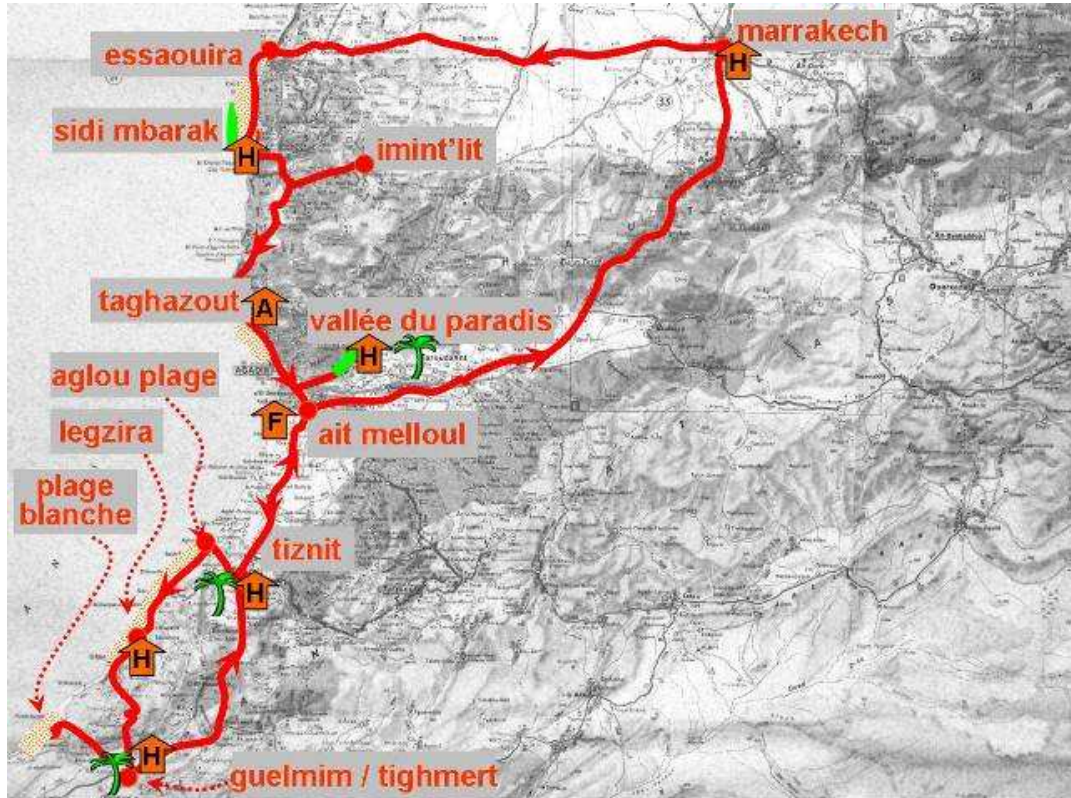




MAROCCO Costa Atlantica

MAPPA DELL'ITINERARIO



pernottamento in riad/hotel/maison d'hote
pernottamento in famiglia/comunità
pernottamento in appartamento



tragitto dell'itinerario
passeggiate a piedi



palmerie

MAROCCO Costa Atlantica

FINALITA' DEL VIAGGIO:

Il viaggio, come qualsiasi viaggio di turismo responsabile, si ispira a principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza, incontro. E' importante essere consapevoli che un viaggio di questo tipo ha delle valenze ulteriori al mero "fare turismo". Innanzitutto vuole essere un modo per rilanciare realmente le economie locali dei paesi di destinazione, sviluppando un settore importante come quello turistico, trasmettendo professionalità alle associazioni con cui si collabora e lasciando la maggior parte dei profitti alle popolazioni locali, a differenza di un turismo di massa che esporta la quasi totalità della spesa turistica. In secondo luogo pone l'incontro con le popolazioni locali come momento centrale dell'esperienza turistica rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di confronto tra diverse culture, di conoscenza di un altro popolo, delle sue tradizioni, dei suoi usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale. Infine vuole essere una possibilità di capire realmente una cultura diversa dalla propria, entrando in contatto diretto con la realtà sociale di un paese, le sue difficoltà, i suoi drammi e le speranze di cambiamento.

Il valore di questa forma di turismo è dato dal fatto che le comunità visitate sono protagoniste della gestione del viaggio o di parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici derivanti da tale attività. Esse sono dunque nostri partner paritari sia nella gestione che nei risultati. Tutto questo naturalmente senza trascurare il lato più propriamente turistico dell'esperienza.

Questi viaggi generalmente sono caratterizzati dalla presenza di un accompagnatore che funge soprattutto da mediatore culturale e punto di riferimento per il gruppo, oltre che dall'utilizzo, per il pernottamento, di case private, ostelli, piccoli alberghi e accampamenti, cercando per quanto possibile sistemazioni accoglienti. Può capitare, soprattutto quando il viaggio prevede la permanenza di qualche giorno in comunità indigene, di pernottare in tenda o in accampamenti non sempre comodissimi: si richiede in questo caso un po' di spirito di adattamento che verrà comunque ricompensato dal valore dell'esperienza.

IL VIAGGIO:

"Il Marocco è un susseguirsi di porte che si spalancano a mano a mano che si avanza. E non si può avanzare se non visitandolo assiduamente, e conservando in sé il desiderio dello stupore, la curiosità di conoscere e di assimilare."

Con queste parole del più grande scrittore marocchino (Tahar Ben Jelloun), inizia il viaggio alla scoperta degli splendori e dei misteri di questo paese.

