuffisantes, aux mauvaises récoltes et à l'exode rural.

Babouche

Il s'agit d'une chaussure en cuir traditionnelle que l'on trouve dans les pays arabo-musulmans. La babouche actuelle est de forme plate, sans talon, avec un léger bout pointu.

Couscous

Il constitue le plat national par excellence. Il est composé à base de semoule de blé, roulée à la main et cuite à la vapeur et servi avec des préparations de légumes et agrémentés de pois chiches et de raisin.



Couscous/DR

Dirhams

monnaie du pays. 1€ équivaut à environ 11Dh.

Electricité

Le secteur de l'énergie subit comme partout en Afrique une libéralisation, notamment le secteur de la production de l'électricité. L'Office National de l'Electricité (ONE) est l'opérateur de référence du secteur électrique au Maroc. C'est un établissement public à caractère industriel et commercial, créé en 1963, avec pour missions de gérer et satisfaire la demande globale en électricité du pays par le biais du réseau de transport, l'extension de l'électrification rurale, le développement des énergies renouvelables.

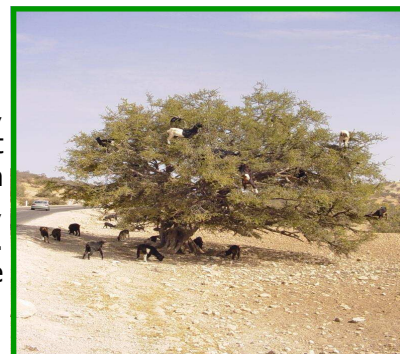
Le COS (Conseil aux Œuvres Sociales) est l'organisme social à but non lucratif qui veille à la prospérité des agents de l'ONE et de leur famille. Son action s'exerce dans un cadre comprenant l'assistance sociale, la culture et les loisirs, les échanges socioculturels et l'accession à la propriété.

Gastronomie

Elle s'illustre par une grande influence des cultures environnantes. On trouve des salades, toutes plus riches les unes que les autres, composées de tomates, poivrons, olives, fenouil, carottes râpées... Il y a le traditionnel couscous, mais aussi le tajine (souvent aux pruneaux et aux amandes ou au poulet et citron). Le tajine est le nom donné au récipient en terre qui offre une cuisson particulière. Il y a les brochettes de viandes grillées, les soupes, les briouats, la pastilla (grand gâteau feuilleté aux amandes, fourré de pigeon ou de poulet), le méchoui et bien sûr les pâtisseries et la galette (le pain).

Huile d'argan

L'argan se trouve dans la région Sud-Ouest du Maroc et en particulier, dans la plaine du Souss. *L'argania spinosa* est un arbre épineux qui peut vivre plusieurs centaines d'années. Il est utilisé à la fois pour son bois pour le chauffage, mais aussi son fruit, transformé en huile, qui, d'ailleurs est très convoitée pour ses vertus cosmétiques et alimentaires. Sa production est très importante dans l'économie locale. Mais l'exode rural, la désertification provoquent une disparition des arganeraies.



Sources: Wikipedia

Kasbah

Souvent au milieu des palmeraies, on trouve ces superbes bâtisses fortifiées en terre. Pendant des siècles, elle représentait à la fois la résidence du seigneur, mais aussi un château fort. Plusieurs kasbahs forment un ksar (village).

Marrakech

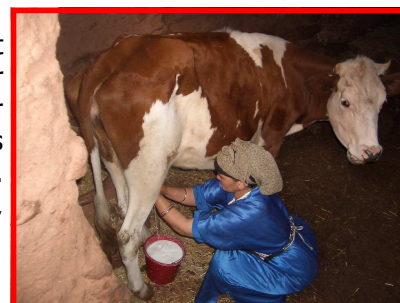
Ville millénaire, symbole de la dynastie des Almohades, a une image impériale et glorieuse. En 1985, elle est inscrite sur la liste du Patrimoine mondial de l'UNESCO. Elle se divise en deux zones bien distinctes: la ville ancienne, *la Médina* et la ville moderne, *le Guéliz*. Surplombée par la chaîne montagneuse de l'Atlas, elle connaît son prestige par l'émblématique place Jamaa El Fnaa et son minaret de la Koutoubia.

