l'ami du vent

Randonnée chamelière

« Goûter l'ultime réalité »

« L'art d'habiter son corps dans l'infini des dunes »

dans le désert tunisien du 12 au 19 mars 2027

REJOIGNEZ-NOUS POUR UNE AVENTURE UNIQUE DANS LE DÉSERT

L'intelligence du silence

Quand le silence s'installe,
L'horizon ouvre ses bras.
Les certitudes s'effacent,
Le cœur s'apaise et se pose.

Ralentir le pas au cœur de la terre nue,
Lentement, habiter l'immensité.
Inspirer la lumière à chaque respiration,
Abandonner la traversée au savoir secret du corps.

ECOUTER LA SAGESSE D'UN CORPS LIBRE ET VIVANT

Au cœur des dunes, le mouvement n'est plus un effort, mais un échange avec le vivant. Par des pratiques corporelles douces, l'éveil du souffle et l'exploration des sens, nous laissons progressivement le mouvement se dérouler. Le corps réapprend à bouger avec fluidité, porté par son propre rythme et l'immensité qui l'entoure. Une traversée au cœur du sensible, pour réaccorder votre corps au rythme naturel de l'univers.

Avec Laurence Houlès

Depuis de nombreuses années, Laurence est immergée dans les pratiques corporelles et sportives.
La quête essentielle de savoir « qui suis-je ? » l'a toujours fascinée, révélant le grand mystère de la vie.
Sa passion pour les pratiques énergétiques l'a conduite à explorer le Reiki, le LaHoChi, et le LaHoChi de la 13e octave. Parallèlement, elle a suivi une formation en Qi Gong (enseignante depuis 2005) et à l'Art du Wutao et chant du souffle (enseignante depuis 2011).

Aux côtés de deux amies chères, elle a cocréer « La Danse Stellaire », un beau parcours de création consciente et intuitive.

Plongée dans l'univers des arts corporels et énergétiques, elle voit son espace intérieur s'ouvrir et s'enrichir sans cesse. Aujourd'hui, un nouvel élan l'anime : transmettre une pratique guidée par la vérité du corps, dans l'écoute intuitive et l'alignement du cœur.

L'appel du désert n'a jamais cessé de résonner en elle. Ayant déjà animer plusieurs randonnées dans le désert tunisien, elle sait combien cette espace offre l'opportunité unique de goûter l'expérience de « l'ultime réalité ». C'est avec une joie profonde qu'elle vous invite à cheminer à ses côtés dans cette aventure.

L'Ami du Vent organise des voyages « sur mesure » pour Laurence Houles c'est à dire que L'Ami du Vent s'occupe de la partie logistique du voyage, mais n'intervient pas dans les ateliers proposés par Laurence. **Pour tous renseignements concernant le contenu des ateliers, merci de contacter Laurence directement : 06.83.41.94.83 laurence.houles@gmail.com**

Prix : 1200 € hors vol

Billet d'avion au départ de Paris Orly et à destination de Tozeur.
Dès que le groupe sera confirmé, à savoir 5 personnes inscrites, nous vous communiquerons le prix du billet d'avion et réserverons les vols.

Pour vous inscrire, merci de nous retourner le bulletin d'inscription complété, accompagné d'un acompte de 1000 € (700 € d'acompte pour le séjour et 300 € de provision pour le billet d'avion).

Randonnée dans le désert tunisien

Pour voyager en Tunisie, il faut un passeport valide au moins 3 mois après la date de retour.



Une rando chamelière est une marche sans sac à dos. Vous **marchez en suivant les chameaux** qui transportent tous les bagages, l'eau, la nourriture et le matériel collectif.
Un « chameau taxi » est la plupart du temps disponible en cas de fatigue.

Cheminer dans le désert, c'est la façon la plus simple de s'inscrire dans la nature et d'appartenir à la terre. C'est renouer avec une vie pure et originelle, écouter battre la sève de l'écorce terrestre, lire les traces sur le sable, rire autour du feu tandis que le bois crépite, accueillir notre part d'éternité. Mon pas, le pas des autres, le pas du dromadaire, la respiration qui s'harmonise, le cœur qui dit oui à cette étourdissante beauté et savoure le bonheur des mille petits riens de chaque jour.