I contrasti di luci, colori e paesaggi si fondono con storia ed origini che si perdono nelle epoche preistoriche: Fenici, Cartaginesi, Berberi, Bizantini, Vandali, fino agli Arabi sono vissuti in questa terra in grado di offrire allo sguardo curioso dei visitatori una sorprendente molteplicità di ambienti e paesaggi. Diviso in due dalle montagne, lo sguardo spazia da spiagge candide, boschi secolari dell'entroterra, catene montuose a tratti alpine ed a tratti lunari, fino ad arrivare alle propaggini del deserto del Sahara con oasi di palme e accampamenti berberi.

Una lunga cavalcata lungo il mare: da nord a sud la costa atlantica marocchina, da Essaouira, città del vento, della musica *gnawa* e dell'olio d'argan, fino alle solitarie spiagge di dune del Souss.

Prima tappa del viaggio, Marrakech, la *città rossa*: i colori e i suoni della *medina* e del *souk* e la magia di piazza Djemaa el Fna. Da qui si raggiunge la costa atlantica, ad Essaouira, con il suo porto antico, il mercato del pesce e le botteghe di artigianato di *tuia* (un legno pregiato). Poi poco a sud ci si immergerà nella pace del riad di uno scultore berbero a Sidi Mbarak: passeggiate lungo la spiaggia dell'oceano tra dune e cascatelle e visita ai progetti di aiuto allo sviluppo e alle cooperative femminili nella regione dell'*argania spinosa*. Il viaggio continua con il piccolo villaggio di pescatori di Taghazout, a nord di Agadir e poi la vicina Vallée du Paradis, dove si passerà lungo il torrente nella *palmerie*. Da Agadir la seconda parte del viaggio ci porta verso le spiagge di Aglou, gli archi di roccia rossa di Legzira, gli argentieri di Tiznit, il museo nel *caravanserrai* nell'oasi di Tighmert. Infine, la spettacolare strada del Tizin'Test, un passo a 2.100 mt nell'Alto Atlas, riconurrà a Marrakech.

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

1° GIORNO

Partenza dall'Italia ed arrivo a Marrakech. La *città rossa* vi accoglierà con la magia degli artisti di strada di piazza Djemaa el Fna, i colori sgargianti ed il vociare dei mercati, e la ricchezza dei suoi monumenti. Incontrerete l'accompagnatore nazionale e comincerete a prendere confidenza con la *medina* (città vecchia) ed il suo *souk* (mercato). Ceneremo alle bancarelle della piazza Djemaa el Fna, caleidoscopico palcoscenico per artisti, musicisti, cantastorie e giocolieri, dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO. Proveremo anche il saporitissimo tè speziato (zenzero, pepe, chiodi di garofano, cannella), preparato in grossi alambicchi di rame. Pernottamento in *riad*, la tipica casa marocchina con patio centrale, riadattata a hotel.

2° GIORNO

Giornata dedicata alla città di Marrakech in compagnia della guida Hassan: alla mattina visiterete la scuola coranica "Medersa Ali ben Youssef", uno dei migliori esempi di architettura ed arte islamica, i giardini della *Koutobia*, il cui minareto è simbolo della città, le Tombe

Saadiane, il ricco e ben conservato palazzo Bahia. Nel pomeriggio vi addenterete anche nei *souk* degli artigiani (tintori, mobiliari, argentieri, ferro battuto, lampade in ferro, pelle e vetro, tappeti, tessuti, stucchi e gessi e *tadelakt*): nelle piccole botteghe-laboratori potrete osservare l'abilità e la passione con cui si perpetuano gli antichi mestieri tradizionali e cedere alla tentazione di intavolare discussioni animatissime con i venditori. Per cena potrete assaggiare la *tanja*, il piatto tipico di Marrakech, a casa dell'accompagnatore: consiste in carne di manzo o montone o pesce, condita con abbondanti spezie e cotta in un'anfora di terracotta sulle ceneri del fuoco che alimenta l'*hammam*. Pernottamento in *riad*.

3° GIORNO

Partiremo per Essaouira, città del vento e della musica *gnawa*, una musica rituale, di origini sub-sahariane, portata dagli schiavi che si fermavano qui prima di essere imbarcati e venduti sui mercati americano ed europeo; ovunque sentiremo questa musica provenire dai negozi di cd e da quelli di strumenti musicali, e vale la pena fermarsi ad ascoltare qualche musicista. La città è anche famosa per il *Festival Internazionale di Musica Gnawa e Musica del Mondo*, che si svolge ogni anno a giugno. Una volta patria degli *hippies*, oggi è abitata da molti europei, ed è ricca di mercati di prodotti artigianali realizzati in *tuia* e legno d'argan; visiteremo il porto pescherecci, l'Ensemble Artisanal (dove ai negozi di legno e argento si affiancano i rispettivi laboratori per apprendisti), e passeremo per le strette viuzze con i classici colori della costa atlantica: bianco, giallo, azzurro. Acquisteremo il pesce al mercato coperto, per farlo cucinare in un piccolo ristorante nel retro del mercato stesso. Nel pomeriggio raggiungeremo Sidi Kaouki, villaggio di surfisti, e da qui la *maison d'hotes* dello scultore berbero Mohamed Boudarqa, a Sidi Mbarak. Cena e pernottamento in *maison d'hotes*.

