



# *E-Changeons le Monde*

*Spécialiste du tourisme équitable et solidaire*

## MAURITANIE

### Circuit 1 : « Trek en pays Touareg »

8 jours : randonnée, immersion et découverte



Arrivée en avion dans un des déserts de sable les plus grands du monde pour une semaine de randonnée chamelière dans la vallée blanche. Durant cette semaine vous vivrez comme ce peuple nomade. Les nuits à la belle étoile et les palabres au coin du feu seront autant de moments privilégiés d'échange et de compréhension de leur mode de vie.



### Points forts du circuit

- Randonnée en Vallée Blanche
- Bivouac
- Partage de la vie du peuple touareg

E-Changeons le Monde

27, rue du Petit Colmar - 68 280 SUNDHOFFEN - Tél. : 03 89 71 96 46

Email : [contacts@e-changeonslemonde.com](mailto:contacts@e-changeonslemonde.com) / Site : [www.e-changeonslemonde.com](http://www.e-changeonslemonde.com)

## Régions visitées

- Région de l'Adrar

## Hébergement

- Auberges
- Bivouac

## Programme détaillé



- Jour 1 :** Vol France Atar ou France Nouakchott. Transfert à Lemeilih. Bivouac.
- Jour 2 :** Départ de la randonnée en descendant la Vallée Blanche. Bivouac.
- Jour 3 :** Traversée des petits villages parsemés dans la vallée. Direction le Mont Chatou el Kbir et l'oasis de Toungad. Bivouac.
- Jour 4 :** Balade découverte de l'oasis et du village. Bivouac près de Chatou Es-Ghir.
- Jour 5 :** Toujours dans la Vallée Blanche, par le petit col de Askenjeil, direction le Guelb el Maarad avant de regagner l'Oued de Tirebane et sa belle oasis. Bivouac.
- Jour 6 :** Tirebane (par le plateau) pour rejoindre Aoujeft. Pique-nique à l'oasis. Bivouac à l'oasis de l'Oudei.
- Jour 7 :** Fin du trek et retour sur Atar ou Azougui. Retour à l'auberge, soirée détente à boire du thé.
- Jour 8 :** Journée libre et transfert à l'aéroport d'Atar ou de Nouakchott.

E-Changeons le Monde

27, rue du Petit Colmar - 68 280 SUNDHOFFEN - Tél. : 03 89 71 96 46

Email : [contacts@e-changeonslemonde.com](mailto:contacts@e-changeonslemonde.com) / Site : [www.e-changeonslemonde.com](http://www.e-changeonslemonde.com)

## Équipement de randonnée

### Poids maximum de l'équipement : 10 Kg

- Sac à dos
- Chaussures de randonnée déjà utilisées (afin d'éviter les ampoules)
- Veste coupe vent + polaire
- Poncho contre la pluie
- 2 pantalons de randonnée
- Sous vêtements de rechange
- 3 paires de chaussettes
- Chemise respirante spéciale randonnée (conseillée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Sac de couchage
- Gourde
- Un cheich pour la protection du vent et du soleil
- Des barres céréales (conseillées)

Impératif d'avoir le matériel complet de randonnée avant le départ

## Petite pharmacie

- Pour les petites blessures, prévoir antiseptique, compresses, bandes Velpeau, sparadrap aiguille stérile, épingle à nourrice, pansements gras pour les brûlures.
- Pommade pour les piqûres d'insecte et coupure.
- Micro pure (purificateur d'eau).
- Savon sans eau pour se laver les mains.

E-Changeons le Monde

27, rue du Petit Colmar - 68 280 SUNDHOFFEN - Tél. : 03 89 71 96 46

Email : [contacts@e-changeonslemonde.com](mailto:contacts@e-changeonslemonde.com) / Site : [www.e-changeonslemonde.com](http://www.e-changeonslemonde.com)