Niveau Facile

Rythme de marche lente et méditative. Environ 3 / 4 heures de marche par jour (matin et après-midi).
Randonnée chamelière accessible à tout marcheur à condition d'être en bonne santé.

Au fil des jours…

Jour 1

Vol sur Tozeur. Décollage d'Orly à 7h15 et arrivée à 10h10 à Tozeur. Départ immédiat pour **Douz** au cœur de la région du Nefzaoua, terre de tradition nomade. 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. Balade au souk pour découvrir mille trésors dans les nombreuses échoppes : babouches sahariennes, jolis foulards, poteries multicolores, vêtements fluides pour marcher dans le sable et le vent. Repas de midi puis transfert en 4x4 pour rejoindre notre équipe chamelière au sud de Douz dans les dunes du **Grand Erg Oriental.**
1ere nuit en bivouac dans le désert.



Jours 2 à 6

Randonnée au cœur du désert tunisien. Désert de lumière et de silence, terres insoupçonnées… Marche dans l'horizon mouvant des sables. Le **Grand Erg Oriental** déroule ses dunes à l'infini.
Peut-être un arrêt au puits où nos chameaux s'abreuveront. Doucement, au fil de nos pas, nous nous imprégnerons davantage de la beauté et du silence dont l'immatérialité se métamorphose, dans ces territoires vierges, en une présence quasi-palpable.
Terre d'aquarelle perlée d'or, d'où surgissent parfois la **colline de Tembaïn** ou les **monts jumeaux d'El Mida,** fières sentinelles gardiennes du désert et de ses mystères.
Initiation saharienne : lire les traces des animaux, écouter les signes, ramasser le bois pour le feu du soir, éplucher les légumes pour le couscous (uniquement pour les plus courageux !), engranger quelques rudiments d'arabe avec nos amis chameliers, apprendre les étoiles, la grande chamelle (la grande ourse !), les sept filles de la nuit…
5 nuits en bivouac.





Jour 7

Le jour 7, après un dernier petit déjeuner en compagnie des chameliers, retour sur Douz… derniers achats… dattes pulpeuses et gorgées de soleil, thé vert, épices colorées… puis transfert à Tozeur.
Nuit en hôtel à Tozeur en chambre twin (ou triple selon la composition du groupe).

Jour 8

Vol retour : décollage de Tozeur à 10h55, arrivée Orly à 13h45.



Précision importante

Tout ce qui est prévu arrivera peut-être, tout ce qui ne l'est pas arrivera sûrement. Pascal Rousseau, voyageur ami du Vent
En cas d'imprévus (météo, malice des djinns, évènement dans le groupe, ou tout autre imprévu indépendant de notre volonté), l'itinéraire et/ou l'organisation du voyage pourraient être modifiés, à l'issue d'une concertation entre votre accompagnatrice et l'équipe locale, en intelligence de cœur et d'esprit, toujours dans votre intérêt et dans un souci permanent de responsabilité, qualité et bienveillance



Au quotidien

Repas. Dans le désert : petit-déjeuner classique. Salade composée le midi ou plat chaud. Le soir, repas chaud et dessert. Pain de sable cuit dans les braises, un régal ! Les repas sont essentiellement végétariens, pour autant sardines, thon, et parfois viande… s'invitent de temps à autre dans vos assiettes. **Eau.** Bien que l'eau transportée soit potable et claire, nous vous recommandons vivement de la traiter avec des pastilles purifiantes. **Couchage**. 1 nuit en hôtel en chambre twin (ou triple selon la composition du groupe), 6 nuits en bivouac (matelas fournis) à la belle étoile, le plus grandiose des palaces ! Quelques tentes igloo de 2/3 personnes sont disponibles. Et vous pouvez aussi en apporter une : on en trouve de moins de 2 kg. **Toilette**. Les dromadaires transportent toute l'eau de la semaine pour la boisson et la cuisine. L'eau est précieuse dans le désert : l'occasion de mettre en acte la notion de non-gaspillage et de sobriété heureuse ! Un petit peu d'eau pour se laver les mains… et les lingettes sont géniales pour le reste de la toilette ! **Habillement et équipement divers.** Par respect pour nos hôtes musulmans, une tenue décente est indispensable. Chaussures de marche (déjà utilisées : jamais de chaussures neuves !) et sac de couchage. **Une liste détaillée des affaires à apporter vous sera envoyée avant le départ. Bagages.** Sac de voyage (les dromadaires n'aiment pas les valises !) et un petit sac à dos pour la journée. Le poids de vos bagages cabine et soute est fixé par la compagnie aérienne.











