



4x4 et Balades à pied

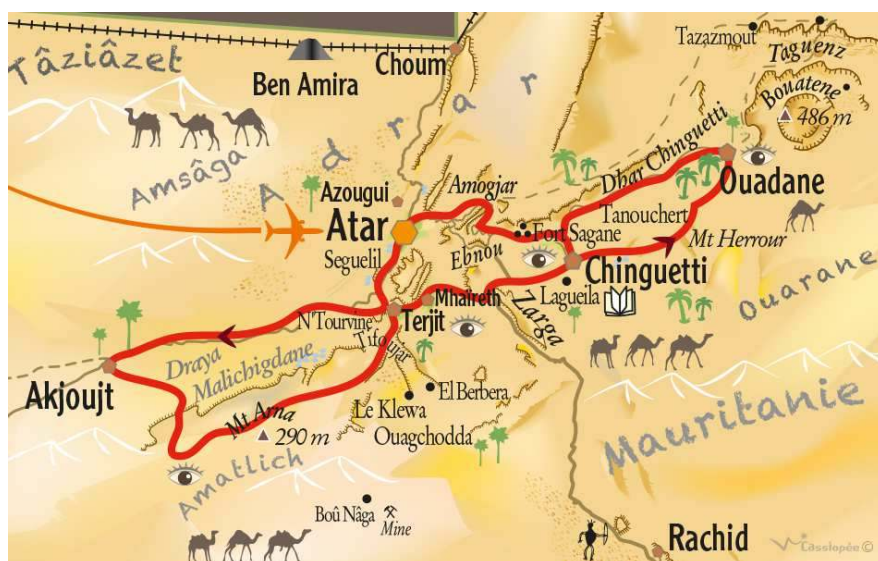
8 jours / 7 nuits

Atar / Atar

Groupe de 4 à 15 voyageurs

## PANORAMA DE L'ADRAR

*Un panorama complet de l'Adrar mauritanien en 4x4. Des cordons dunaires de l'Amatlich jusqu'à l'ancienne cité de Chinguetti, vous plongez dans l'univers à la fois minéral et végétal de l'Adrar où la succession d'étapes est un émerveillement constant.*



Après les « Salam alek » rituels entre vous et votre équipe de guide, chauffeur et cuisinier, vous embarquez dans les 4x4 pour plonger en brousse et n'en ressortir que 8 jours plus tard. L'expédition démarre sur les chapeaux de roue avec une immersion au coeur du cordon dunaire de l'Amatlich. Ce champ de dunes enserré entre les montagnes noires de l'Adrar se gravera à jamais dans votre mémoire. Nul besoin de photos, vos souvenirs suffiront pour vous rappeler la sérénité des lieux et la volupté du décor. Les palmeraies de Terjit, Mhaïreth et Tanouchert rompent cet espace minéral avec leur touche de verdure. Le point d'orgue de l'expédition se déroule dans la cité caravanière de Chinguetti, la « Sorbonne du désert ». Les portes des bibliothèques, jalousement gardées par une poignée de familles de Chinguetti, s'entrouvrent pour vous laisser pénétrer dans cette page de l'Histoire où le temps s'est arrêté.



## ITINERAIRE

### Jour 1 : Paris / Atar - Route vers l'Amatlich

Vol pour Atar au départ de Paris. Accueil à l'aéroport par vos hôtes mauritaniens pour les 8 prochains jours. Cap vers l'ouest, en direction de l'erg Amatlich et surtout de la première escale pour la nuit. Installation du bivouac et repos bien mérité sous une pluie d'étoiles.

---

**Transport** : 4x4 • **Nuitée** : en bivouac

### Jour 2 : Erg Amatlich – Azoueïga

Le campement s'anime dès les premières heures du jour et l'odeur du café vous tire de votre duvet. Les 4x4 reprennent la route vers la mer de sable de l'Amatlich et plus particulièrement l'immense dune d'Azoueïga. Dressée fièrement face à vous, les plus courageux tenteront de la gravir pour admirer le coucher de soleil sur l'erg Amatlich.