4° GIORNO

Giornata dedicata all'esplorazione della regione di Sidi Mbarak: in compagnia di Hussine, l'accompagnatore locale, raggiungeremo la spiaggia e faremo una passeggiata fino alle cascatelle ed al *marabut* (tomba del santo locale), dove ci fermeremo per un picnic. Nel pomeriggio visiteremo il villaggio di Sidi Boudarqa, sede dell'Associazione Almougar di cui Mohamed Boudarqa è fondatore, e assaggeremo un *tajine* preparato da una famiglia del posto. Rientreremo al *riad* prima dell'imbrunire, e avremo modo di chiacchierare con Mohamed dei vari progetti avviati dall'Associazione nella regione: tra le altre cose, sta costruendo un pozzo e ha in cantiere la creazione di un centro per le donne dove possano recuperare e far conoscere le antiche arti quali la tessitura, la preparazione dell'olio d'argan, il ricamo. Pernottamento in *maison d'hotes*.

5° GIORNO

Dopo colazione saluteremo Mohamed e Zara e partiremo verso l'interno, sempre in compagnia di Hussine, raggiungendo la località di Imin'tlit; visiteremo la Cooperativa Femminile "Tamounte" di olio d'argan, dove assisteremo al processo tradizionale per la preparazione di questo prezioso olio, e chi lo desidera potrà provare ad affiancare le donne nel loro lavoro di rottura delle noci; assaggeremo infine la cucina del luogo con un *tajine* che le donne della cooperativa prepareranno per noi. Proseguiremo sulla strada per Agadir, dapprima nell'interno con un dolce paesaggio punteggiato di alberi d'argan, e poi seguendo la costa dove si susseguono lunghe spiagge di sabbia a scogliere e dune. Raggiungeremo Taghazout, villaggio di pescatori poco a nord di Agadir e mecca degli appassionati di surf, e incontreremo il nostro accompagnatore locale Abderrahim. Cena in paese e pernottamento in *appartamento*.

6° GIORNO

Mattinata dedicata al villaggio di Taghazout, dove potremo passeggiare o goderci qualche ora in spiaggia (se la stagione lo permette). Per pranzo, grigliata di pesce in un ristorante sul mare. Nel pomeriggio lasceremo la costa per addentrarci lungo la Vallée du Paradis, un canyon attraversato da un torrente ed immerso in un lussureggiante palmeto, dopo aver fatto la spesa per il giorno successivo. Ci sistemiamo per la cena ed il pernottamento in *auberge*.

7° GIORNO

Giornata dedicata alla Vallée du Paradis: sarà possibile camminare lungo il letto del torrente, bagnarsi nelle pozze d'acqua, riposarsi al fresco delle palme. Pranziamo a picnic. Nel pomeriggio ci trasferiremo ad Ait Melloul, a sud di Agadir, dove saremo ospitati dalla famiglia

del nostro accompagnatore; qui visiteremo le serre e le coltivazioni sperimentali dell'Istituto di Agronomia e Veterinaria, dove abitano: bananeti, agrumeti, fichi d'india, fiori e piante ornamentali, accompagnati da Icham, fratello di Abderrahim e studente alla Facoltà. Cena e pernottamento in *famiglia*.

8° GIORNO

Dopo colazione saluteremo i nostri ospiti e da Ait Melloul ci sposteremo verso sud; raggiungeremo Tiznit, capoluogo della sua regione e avamposto del deserto: abitata in gran parte da militari ed ex militari con le famiglie, e circondata da lunghissime mura molto ben conservate, la città è famosa per i suoi argentieri, e addentrandosi nelle stradine si possono trovare i laboratori dove comperare l'argento (semplici collanine o braccialetti) a peso. Già dall'abbigliamento femminile si intuisce che il deserto, e la Mauritania, non sono così lontani: le donne si avvolgono nei 6mt della *melhafa*, abito di origine mauritana, un lungo rettangolo di tessuto leggero dipinto (tipo *batik*); i colori sono sgargianti, e quando alla sera si riuniscono per chiacchierare e prendere il fresco nei giardinetti al di fuori delle mura o nella *palmerie*, si ha piuttosto l'impressione di essere di fronte ad un giardino in fiore! Da Tiznit percorreremo i 15km che separano la città dal mare, raggiungendo la costa ad Aglou Plage, una piccola località balneare in una baia, chiusa a nord da una scogliera in cui sono scavate alcune grotte abitate. Qui pranzeremo con un *tajine* in una grotta, e poi riprenderemo la bellissima strada costiera verso sud, che passa da Mirleft, una volta famosa per l'atmosfera tranquilla e un po' *hippy*, con la bellissima spiaggia a mezzaluna, da Shira, con la caratteristica montagnola al centro della baia, fino a raggiungere gli archi di roccia rossa di Legzira in tempo per il suggestivo tramonto. Ci fermeremo qui per la cena ed il pernottamento in *auberge*.

9° GIORNO

Partiremo da Legzira per Sidi Ifni, cittadina dal fascino coloniale (era una roccaforte spagnola), e da qui per Guelmim, attraversando una distesa di colline ricoperte di coltivazioni di fichi d'india. Faremo una deviazione per visitare la Cooperativa Femminile Aknari per la produzione di marmellate di fico d'india e olio d'argan. Giungeremo quindi a Guelmim, sabbiosa città con le case piccole e molto squadrate, le donne in *melhafa* e la maggior parte degli uomini in *gandora*, un kaftano normalmente azzurro chiaro o bianco, ricamato sul petto con fili dorati, e recante una tasca obliqua dove veniva riposto il pugnale. Faremo la spesa per la cena, prima di trasferirci alla solitaria Plage Blanche, una distesa di 40km di dune di sabbia che si affacciano su un tratto di costa selvaggio e, almeno per il momento, incontaminato. Gusteremo i colori del tramonto sull'oceano e prepareremo la cena sul fuoco. Rientreremo infine a Guelmim per il pernottamento in *hotel*.