Au fil d'une 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 dans un petit carnet secret, regrouper les dromadaires… Mmmmmm… 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 !** Après les derniers préparatifs (charger les dromadaires, remplir les gourdes, crème solaire et chèche), la caravane s'élance pour des retrouvailles avec l'étourdissante beauté du désert. La lumière du jour souligne les couleurs, renforce les contrastes. Tiens ! La trace d'une gazelle, la rencontre avec des nomades, une fleur solitaire, un bébé chameau qui trottine près de sa maman, la surprise d'une guelta ! 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 !** Pluche de légumes pour les courageux, farniente pour les autres… avant de se régaler d'une méga-salade composée pour le midi. Ensuite, arrive l'heure d'un grand bonheur saharien : la sieste à l'ombre d'un tamaris, l'arbre roi du désert, qui procure une fraîcheur inespérée… ou sous une couverture tendue entre 4 bâtons si le tamaris n'est pas au rendez-vous ! Pour le soir, fête culinaire avec tous les délices de la cuisine tunisienne. **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, chant du joli moula-moula noir et blanc… Tout est paisible. La nuit nous enveloppe de sa cape de douceur et d'étoiles. Autour du feu, âme du campement, les histoires se racontent entre rires et silence, flûte et instants d'éternité. Morphée vous accueille pour une nuit de quiétude dans les bras de la lune.

Voyage

Pour cette randonnée dans le désert tunisien, l'avion est à destination de Tozeur. L'Ami du Vent se chargera de la réservation des billets d'avion dès que le groupe sera confirmé, à savoir 5 personnes inscrites.

Groupe

Il est constitué d'un minimum de 5 participants.

Prix

Sont compris dans le prix :

- Tous les transferts en Tunisie
- Voyage et hébergement, en pension complète, du repas de midi du Jour 1 au petit déjeuner du Jour 8
- Accompagnement par Laurence Houles et l'équipe locale tunisienne.

Non compris dans le prix :

- **Vol à destination de Tozeur**
- Boissons au restaurant (si restaurant il y a !)
- Pourboire facultatif à l'équipe locale
- Dépenses personnelles et souvenirs
- **Assurances**. Conformément à la législation, L'Ami du Vent (une marque commercialisée et exploitée par Point-Afrique Voyages) est doté d'une assurance Responsabilité Civile Professionnelle. **Chaque participant doit également être titulaire d'une responsabilité civile individuelle.** Pour vous protéger en cas d'incident ou d'accident pouvant survenir au cours de votre séjour, il est **indispensable de posséder une garantie multirisque** couvrant **à minima** les frais **d'assistance et de rapatriement** (et annulation si vous le souhaitez).
  Nous vous recommandons vivement de vous adresser à Chapka Assurances Voyages si vous souhaitez souscrire à une assurance annulation, maladie rapatriement ou multirisque : www.chapkadirect.fr
  Nous vous invitons à vérifier que vous ne bénéficiez pas par ailleurs de ces garanties (soit via la Carte Bancaire utilisée pour le paiement des voyages, soit par vos assurances personnelles) mais **ATTENTION**, **les assurances proposées par les banques via les Cartes Bancaires ou par certaines compagnies d'assurance ne sont pas complètes** : par exemple, certaines vous prennent en charge à partir du moment où vous vous trouvez dans une ville ou un village, mais pas si vous êtes dans le désert ! **Il faut donc être extrêmement vigilant à tout ceci !**
  Nous vous précisons qu'il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement la compagnie d'assurance qui garantit votre voyage pour déclencher l'assurance.

Remarque concernant les pourboires

Cette pratique, très peu répandue en France, est enracinée dans les traditions du monde arabe, c'est un mode de fonctionnement du pays. Elle doit se faire dans le cadre d'un échange : il s'agit de montrer votre satisfaction et de remercier pour le travail fourni.