---

**Transport** : 4x4 • **Marche** : 2 à 3h00 • **Nuitée** : en bivouac

### Jour 3 : Passe de Tifoujar – Tergit

Derniers instants pour profiter de l'interminable dune d'Azoueïga avant le départ pour la palmeraie de Tergit et ses sources bienfaitrices. Les 4x4 surplombent la panoramique passe de Tifoujar, une entaille de 200 mètres avec l'oued EL-Abiod au fond de la vallée. Cette passe totalement ensablée est un pur régal pour les photographes. L'arrivée à Tergit marque une importante rupture : *"Là, tout n'est qu'ordre et beauté; Luxe, calme et volupté."* comme dirait Charles Baudelaire.

---

**Transport**: 4x4 • **Marche**: 2 à 3h00 • **Nuitée**: en campement à Tergit

### Jour 4 : Tergit - Mhaïreth - Zarga – Chinguetti

Accrochez vos ceintures, la descente vers l'oasis de Mhaïreth est une véritable cascade, parfaitement maîtrisée par votre chauffeur. Autant la descente abrupte, autant le panorama offert est à couper le souffle. Profitez des arrêts pour partir à la rencontre des campements de nomades, dispersés autour de Zarga et de Mhaïreth. L'expédition se poursuit jusqu'à votre arrivée à Chinguetti, en contournant le mont Zarga par le nord.

---

**Transport** : 4x4 • **Marche** : 2 à 3h00 • **Nuitée** : en auberge à Chinguetti



### **Jour 5 : Chinguetti - Erg Ourarane – Tanouchert**

Une journée consacrée à la découverte de la 7ème ville sainte de l'Islam, Chinguetti est le joyau de l'Adrar. C'est l'occasion de pousser la porte des anciennes bibliothèques et d'écouter le témoignage du maître de ces lieux avant d'avoir le privilège de contempler les richesses et la beauté des écritures anciennes. A la fin de journée, vous reprenez la route pour la palmeraie de Tanouchert et son campement.

---

**Transport** : 4x4 • **Marche** : 2 à 3h00 • **Nuitée** : en campement à Tanouchert

### **Jour 6 : Tanouchert - Erg Ouarane – Ouadane**

Nouvelle excursion dans les dunes, celles de l'erg Ouarane, toile de fond de Chinguetti. Le but de la journée est d'atteindre la cité caravanière de Ouadane. Etonnant lieu où les ruines de l'ancienne ville se fondent complètement dans le décor. Il faut s'approcher pour distinguer la ville du paysage minéral et débusquer les nombreux damans des rochers, déambulant entre les pierres.

---

**Transport** : 4x4 • **Marche** : 2 à 3h00 • **Nuitée** : en auberge à Ouadane

### **Jour 7 : Ouadane – Atar**

Vous êtes arrivé au point le plus oriental de votre voyage, il est temps de reprendre la route pour rejoindre Atar et profiter de l'incontournable marché de la ville. Entre piste, sable et goudron, votre chauffeur vous apprend à reconnaître les passages où il faut dégonfler les pneus et à l'inverse les regonfler une fois sur le bitume.

---

**Transport** : 4x4 • **Marche** : 2 à 3h00 • **Nuitée** : en auberge à Atar

### **Jour 8 : Atar / Paris**

Transfert à l'aéroport. Vol retour pour Paris.

*Pour des raisons exceptionnelles (climatiques, logistiques, administratives et/ou conjoncturelles, changement des horaires de vols), ce circuit peut voir ses étapes modifiées ou remplacées. Le circuit peut aussi être effectué en sens inverse ou observer un départ ou une arrivée à partir de Nouakchott.*

*Point-Afrique se réserve le droit de procéder à ces changements sans que cela ne remette en cause le bon déroulement du circuit.*



## INFORMATIONS PRATIQUES

### Niveau du circuit

Niveau pour tous (aucune difficulté physique). Quelques balades pour visiter.

### Groupe

Minimum : 4 voyageurs • Maximum : 15 voyageurs

### Transport aérien

Vol charter direct Paris > Atar > Paris au départ de l'aéroport de Roissy Charles De Gaulle. Affrètement assuré par Point-Afrique Voyages et embarquement sur les vols de la compagnie Mauritania Airlines.

Poids autorisé : 15kgs en soute et 5kgs en bagage à main.

A certaines dates, le circuit pourra être modifié avec une arrivée et/ou un retour de la ville de Nouakchott sur des vols réguliers (nom de la compagnie spécifié lors de la réservation)

### Passeport & visa

Pour les ressortissants français, belges et suisses, un passeport en cours de validité et valable 6 mois après la date de retour de votre voyage en Mauritanie.

