

L'équipement pour le trek - désert Maroc

Ce que doit contenir le sac

Chaque randonneur porte son sac à dos (léger) avec ses affaires nécessaires pour la journée (gourde, appareil photo...). Le reste des affaires personnelles est transporté par les dromadaires.

L'ensemble des affaires doit tenir dans un sac à dos et un sac de voyage. En plus des vêtements et accessoires de base, nous conseillons de vous munir des équipements suivants, à adapter selon la saison. (Liste non exhaustive)

L'équipement individuel

- Chemises légères à manches longues pour la marche
 - Pantalons légers, de randonnée, pour la marche
 - Veste polaire et veste imperméable
 - Bonnet et gants, collants, blouson (décembre-janvier)
 - Vêtement du retour (à isoler des autres vêtements)
 - Plusieurs paires de chaussettes (Une étape pied nu ou en chaussette est tout à fait envisageable en cas de maux de pied)
 - L'incontournable chèche : foulard en coton protégeant la tête, la nuque et une partie du visage de la chaleur, du froid, du vent et du sable (possibilité de l'acheter directement à sur place pour quelques dirhams, 70 à 150 MAD selon la longueur choisie)
-
- Lampe frontale
 - Une grande gourde (1.5 L). Le Micro pur n'est pas nécessaire, nous fournissons de l'eau minérale du Maroc.
 - Une paire de chaussure pour la marche, type sandale de sport
 - Les chaussures de marche hautes et rigides (de montagne) ne sont pas des plus adaptées.
 - Un sac de couchage (confort 10° à 15° pour octobre, mars et avril, 5° à 10° pour novembre et février, 0° à 5° pour décembre et janvier)*
 - Papier toilette, un briquet et des sachets plastiques
 - Des lingettes pour les petites toilettes.
 - Lunette de soleil et casquette ou chapeau
 - Lunette de ski (au cas ou de tempête de sable) facultatif mais conseillé. • Bâtons de marche (facultatif)
 - Une paire de jumelle (facultatif)
 - Une pochette étanche pour les documents importants
 - Pour les séjours avec enfant, n'hésitez pas à emmener des jeux de poche, de la lecture... • Un gant de crin pour le Hammam après le trekking (facultatif)

* Pourquoi les draps ne sont pas fournis ? L'acheminement de l'eau jusqu'au village de Mhamid ne fonctionne pas correctement toute l'année. L'eau est l'une des denrées les plus rares au village. Nous n'avons ainsi pas la possibilité de garantir des draps propres à chaque départ en trek.

La trousse médicale de voyage

- Petit matériel de soin (pansements anti-ampoule, pince à épiler, antiseptique...)
 - Produits d'hygiène, le nécessaire pour une toilette sans eau : lingettes, lotion sans rinçage (sans alcool), crème solaire, Produit de rinçage des yeux et du nez.
 - Médicaments : Antalgique, anti-inflammatoire, anti-nauséeux, anti-diarrhémique, antispasmodique, solution réhydratante
 - (ou) La trousse naturelle : HE Origan compact, HE menthe poivrée, HE helichryse italienne, HE gingembre, gellule de propolis, solution à la propolis
- Les affaires fragiles (tablettes, PC...) et vêtements dont vous n'aurez pas besoin au désert pourront être laissés à l'hôtel ou Riad, jusqu'au jour de retour.
- Ce que VISION BERBERE fournit
- Les tentes. chacun est libre de s'installer sous une tente individuelle (avec supplément) ou à deux, Sinon sous les étoiles.
 - Des matelas avec housse
 - La tente cuisine pour la préparation des repas • Le matériel de cuisine.

- Les repas et boissons (thé) pour toute la durée du trek

Le matin est prévu un petit déjeuner (thé, café, pain, confitures...), le déjeuner se fait généralement à l'ombre d'un Tamaris (repas froid) et le dîner se prend près du bivouac autour d'un feu (tajine, couscous...). Le thé nomade est proposé à chaque repas. Possibilité de proposer des repas végétariens / végétaliens, et de s'adapter aux allergies et intolérances alimentaires

L'eau utilisée pour la confection des repas est désinfectée. Pour la boisson, l'eau proposée est de l'eau minérale en bouteille 5L à acheter sur place. Il est fortement déconseillé aux trekkers de boire l'eau des puits comme les nomades.

Ensemble, pour un véritable échange entre les cultures et pour le respect Mutuel.