Oud

Instrument de musique ressemblant à un luth. Il existe aussi des percussions, comme le darbouka, et des instruments à vent. La musique marocaine porte en elle les influences des cultures environnantes.

Précautions

Au niveau de l'hygiène, il n'y a pas de risques en particulier, mais il est toutefois, nécessaire de suivre quelques règles essentielles pour éviter certaines maladies, souvent dues à l'eau. Il faut donc penser à se laver les mains régulièrement, éviter les boissons non industrielles, les glaçons et le lait et privilégier de l'eau minérale dans des bouteilles capsulées. Enfin, pour les fruits et légumes, il est préférable de les laver, les peler, les faire bouillir et consommer des viandes bien cuites.



Épices/DR thickParasite

Religion

L'islam est la religion officielle du Maroc. Il est basé sur un texte sacré, le Coran, qui précise des obligations que chaque musulman doit respecter: les cinq piliers de l'islam (la profession de foi, la prière, l'aumône, le jeûne - le Ramadan - et le pèlerinage). Le roi cumule les fonctions de chef d'Etat et de chef religieux.

Safran

Le safran est originaire du Cachemire et du Népal mais il est aussi cultivé depuis l'Antiquité dans le bassin méditerranéen. Il arrive au Maghreb vers le IX^{ème} siècle. Aujourd'hui, le Maroc est devenu le quatrième producteur de cet « or rouge » après le Cachemire, l'Iran et l'Espagne. On le trouve principalement dans la région de Taliouine, dans la province de Taroudant. A environ 300 km au sud de Marrakech, sur les pentes des monts de l'Atlas, on distingue de nombreux paysans cultivant le *crocus sativus*. Ce sont les stigmates de cette fleur qui fournissent le safran. Cueillis à l'aube, juste avant le lever du soleil, les bulbes plantés à la fin de l'été, fleurissent fin octobre. Les femmes cueillent rapidement et précisément les petites fleurs mauves pour, ensuite, les faire sécher à l'ombre, dans des boîtes en bois. Il faut environ 200 fleurs pour obtenir 1g de safran sec.



Sources:
www.safran-ourika.com
www.tourisme-atlas.com

Savoir-vivre

Il est préférable de se déchausser avant d'entrer dans une pièce si l'on distingue des chaussures déposées devant la porte; répondre à toutes les questions qu'on nous pose; et prolonger la pause thé en acceptant plusieurs verres.

Donc, il ne faut pas refuser le thé que l'on nous offre; porter une tenue provocante; aborder certains sujets tabous comme la religion, la politique ou le roi.

Enfin, il ne faut pas oublier de manger avec la main droite, car la main gauche est réservée à la toilette.

Taroudant

Ville située au centre de la plaine du Souss, à mi-distance des montagnes du Haut-Atlas au nord et de l'Anti-Atlas, au sud. La spécificité de la ville est sa muraille datant du XVI^{ème} siècle, encore bien conservée. Il reste encore 5 portes voûtées d'architecture mauresque, permettant l'accès à la ville.

Voyage solidaire

Il s'agit d'une forme de voyage qui allie à la fois la découverte d'un pays, d'une région, d'une population, d'une culture à la connaissance du monde, la manière de comprendre et rencontrer « l'autre ».

Whisky berbère

C'est le surnom du thé traditionnel, véritable symbole de l'hospitalité. Le moment du thé comporte 3 étapes: la préparation se fait à partir de feuilles de thé vert, d'une botte de menthe fraîche et de beaucoup de sucre (selon les régions). Ensuite, il y a le service, qui impressionne toujours les visiteurs, avec un coup de main unique pour laisser couler un léger filet continu afin de faire mousser le thé. Cela permet d'aérer le thé et d'en optimiser le goût. Enfin, il y a la troisième étape, c'est-à-dire, l'instant d'échanges tout le temps qu'il reste de ce doux breuvage. Il y a, traditionnellement, 3 services et, selon le proverbe:

*« le premier verre est aussi amer que la vie,
le deuxième est aussi doux que l'amour,
le troisième aussi apaisant que la mort. »*



Thé marocain/DR

**« La solidarité n'est pas un don
elle est un engagement. »**

Bon voyage!

Document conçu par Emilie Bonnassieux, Pôle International.