Visa obligatoire - délivré sur place à l'aéroport d'Atar et/ou Nouakchott (55€). Vous devez prévoir l'appoint uniquement en billet.

Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

### *Vous voyagez avec des enfants*

Les mineurs français sont soumis aux mêmes obligations que les personnes majeures. Ils doivent être titulaires d'un passeport valide 6 mois après la date d'entrée sur le territoire mauritanien et d'un visa.

**Rappel** : l'autorisation de sortie du territoire (AST) d'un mineur non accompagné par un titulaire de l'autorité parentale est rétablie depuis le 15 janvier 2017. Le mineur doit être muni d'une autorisation de sortie du territoire (AST). Il s'agit d'un formulaire établi et signé par un parent (ou responsable légal).

Si le mineur est accompagné d'un seul titulaire de l'autorité parental dont le nom de famille est différent de celui du mineur, il devra prouver sa filiation en présentant le livret de famille.

L'AST ne dispense pas le mineur de l'obligation d'être en possession des autres documents de voyage nécessaires, le passeport seul ne valant plus autorisation de quitter le territoire français.



## A L'AEROPORT D'ATAR

Notre représentant local s'assure de vous faciliter votre entrée sur le territoire mauritanien, il sera la personne ressource en cas de difficultés :

**Kadi Mehdi**

**Agence Mauritanides Voyages, Atar, Mauritanie**

**+222 46 40 22 44**

Cette information est exigée sur la fiche de police que vous devez remplir à l'arrivée.

5

## Vaccination

Aucun vaccin obligatoire. Pour toutes les recommandations sur les vaccinations recommandées et la prévention contre le paludisme, merci de consulter les conseils de l'Institut Pasteur.

Nous vous recommandons fortement d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie-tétanos-poliomyélite +/, coqueluche, tuberculose, fièvre typhoïde, hépatites A et B.

## Paludisme

La protection de la peau et des vêtements par des répulsifs efficaces, et l'utilisation de moustiquaires imprégnées, pourront éviter les piqûres de moustiques vecteurs de paludisme mais aussi d'autres affections parasitaires ou virales. Le paludisme est présent essentiellement dans les régions côtières et la zone frontalière avec le Sénégal. **Dans les zones sahariennes, la région d'Atar et les oasis du nord, il est absent.**

## SUR PLACE

### Hébergement

J1 à J2 : Nuits en bivouac à la belle étoile ou sous une tente 2 places (location 30€). Le matelas mousse est fourni.

J3 à J7 : Nuits en auberge ou en campement

### Toilettes & toilette

L'eau transportée durant votre randonnée n'est pas destinée à la toilette. Merci de prévoir des lingettes humides pour votre toilette. La toilette peut également se faire lors d'un passage à un puits. Une douche bienfaitrice vous attendra à Atar lors de votre retour en auberge.

Des toilettes à ciel ouvert sont à votre disposition en tout temps ! N'oubliez pas de conserver votre briquet sur vous pour effacer toute trace de votre passage.



## Repas

*Petits déjeuners* : les galettes (pain nomade) avec confitures de dattes ou autres, fromage à tartiner, café soluble, thé, chocolat en poudre, lait en poudre, céréales.

*Déjeuners* : Salades variées à base de légumes frais et fruits en dessert - **fournis par les jardins agroécologiques de Maaden El-Ervane.**

*Dîners* : La surprise du "Chef» ! Votre cuisinier vous concoctera un plat mijoté chaud relevé de ses épices.

Le plat traditionnel que l'on mange dans le Sahara est la **taguella** ou **kesra** : galette épaisse cuite sous le sable recouvert de braise, accompagné d'une sauce au mouton agrémentée de tomate et de légumes.

Durant les circuits, votre cuisinier vous épatera avec ses plats élaborés à partir de produits locaux et cuisinés chaque jour lors du bivouac.

Le thé à la menthe est, comme dans toute zone saharienne, la boisson traditionnelle. Toujours servi trois fois, le thé à la menthe ne se refuse pas. Au fur et à mesure des services, le thé change de saveur et d'aspect (léger au premier, équilibré au second, plus amer au dernier).

**L'eau** utilisée est puisée dans les puits sur place. Cette eau est potable et un traitement avec des pastilles de purification est assuré par vous-même. Le stock d'eau transporté est suffisant pour la cuisine, la boisson et la réserve de sécurité. L'utilisation d'eau en bouteille est proscrite (ou limitée) lors de nos voyages pour des raisons environnementales évidentes.