10° GIORNO

Dopo colazione ci recheremo alla stazione termale di Abainou: uomini e donne separate, incontreremo i marocchini che vengono da varie regioni del paese per la fama di queste terme. Da qui ci sposteremo nella vicina oasi di Tighmert: una grande *palmerie* abitata, con le case in pisè (fango, sterco e paglia), e le stradine sabbiose. Nel cuore dell'oasi, in una *kashba* molto ben restaurata, i cugini Taku e Abdou gestiscono il *museo del caravanseraï*: i caravanserragli si trovavano sulle rotte carovaniere, a partire da Timbouctou in Mali fino al Marocco, per terminare la loro traversata a Marrakech; i carovaniere vi trovavano rifugio, pasti e qualcuno che si occupasse dei loro dromedari. Il museo raccoglie gli oggetti di uso quotidiano dei nomadi delle carovane, ed altri curiosi reperti provenienti dall'oceano (e trasportati fin qui dalle carovane). Sono esposte anche alcune porte antiche molto belle, ristorante e dipinte dai cugini. Sotto la tenda berbera del cortile gusteremo un *tajine* preparato per noi. Nel pomeriggio, saluteremo i nostri ospiti e torneremo verso nord, passando per Guelmim, fino a giungere a Tiznit. Cena in città e pernottamento in *hotel*.

11° GIORNO

Subito dopo colazione partiremo verso nord, raggiungendo prima la regione di Agadir, poi Taroudannt, la *piccola Marrakech*, con le sue possenti mura, dove faremo una sosta per conoscere Lahcen, artista argentiere tra i migliori del Marocco. Proseguiremo quindi per la spettacolare strada del Tizin'Test, un passo sull'Alto Atlas a circa 2100mt di altitudine: saliremo lungo il versante sud, punteggiato dagli ultimi aberi di argan prima delle montagne, per una

strada a tornanti da cui si gode uno splendido panorama verso la fertile valle di Agadir, ci fermeremo per un tè in un piccolo caffè lungo la strada e incontreremo i primi venditori di pietre e fossili (più o meno autentici), che caratterizzeranno tutto il percorso fino a Marrakech. Una volta giunti al Tizin'Test, scenderemo lentamente sul versante nord attraversando boschi di ginepro, lecci e, lungo il corso del fiume, gli onnipresenti oleandri. Cercheremo rifugio sotto gli alberi per il pranzo a picnic, e poi faremo una sosta per visitare la bellissima moschea di Tinmel, del dodicesimo secolo: una volta centro religioso di grande importanza, e in seguito abbandonata, è ora possibile entrarvi anche per i non musulmani, non essendo adibita al culto. Lambiremo infine il Parco Nazionale del Jebel Toubkal, che con i suoi 4167mt rappresenta il punto più alto del Marocco e del Nord Africa, e raggiungeremo Marrakech. Giunti in città, un tonificante *hammam* introdurrà la serata conclusiva del viaggio in piazza Djemaa el Fna. Pernottamento in *riad*.

12° GIORNO

Ci trasferiremo all'aeroporto per il rientro in Italia.

PRINCIPALI DISTANZE:

Marrakech - Essaouira	174 km
Essaouira - Sidi Mbarak	41 km
Sidi Mbarak - Imint'lit	30 km
Imint'lit - Taghazout	125 km
Taghazout - Vallée du Paradis	35 km
Vallée du Paradis - Ait Melloul	55 km
Ait Melloul - Legzira	202 km
Legzira - Guelmim	62 km
Guelmim - Plage Blanche a/r	130 km
Guelmim - Tighmert a/r	34 km
Guelmim - Tiznit	108 km
Tiznit - Marrakech <i>via Tizin'Test</i>	369 km
TOTALE	1364 km
media	114 km / giorno

Il programma di viaggio può subire variazioni sia per quanto riguarda gli incontri che l'itinerario. Tali modificazioni possono essere determinate dalla momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o da variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.

PROGETTI SOSTENUTI

Una percentuale del costo dei servizi in Marocco viene accantonata come *quota progetti*, un aiuto concreto per la realizzazione di progetti ad opera di associazioni locali o comunque operanti sul territorio. Il sostegno avviene, oltre che con la *quota progetto*, anche con altri metodi, a seconda della tipologia. Durante questo viaggio vengono sostenuti, attraverso la *quota progetto*, due a scelta tra i seguenti:

Yalla - gli accompagnatori locali aderiscono al progetto di creazione di una rete di guide di turismo responsabile in Marocco; il sostegno avviene attraverso l'attività (remunerata) degli accompagnatori ed attraverso uno scambio costruttivo tra accompagnatori e viaggiatori; ente promotore: *Djemme - Slow Travel*

Ait Maghreb - prevede l'ospitalità dei viaggiatori in famiglie marocchine per alcuni pasti e pernottamenti: le famiglie ne traggono un immediato aiuto economico ed i viaggiatori avranno modo di gustare lo stile di vita e la calda ospitalità delle comunità rurali del paese; ente promotore: *Djemme - Slow Travel*