Le pourboire n'est jamais un dû et jamais un salaire.

À titre **indicatif** : environ 40 € par participant, à répartir entre les chameliers avec l'aide de votre accompagnatrice.

Formalités administratives pour les adultes de nationalité française, belge et suisse

Pour voyager en **Tunisie,** il vous faut un **passeport valide au moins 3 mois après la date de retour.**
Impératif : le nom que vous notez sur le bulletin d'inscription **doit être celui inscrit sur le passeport qui sera présenté à l'aéroport**.
Nous vous conseillons de toujours voyager avec sur vous une photocopie de votre passeport (la double page où figure votre photo) : cela vous sera utile en cas de perte ou de vol.

L'Ami du Vent ne peut être tenu pour responsable en cas de refoulement à une frontière. Les informations mentionnées ci-dessus **ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français** et peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées.
Vous devez impérativement être en règle avec les autorités locales pour vos formalités de police, de douane et de santé.
Pour vous informer : diplomatie.gouv.fr et sante.gouv.fr
Il est ainsi prudent de vérifier les formalités à accomplir auprès du Consulat tunisien de votre pays/région dans le mois qui précède votre départ.
Autres nationalités : se renseigner auprès de votre ministère des affaires étrangères.

Formalités sanitaires
Aucune vaccination n'est obligatoire pour voyager en Tunisie et il est évidemment conseillé d'être à jour pour toutes les vaccinations classiques.

Décalage horaire
Quand la France est à l'heure d'hiver : pas de décalage horaire.

Météo
Désert ! Sitôt le mot prononcé, nos imaginaires nous murmurent "chaleur insupportable, nuits glaciales et venteuses…". Mais non : vous ne serez pas liquéfiés de chaleur (ni congelés sur place par une longue nuit d'hiver si vous êtes bien équipés). Pour autant, le climat du désert est sec et se caractérise par d'importantes amplitudes thermiques entre le jour et la nuit et il peut y faire froid (voire très froid !) la nuit. Les pluies, rarissimes, sont pourtant possibles en toutes saisons (éclairages sublimes dans les dunes !).

En mars, les températures diurnes sont plaisantes (20/30°) et les températures nocturnes sont fraîches (7/10°) à douces (environ 15°).
Il est important de savoir que l'absence d'humidité de l'air rend la chaleur beaucoup plus supportable que sous nos latitudes.
Pour + d'infos météo : www.weather.com/fr ou www.meteoconsult.fr (regardez la météo à Douz).

Langue officielle
L'arabe classique est la langue officielle mais les Tunisiens parlent la derja, l'arabe tunisien, et la plupart parlent également français.
L'arabe classique (parlé) et l'arabe standard moderne (utilisé à l'écrit) forment ce que l'on appelle l'arabe littéraire ou arabe littéral.

Religion
L'Islam est la religion officielle et majoritaire (99% des Tunisiens sont musulmans). Elle se base sur cinq principes sur lesquels tous les musulmans s'accordent : il n'y a qu'un seul Dieu et Mahomet est son prophète ; il faut prier Dieu cinq fois par jour entre le lever et le coucher du soleil ; chaque fidèle se doit d'entreprendre un pèlerinage à la Mecque au moins une fois dans sa vie ; il faut observer le Ramadan chaque année et faire l'aumône aux plus démunis. En Tunisie, il y a une petite communauté chrétienne, et une toute petite communauté juive (installée pour un tiers à Tunis et deux tiers sur l'île de Djerba).

Monnaie et change
L'unité monétaire est le dinar tunisien (qui se divise en 1000 millimes).
1 € = 3,4 TND ou 10 TND = 3 € (cours novembre 2026).
Il est interdit de faire sortir ou entrer des dinars tunisiens, le change ne peut donc se faire qu'en Tunisie.
Les cartes bancaires sont très utiles pour retirer des dinars aux distributeurs automatiques à l'aéroport de Tozeur. Nous vous conseillons de changer/retirer de l'argent à votre arrivée, à l'aéroport tunisien. En quittant le pays, les dinars restant en billets peuvent être reconvertis, sur présentation des reçus de change.

Quelques repères