## Encadrement

Les circuits sont encadrés par un guide local francophone soucieux de partager la connaissance de son pays, de maintenir la cohésion et la bonne humeur du groupe. Une équipe chamelière, pour le portage des bagages, et un cuisinier, pour la préparation des petits plats rejoignent aussi l'expédition saharienne.

## Portage des bagages

Seul votre sac à dos avec vos affaires de la journée seront transportés par vos soins, le reste des bagages et du matériel de couchage étant soit acheminé par 4x4 ou plus couramment sur le dos des chameaux, vos fidèles compagnons pendant tout le circuit. Éviter de prendre des valises, un sac de voyage s'attachera plus facilement sur l'animal sans le blesser et sera plus malléable dans une remorque de 4x4.



### Us et coutumes

La Mauritanie ou la République Islamique de Mauritanie, est une très ancienne terre d'islam, comme en témoignent les milliers de manuscrits conservés dans les bibliothèques de Chinguetti, Ouadane ou Oualata. Votre comportement et vos tenues vestimentaires sont à adapter à cette terre d'accueil pendant votre séjour. Veillez à ne pas porter de vêtements trop moulants (legging proscrits), trop courts (short proscrits) ou trop décolletés (évitez les débardeurs). Pour les dames, nous vous conseillons d'avoir toujours à porter de main un chèche ou un voile pour vous couvrir les épaules lors de rencontres avec des nomades. Investissez dans une melhfa, vous serez surprise par le confort de ce long voile à nouer autour de soi.

Favorisez les rencontres en adoptant une attitude respectueuse des autres.

Ne photographiez pas une personne sans lui en avoir demandé l'autorisation. La plupart du temps, cette politesse permettra d'ouvrir le dialogue entre la personne et vous. Votre photo se gratifiera d'un joli souvenir entre vous et la personne plutôt qu'un rapide cliché volé.

Les « cadeaux »... Vous êtes nombreux à vouloir ramener un petit quelque-chose pour offrir aux enfants sur place. Ce geste est plus que louable mais malheureusement terriblement dévastateur, entraînant régulièrement la déscolarisation des plus jeunes, préférant pourchasser les voyageurs en quête d'un cadeau. Nous vous demandons de confier vos dons à votre guide ou à une association plutôt que de procéder à une distribution à l'aveugle.

**L'alcool est interdit en Mauritanie.**

*« Le voyageur voit ce qu'il voit,  
Le touriste voit ce qu'il est venu voir ! »*



## BUDGET

### Le prix comprend

Le transport aérien (vols internationaux) et les transferts, le port des bagages, la pension complète (sauf les boissons), l'encadrement, l'hébergement (en bivouac et auberge), le matelas mousse.

### Le prix ne comprend pas

Les assurances annulation et rapatriement, les frais de visa (55€), les boissons (eau minérale, soda), la location de tente 2 places (30€), les pourboires et les dépenses personnelles.

### Dépenses à prévoir

Seuls les pourboires, les boissons et les dépenses personnelles sont à votre charge.

Nous estimons qu'un budget compris entre 30€ et 60€ par personne est suffisant pour vos dépenses personnelles.

Cette somme peut être revue à la hausse si vous craquez facilement devant l'artisanat saharien !

Il est conseillé de partir avec des euros en espèces (oubliez les cartes bancaires et les chéquiers, inutiles dans l'Adrar).

Il faut savoir qu'à Atar, on vous demande de remplir une déclaration de devises en zone internationale de débarquement. Le change auprès des banquiers de cette zone n'est pas obligatoire. Mais sachez que vous n'aurez plus d'autre occasion légale de changer vos euros pendant votre séjour.

### Pourboires

**Ni un salaire, ni un dû**, le pourboire est la manifestation de votre satisfaction. Laisse à votre discrétion, la moyenne d'un pourboire par personne est de 20€ pour l'ensemble de l'équipe encadrante (sur un circuit de 8 jours). Merci de remettre votre enveloppe au guide qui se chargera de la répartition équitable entre tous les co-équipiers.

## ASSURANCES ET ASSISTANCE

Lors de votre réservation, nous vous avons proposé 2 formules d'assurance :

- L'assurance Cap Sécurité
- L'assurance Cap Annulation

Si vous choisissez de souscrire l'une de ces formules, la notice vous sera envoyée avec votre facture.