Associazione Almougar - obiettivo dell'associazione è l'aiuto ai bimbi poveri della regione rurale di Sidi Mbarak; lo scultore Mohamed Boudarqa, oltre a raccogliere e distribuire materiale scolastico, cibo e indumenti, organizza giornate di giochi sulla spiaggia e atelier

di pittura e scultura, tutto dedicato ai bimbi; l'ultimo progetto dell'Associazione, ancora in corso d'opera, è la realizzazione di un pozzo per l'acqua al centro del villaggio di Sidi Boudarqa, di fronte alla scuola primaria; tra i progetti futuri la creazione di una cooperativa per il recupero delle attività tradizionali femminili: preparazione dell'olio d'argan, tessitura, ricamo; il sostegno può avvenire con la visita alla regione e con la quota progetto; fondatore: *Mohamed Boudarqa*

Cooperativa Tamounte - ben avviata cooperativa agricola femminile per la lavorazione del frutto dell'argan, dal quale si preparano prodotti alimentari e cosmetici; il sostegno può avvenire attraverso la visita alla cooperativa, il pagamento del pranzo preparato dalle donne della cooperativa stessa, la quota progetto; ente promotore: *ENDA Maghreb*.

Cooperativa Aknari - la cooperativa agricola femminile si occupa come attività principale della lavorazione del fico d'india: le donne preparano marmellate, fichi secchi e canditi, ma anche altre marmellate e prodotti dell'olio d'argan; il sostegno può avvenire attraverso la visita alla cooperativa ed alle varie attività delle donne, l'acquisto di prodotti, il pagamento del pranzo preparato dalle donne stesse, la quota progetto; ente promotore: *ENDA Maghreb*.

MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO

Viaggio effettuato in modalità *quota di partecipazione più quota di partecipazione da portare in loco*.

Accompagnatore nazionale e vari accompagnatori locali; l'accompagnatore nazionale è un accompagnatore non professionista che funge da coordinatore e mediatore linguistico-culturale.

In alternativa, è possibile viaggiare in minibus con autista: l'incremento di costo verrà comunicato su richiesta.

Pernottamenti in riad / pensioni / maison d'hotes / auberge, in appartamento e presso famiglie marocchine; in generale il bagno e la doccia sono in comune tra più camere ed i pernottamenti sono previsti in camera doppia. Durante i pernottamenti in famiglia solitamente si dorme su comodi divani, qualche volta su materassini.

Pasti in ristoranti, appartamenti, famiglie, cooperative, a picnic. Si richiede collaborazione per la preparazione dei pasti durante i picnic.

Eventuali richieste particolari vanno segnalate in anticipo (vegetariani, intolleranze alimentari, etc).

Il programma di viaggio potrebbe subire variazioni prima della partenza (in tal caso ne verrà data tempestiva comunicazione) o anche durante il viaggio stesso, a causa della momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti, di variazioni delle condizioni sociali ed ambientali, della concomitanza con importanti festività locali o di una richiesta dei viaggiatori.

E' richiesto buono spirito di adattamento e reale motivazione a conoscere lo stile di vita marocchino.

COSTO DEL VIAGGIO

Vista la specificità del "viaggio per famiglie", la quotazione verrà fornita su richiesta.

Costo volo aereo a partire da € 150 (tasse incluse)

ATTENZIONE: il volo aereo per questa destinazione può essere fatto anche con voli "low cost". Ciò implica però una grande variabilità nel prezzo del volo stesso che, in alta stagione, può raggiungere anche costi ben più elevati!

La quota di partecipazione comprende:

- percentuale spettante all'operatore che cura la logistica del viaggio
- accompagnatori (compenso)
- organizzazione tecnica
- assicurazione medica
- spese di segreteria e di spedizione

La quota di partecipazione da portare in loco comprende:

- tutti i pernottamenti
- pasti e bevande (escluse bevande alcoliche)

- noleggio del/dei veicoli senza autista (inclusi assicurazione con franchigia del 5% del valore dell'auto, km illimitato e carburante) o tariffe dei trasporti pubblici
- guide locali (compenso e rimborso spese)
- accompagnatori (rimborso spese)
- entrate ai siti della città di Marrakech ed al caravanseraï di Tighmert
- percentuale a sostegno dei progetti visitati

La quota non comprende:

- volo aereo internazionale
- mance
- spese personali
- tutto quanto non espressamente indicato ne 'La quota comprende'

Nota: La cifra stabilita prevede un certo tipo di vitto e alloggio e nel caso si desiderino delle sistemazioni diverse, il maggior valore sarà a carico del cliente.

NOTIZIE UTILI

BIMBI: In generale l'itinerario è adatto anche a viaggiatori con **bimbi sopra i 6 anni**, purché animati da molta curiosità e disponibili alla pazienza negli spostamenti.

CLIMA: Questo viaggio è effettuabile **tutto l'anno**.

Nei mesi estivi Marrakech è molto calda (temperature oltre i 50°C, ma il clima è secco quindi il caldo è sopportabile a patto di evitare l'esposizione al sole). In inverno al contrario è piuttosto fredda: utile la visita all'*hammam*!

Ad Essaouria il clima è tiepido d'inverno e 'fresco' (in confronto ad altre zone del paese) d'estate; alcune volte la città è caratterizzata da fortissimi venti freddi (che durano da uno ad alcuni giorni, durante i quali sarà perfino difficile camminare per strada in città).

I torrenti della Vallée du Paradis possono essere quasi secchi nei mesi di luglio, agosto e settembre; il clima è temperato, ma con forti escursioni tra giorno e notte.

Lungo la strada del Tizin Test in inverno è possibile incontrare la neve. Condizioni avverse di clima (temporali, ghiaccio, neve) potrebbero far deviare l'itinerario sulla strada parallela che da Agadir porta a Marrakech via Chichaoua.

A Tiznit il clima è influenzato solo in parte dall'oceano (la sua spiaggia, Aglou, dista 17km) a causa di una serie di colline tra la città e il mare. Il clima è quindi abbastanza simile a quello di Guelmim: estati caldissime ed inverni tiepidi, ma forti escursioni notturne tutto l'anno.

CHE COSA PORTARE: Zaino, magliette, maglie medio peso, una maglia/pile pesanti, una giacca antipioggia, scarpe comode per camminare, sandali, costume da bagno, occhiali e creme da sole, copricapo, sacco a pelo o sacco lenzuolo, un asciugamano, una torcia a batteria.

Si raccomanda di consultare la "MiniGuida del Turista Responsabile - edizione Marocco" per info dettagliate sull'abbigliamento consigliato, soprattutto per le donne, al fine di non risultare irrispettosi nei confronti della cultura locale.

DOCUMENTI: Per entrare in Marocco è necessario il passaporto valido per 6 mesi dalla data di ingresso nel Paese.

Il visto di ingresso turistico, valido 3 mesi, si ottiene gratuitamente in aeroporto all'arrivo in Marocco.

VALUTA: L'unità monetaria del Marocco è il dirham (DH, o MAD), suddiviso in 100 centesimi. Prima della partenza è consigliabile controllare il cambio

(<http://it.finance.yahoo.com/valuta/convert?amt=1&from=EUR&to=MAD&submit=Converti>).

Per cambiare contante, travellers' cheque o per avere anticipi con la carta di credito è necessario rivolgersi alle banche o agli uffici di cambio autorizzati. Conservate la ricevuta per eventuali controlli. In tutto il Paese si possono trovare sportelli automatici dove prelevare contante con la propria carta di credito, purché abilitata ai prelievi dall'estero. Le carte di

credito sono accettate solo nei grandi alberghi, ristoranti di lusso, negozi e in qualche boutique nel souk di alcune grandi città.

Si ricorda che è illegale cambiare il denaro per strada.

FUSO ORARIO: Il fuso orario del Marocco è quello di Greenwich; l'ora legale è stata introdotta nel 2008. Normalmente quindi il Marocco è indietro di un'ora rispetto all'Italia, mentre quando in Europa c'è l'ora legale e in Marocco l'ora solare, la differenza è di due ore.

ELETTRICITA': La corrente elettrica è erogata a 220V e le prese sono a due fori. Non aspettatevi di trovare una presa di corrente in tutte le pensioni o case private.

TELEFONI & INTERNET: Esistono ovunque *teleboutique*, con telefoni a moneta. In alternativa si può acquistare una scheda telefonica per il cellulare, del costo di 50 DH (meno di 5 €). Telefonare e anche ricevere telefonate sul proprio cellulare italiano è estremamente costoso.

Come le *teleboutique*, anche i *cyber cafe* abbondano nel paese, e potrete collegarvi ad un costo variabile tra 8 e 15 DH all'ora (in generale ci sono buone connessioni ma in alcune regioni remote la connessione è molto lenta ed instabile).

LA SALUTE DURANTE IL VIAGGIO: Non ci sono *vaccinazioni* obbligatorie per entrare nel paese; il rischio malaria è piuttosto remoto e non giustifica una profilassi, ma è buona regola consultare il proprio medico per un consiglio.

In questo paese in estate sono frequenti i disturbi gastro-intestinali dovuti al cibo ed al caldo. E' consigliabile quindi seguire qualche *precauzione igienica* come bere acqua in bottiglie chiuse ed evitare di mangiare verdura cruda, frutti di mare e frutta non sbucciata, quindi sono anche da evitare le spremute d'arancia spesso allungate con l'acqua o con ghiaccio e in generale tutto ciò che può essere stato lavato con acqua e non cotto. Inoltre, bisognerebbe ridurre il consumo di bevande molto fredde soprattutto d'estate, e lunghe permanenze in ambienti con l'aria condizionata. Al contrario, in inverno sono più comuni i disturbi da raffreddamento, dovuti soprattutto all'ampio sbalzo di temperatura, durante il giorno, tra il sole e l'interno delle abitazioni; il consiglio è di non scoprirsi mai molto, e di ricoprirsi sempre prima di entrare in un luogo chiuso.

E' sempre bene avere con sé una piccola *farmacia da viaggio*, che includa i medicinali che il viaggiatore è abituato ad assumere, oltre a disinfettanti intestinali, lozioni anti-insetti, creme solari ad alta protezione, cerotti, antisettici. Nelle farmacie sono in vendita tutti i principali medicinali, ma va segnalato che i prezzi sono mediamente piuttosto alti in quanto nella maggior parte dei casi si tratta di prodotti importati.

LINGUE/ETNIE: Le principali etnie del Marocco sono arabi, amazigh (berberi) e saharawi. Gli *arabi* sono sistemati principalmente nelle città (Casablanca, Rabat, Fes, Meknes, Marrakech) mentre gli *amazigh* popolano i quartieri poveri delle città e le campagne. Gli amazigh parlano tre idiomi differenti a seconda della zona di provenienza: il *tamazight* viene parlato nel nord e nel deserto (Medio Atlas, Alto Atlas, Merzouga, la valle della Draa), il *tarifit* nel Rif, ed il *tachlakhit* nella regione del Souss (Agadir, Anti Atlas). I *saharawi* vivono nel Sahara Occidentale, territorio preteso dal Marocco ma autoproclamatosi indipendente, a sud di Guelmim – Tan Tan e nei campi profughi in Algeria.