Si vous choisissez d'autres contrats d'assurance et d'assistance, vérifiez que la couverture recherche secours est adaptée : zone de couverture, montant, risques couverts (à titre indicatif, un montant minimal de 10 000 € est recommandé, les cartes de crédit offrent peu ou pas ce type de garantie).

Indiquez bien à votre assurance votre destination afin de vérifier qu'elle ne fasse pas partie des exclusions de votre assureur.





## VOS BAGAGES

Préparez 2 bagages pour votre voyage :

- 1 sac à dos pour vos affaires de la journée
- 1 grand sac de voyage souple

**Rappel ! La compagnie accepte un bagage de 15kgs maxi en soute et 5 kgs en bagage à main.**

### Dans votre sac à dos :

A la fois bagage à main dans l'avion, il transportera vos affaires personnelles importantes (appareil photos, médicaments, objets de valeur...) et vos affaires à avoir à portée de main pendant le circuit (crème solaire, lunettes, casquette, gourde...)

### Dans votre grand sac de voyage :

Il doit contenir le reste de vos affaires. Il se trouvera en soute lors du voyage en avion puis chargé sur le dos d'un chameau ou dans une remorque de 4x4 lors de votre circuit. Chaque soir, vous aurez accès à votre grand sac de voyage.

Les contrôles à l'aéroport sont de plus en plus stricts, ne vous encombrez pas de matériel non nécessaire dans votre bagage à main et placez le maximum dans votre bagage en soute.

15 jours avant le départ, vous recevez un convocation aéroport avec la liste des objets interdits en bagage à main (objets coupants, pointus, piles, batteries, liquides de plus de 100ml...). Respectez bien les consignes !

## CHECKLIST

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard ou chèche
- T-shirts à manches longues et à manches courtes
- 1 veste polaire ou pull chaud (les soirées et nuits sont très fraîches)
- 1 veste gore-tex légère
- Pantacourts et pantalons (pas de shorts)
- 1 pantalon chaud et confortable pour les bivouacs au coin du feu
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche
- 1 paire de baskets en toile ou une paire de sandales de marche ! Evitez d'emporter vos chaussures de randonnée, préférez un confort plus léger et plus aéré.
- 1 paire de tong



### Equipement

- 1 paire de lunettes de soleil
- 1 gourde
- 1 lampe frontale
- 1 couteau de poche (à placer en soute de l'avion)
- Produits de toilette et lingettes humides
- 1 serviette de toilette
- 1 tube de crème solaire
- 1 stick à lèvres
- Papier toilette
- Des petits sacs pour vos déchets à ramener
- 1 briquet
- Mouchoirs
- 1 sac de couchage -10° / -5°C

### Pharmacie

- 1 antalgique
- 1 anti-inflammatoire (gélule et pommade)
- 1 antibiotique à large spectre.
- 1 antispasmodique
- 1 antidiarrhéique
- 1 antiseptique intestinal
- 1 anti-vomitif.
- 1 désinfectant, des pansements et double peau (ampoules), des compresses stériles
- Ampoules sérum physiologique (sable dans les yeux)
- Crème coup de soleil et brûlures (type Biafine)
- Des pastilles pour purifier l'eau.



## TOURISME RESPONSABLE

L'équilibre écologique des régions désertiques est précaire. La présence des flux touristiques, même en groupe restreint, le perturbe d'autant plus rapidement. Dans l'intérêt de tous, chaque participant est responsable de la propreté et de l'état des sites qu'il traverse et où il bivouaque. Munissez-vous d'un briquet ou d'une boîte d'allumettes pour brûler votre papier toilette et vos lingettes quand vous serez en plein nature (vérifiez qu'il soit bien consommé). Tous les autres objets non dégradables en plastique, verre ou métal devront être rapportés par vous-même en France.

La lutte contre la pollution des sites est l'affaire de chacun.

En circuit, dans certains écosystèmes fragiles, ne sortez pas des sentiers que ce soit à pied ou en voiture. Attendez-vous à trouver, autant au sol que sur les étals de certains marchands, des fossiles, des pétrifications, des pointes de flèches, des bifaces... Il est strictement INTERDIT de les ramasser ou de les acheter pour les rapporter.

Par ailleurs, veillez à respecter les coutumes de la Mauritanie par une tenue vestimentaire décente (pas de shorts au-dessus du genou ni de legging) durant tout le séjour.

N'oubliez pas que l'alcool est INTERDIT en Mauritanie.