Le lingue ufficiali del Marocco sono arabo e francese; l'*arabo* parlato si differenzia molto dall'arabo classico e ciascuna città ha un proprio dialetto, con parole diverse e pronuncia diversa. Il *francese*, lingua dei colonizzatori, è insegnato nelle scuole a cominciare dalla prima classe. In alcune zone è più conosciuto lo *spagnolo* che il francese: nel nord (soprattutto Rif e Tanger), data la vicinanza con la Spagna continentale, e nel sud, in tutto il Sahara Occidentale, visto che questa regione è stata colonizzata dagli spagnoli. L'*inglese*, almeno le parole di base, è conosciuto da tutti i ragazzi che lavorano nei mercati, per motivi turistici, ma sono piuttosto rari i marocchini che riescono a condurre una conversazione in questa lingua. Nella zona di Agadir, sempre per motivi turistici, è diffuso il *tedesco*. Nella zona di Beni Mellal, tra Marrakech e Fez, è abbastanza frequente trovare persone che parlino *italiano*: l'Italia è molto popolare presso gli emigranti locali.

LA CUCINA: La cucina marocchina è molto varia e notevole per i suoi sapori e aromi, anche se i piatti di gran lunga più diffusi e consumati sono il *tajine* ed il *couscous*. Tutte le portate sono molto speziate ma non eccessivamente piccanti (tranne qualche eccezione).

Il *pane* è parte essenziale di ogni pasto: non utilizzando in genere posate, viene usato per raccogliere il cibo dal piatto di portata. Il *tajine*, un piatto di carne (montone, manzo, agnello, capra, pollo) o pesce, e verdure, trae il suo nome da quello della pentola di terracotta nel quale viene preparato. Il *tajine* è un piatto comune in tutti i ristoranti e le famiglie marocchine, e prevede una preparazione non molto elaborata ma lunga (più di due ore di cottura): questo è il motivo per cui in generale è sconsigliabile consumarlo al ristorante, dove viene precotto per poter essere servito in tavola in tempi brevi.

Il *couscous*, piatto del venerdì, è una farina di semolino di color crema cotto al vapore sopra un brodo molto aromatico fatto di carne e verdure e servito con carne e salsa creata dal brodo stesso.

Le olive conservate in succo di limone e sale sono un ingrediente essenziale in molti piatti marocchini. Tutti i tipi di olive vengono usati per diverse ricette, si trovano di diverse dimensioni, colori e vengono utilizzate in varie occasioni, soprattutto per il loro sapore ma anche per la presentazione del piatto.

La *bastilla* viene servita in occasioni speciali (tipicamente matrimoni), e consiste in una combinazione stravagante di carne speziata (spesso di piccione, ma anche di pollo o manzo), uova cremose aromatizzate al limone e mandorle: cotta al forno o fritta, all'interno di fogli sovrapposti di pasta, viene condita con zucchero a velo e cannella prima di essere servita. Come per il *tajine*, non è consigliabile consumarla al ristorante.

L'agnello cotto sui carboni ardenti, conosciuto come *mechoui*, è il protagonista della festività Aid al Kebir (*grande festa*, o anche *festa del montone*) che ha luogo all'inizio del primo mese del calendario islamico (*ashora*). La carne alla griglia (in forma di spiedini) è comunque forse il piatto più diffuso, che si può trovare in ogni momento dell'anno ed in ogni ristorante o bar di paese: manzo, agnello, capra, pollo, kefta (carne trita), ma anche fegato e interiora.

Caratteristica di Marrakech è poi la *tanja*, un piatto di sola carne (manzo o montone) o pesce, preparata in una specie di anfora di terracotta messa nel forno a legna degli hammam per più di quattro ore.

Infine esistono due tipi di zuppe: la *harira* (dalla preparazione molto elaborata, a base di legumi, carne, pomodoro e ovviamente spezie), molto piccante, e la *bissara* (fave e lenticchie), ottima per le colazioni invernali. Alla rottura del digiuno durante il *ramadan* (verso le ore 18) si mangia tradizionalmente la *harira* accompagnata dai *datteri*.

La *pasticcERIA* marocchina è molto ricca, e gli ingredienti principali sono mandorle, miele, semi (sesamo, pistacchi). Si consuma da sola o insieme al caratteristico tè *alla menta* (tè verde a foglia larga aromatizzato con foglioline di menta fresca e molto zuccherato), il vero simbolo culinario del Marocco.

DA LEGGERE: Vi consigliamo qualche lettura e qualche link per pregustare le atmosfere che ritroverete durante il vostro viaggio:

Karawan – dal deserto al web di Fatema Mernissi – trad. Elisabetta Bartuli – 2004 - Giunti Editore

Fatema Mernissi, originaria di Fez, è docente di sociologia all'Università di Rabat, studiosa del Corano, scrittrice e instancabile tessitrice di relazioni politiche e culturali fra i paesi del Mediterraneo, ma anche fra paesi islamici e mondo anglosassone. E' tra i fondatori della Caravane Civique, un'iniziativa che vede professionisti (medici, scrittori, avvocati, ...) marocchini ed europei impegnati per le popolazioni rurali del paese. Il suo stile ironico ed il suo sguardo disincantato inducono il "nuovo turista globale" a porsi delle domande quali "Che cos'è per noi un paese come il Marocco, e chi sono i suoi abitanti? Come sottrarci agli stereotipi, come fugare la paura e conoscerlo più in profondità?"

La casa del califfo di Tahir Shah - trad. Marina Visentin - 2006 - Ponte alle Grazie Milano
Tahir Shah, uno scrittore anglo-afghano che da Londra, dove vive "in un appartamento dalle miserabili dimensioni", decide di trasferirsi a Casablanca, in Marocco, con la moglie ed i due figli, e si stabilisce alla Casa del Califfo; la ristrutturazione del palazzo gli permetterà di conoscere da vicino usi abitudini e superstizioni tutt'ora vivi anche nella moderna Casablanca.

Figlie del deserto - Parlano le donne del popolo sahwai di Ana Tortajada - trad. Ana San Sebastian - 2002 - Sperling & Kupfer Editori

Le donne sahwari nei campi profughi in Algeria si raccontano, ed a raccogliere la testimonianza c'è una giornalista spagnola.

L'Islam spiegato ai nostri figli di Tahar Ben Jelloun e Anna Maria Lorusso - 2001 - Bompiani - Milano.

Una grande lezione sulla tolleranza attraverso la conversazione con una bambina.

Creatura di sabbia di Tahar Ben Jelloun - 1992 - Einaudi - Torino

Un racconto che è uno sguardo acuto sui tabù e le contraddizioni del mondo arabo.

L'albergo dei poveri di Tahar Ben Jelloun - 2006 - Einaudi - Torino

In un ospizio abbandonato di Napoli, uno scrittore marocchino ascolta una vecchia raccontargli storie d'amore e di dolore. Ascoltandola finisce per conoscere mille storie di Napoli e dei suoi abitanti e per raccontare la propria: anch'egli è alla ricerca della donna che ama, sebbene non l'abbia mai vista... ma questa donna esiste davvero o è una creazione fantastica? E le storie della vecchia sono accadute sul serio?

La rosa del deserto - Verso il mistero del Tassili di Pep Subiros - 2002 - EDT

"Questo libro è la cronaca di un viaggio in Marocco e in Algeria nel corso della primavera del 1992. Sono un animale da asfalto, però sono voluto venire in questi luoghi - e abbandonarmi a essi, viaggiando su autobus scassati, taxi cigolanti e sovraccarichi, e occasionalmente camion di ex contrabbandieri - per effettuare una modesta ricerca personale nel tentativo di smentire il facile discredito di cui è fatto oggetto il mondo musulmano, adducendo il pretesto dell'integralismo. ...". Nato a Figueras nel 1947, Pep Subiros è stato docente alla facoltà di Filosofia dell'Università Autonoma di Barcellona. Membro del Collegio de Filosofia, è stato co-fondatore dell'Institut de Humanitats di Barcellona.

Sahara sconosciuto di Laszlo E. Almasy, trad. Andrea Bianchi - ed. originale 1939, prima ed. italiana 2004 - Nutrimenti

... questo libro del 1939, qui tradotto per la prima volta in italiano, resta il più amato e il più citato dagli appassionati del Gran Mare di Sabbia. Al fascino delle prime, pionieristiche esplorazioni del Sahara, si aggiunge quello dell'autore, enigmatica figura ... L'unico modo di conoscerlo è dunque quello di immergersi con lui nell'avventuroso clima di una spedizione nel deserto degli anni Trenta.

Quaderni dal Marocco, storie e leggende portate dal vento di Francesca Giacchè - 2003 - CDA VIVALDA Editori

Dalla folla che si muove sullo sfondo si staccano via via alcuni personaggi per raccontare una storia vissuta in prima persona o per rievocare antiche leggende ...

In Marocco. Harem, moschee e cerimonie di Edith Wharton - 2002 - Editori Riuniti - Roma

Un viaggio attraverso il Marocco, compiuto dall'autrice nel 1917, con uno sguardo attento ai popoli e alla evoluzione di costumi e tradizioni.

Tel Quel (<http://www.telquel-online.com/>)

Come rivista offre ogni due settimane un'informazione disincantata sul Marocco, in lingua francese; online è possibile consultare articoli arretrati ed approfondimenti.

Semblable à l'arganier (<http://www.diogene.ch/IMG/pdf/semblable-a-l-arganier2.pdf>) &

Ultime poème (http://www.diogene.ch/IMG/pdf/ultime_poeme.pdf)

poemi di Farid Mohamed Zalhoud - 2007 - pubblicati in pdf da Diogene.ch (<http://www.diogene.ch/>); Farid Mohamed Zalhoud è nato ad Aday, Tafraout, Marocco. E' insegnante di francese e poeta, pittore, scultore e militante amazigh (berbero) - solo in lingua francese scaricabile gratuitamente dal sito web.

Per le **condizioni contrattuali** consultate il sito internet o richiedetele in agenzia. Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.

NOTA BENE: Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti necessari** all'effettuazione del viaggio (passaporto in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali visti e **vaccinazioni obbligatorie**).

Nel caso in cui il volo transiti per gli USA, accertarsi che il **passaporto** sia idoneo al transito nel territorio degli Stati Uniti.

Verificare inoltre di essere in regola con eventuali vaccinazioni obbligatorie, in particolare ponete attenzione all'obbligo di vaccinazione contro la **febbre gialla** che viene richiesta a seconda del paese di provenienza (nel caso di permanenza in più stati).

Organizzazione tecnica:



INFORMAZIONI:

Planet Viaggiatori Responsabili
Lungadige Porta Vittoria, 21
37129 VERONA

Tel: 045-594061 Fax: 045-8047932

E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it

Skype: planet.viaggi.responsabili

www.planetviaggi.it