

**A.N.L**  
**L' ASSOCIATION NOVATRICE DE LOISIRS**  
**« ADVENTURE NO LIMIT »**

**« LA ZÈBRA' TTITUDE LIFE STYLE...  
...TOUT UN ART DE VIVRE ! »**

**« LE MAROC...  
PLUS QU' UNE DESTINATION ! »**  
**FICHE TECHNIQUE**

Le nom du Maroc évoque les palais chérifiens entourés de somptueux jardins, les souks desquels s'échappe l'odeur mystérieuse des épices, la fantasia et ses rites éclatants !

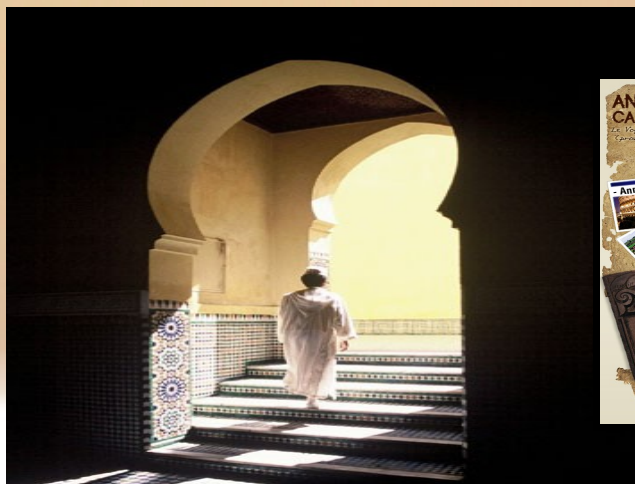
Mais il serait dommage d'en rester à ce décor de théâtre haut en couleur.

L'important au Maroc, c'est ce qui se passe en coulisses. C'est en allant humblement à la rencontre des gens que vous découvrirez le vrai Maroc.

Le pays vous laissera entrevoir ses secrets les plus profonds.

Affaire de temps et d'humilité.

Renoncer au statu cocon de touriste et aller humblement à la Rencontre de l'homme... ainsi, l'on découvrira les secrets les plus profonds du Maroc.



# Carte d'identité Maroc

**Population** : 34 860 000 habitants (estimation 2009).

**Superficie** : 710 850 km<sup>2</sup> (avec le Sahara occidental) et 446 550 km<sup>2</sup> (sans).

**-Capitale** : Rabat (1 750 000 habitants).

**Villes principales** : Casablanca (3 000 000 habitants), Marrakech (plus de 1 300 000 d'habitants), Fès (environ 1 000 000 d'habitants), Tanger (746 500 habitants).

**Densité de population** : 77 hab./km<sup>2</sup> (sans le Sahara occidental).

**Langues** : arabe classique (langue officielle). Parmi les langues véhiculaires : arabe dialectal, idiomes berbères (rifain, braber, chleuh et zénète), français (courant dans l'administration), espagnol (utilisé localement dans le Nord).

**Monnaie** : le dirham.

**Salaire minimum garanti** : 1 850 Dh (168 €) net.

**Régime** : monarchie constitutionnelle.

**Chef de l'État** : le roi Mohammed VI (depuis 1999).

**Sites inscrits au Patrimoine mondial de l'Unesco** :

les médinas de Fès (1981) et de Marrakech (1985), le ksar d'Aït-Benhaddou (1987), les médinas de Meknès (1996) et de Tétouan (1997), le site de Volubilis (1997), la médina d'Essaouira (2001) et la cité portugaise d'El-Jadida (2004).

## Décalage horaire

Le Maroc vit à l'heure T.U. (Temps universel). En principe, quand il est 12 h en France, il est 10 h au Maroc en été et 11h en hiver.

## Transports Aériens

L'association recommande vivement de comparer les compagnies charters desservant le Maroc; les prix varient selon différents paramètres non négligeables et ce, allant du simple au double !

<http://www.jetcost.com/>

Comparateur de voyage et billet avion qui cherche en temps réel les offres de plus de 250 sites de voyage : agences de voyages, compagnies aériennes régulières et **low cost**.

Si l'**Arrivée** ou le **Départ** sont en extension : les transferts aéroport/ hébergement à Marrakech sont à la charge du voyageur.

L'association **A.N.L** reste à la disposition de ce dernier pour la réservation auprès du prestataire d'hébergement prévu et uniquement sur demande.

## Formalités d'entrée

### Entrée / Séjour

Le **passport** en cours de validité est exigé et doit être valable au moins 3 mois (6 mois pour les Belges et les Suisses) à partir de la date d'entrée au Maroc.

Aucun visa n'est exigé pour les ressortissants français.

La carte nationale d'identité (CNI) n'est cependant pas reconnue pour pénétrer sur le territoire marocain.

## Vaccinations

Aucune vaccination n'est exigée pour les voyageurs en provenance d'Europe. Certains vaccins sont néanmoins

- utiles pour la protection individuelle du voyageur.
- Être à jour pour ses *vaccinations « universelles »*, recommandées en Europe pour tout le monde : tétanos, polio, coqueluche, diphtérie, hépatite B.
  - Les maladies transmises par l'eau et l'alimentation étant fréquentes au Maroc, il est recommandé - en plus des mesures d'hygiène alimentaire universelles - de se faire vacciner contre la *fièvre typhoïde* et l'*hépatite A*.

## Santé

### *Recommandations générales*

Il est recommandé de souscrire une assurance rapatriement en cas d'accident ou de décès.

Il convient de vérifier l'étendue et la validité au Maroc de la couverture médicale dont on dispose. Les établissements hospitaliers peuvent notamment réclamer le paiement intégral des frais médicaux avant la sortie des patients sous réserve de poursuites judiciaires. Consulter le médecin traitant.

## Monnaie

La monnaie marocaine est le **dirham (Dh)**.

Mi-2010, 1 € valait environ 11 Dh, ce taux étant assez stable depuis plusieurs années. Cette monnaie n'est pas convertible et vous êtes censé quitter le Maroc sans dirham en poche (vous pouvez changer vos dirhams à l'aéroport si vous avez conservé précieusement le ticket de change ou le ticket de carte de retrait).

Attention, au souk, parfois, les petites sommes sont données en riels (1 dirham = 20 riels, autrement dit 1 riel = 5 centimes marocains). Heureusement, lorsqu'ils s'adressent

aux étrangers, les vendeurs ont tendance à convertir de riels en dirhams.

Il est souvent possible de régler en euros. Gare aux taux de change.

**1 EUR (Euro) = 11,2600 MAD (Dirham marocain)**

## **Distributeurs automatiques**

Ils sont désormais nombreux dans le pays et permettent de retirer des dirhams avec la carte *Visa* ou *Mastercard*.

Mieux vaut retirer de l'argent à un distributeur attenant à une agence bancaire pendant les heures d'ouverture de celle-ci, d'autant que, en cas de problème, les distributeurs automatiques marocains gardent la carte...

Pour chaque retrait, une commission variable de l'ordre de 2 %, complétée d'une partie fixe de 3,50 à 5 €, sera débitée de votre compte bancaire. Mieux vaut donc éviter de retirer des petites sommes.

*Attention* : les distributeurs se font rares au sud de Tafraoute et Ouarzazate.

## **Quelques règles d'hygiène**

Pas de risques particuliers, le Maroc n'étant pas un pays au climat malsain. Néanmoins, dans beaucoup d'endroits règnent la mauvaise hygiène et le manque d'eau.

Donc, méfiez-vous des maladies transmises par l'eau.

Voici donc quelques règles universelles à suivre, surtout si vous allez dans des petits villages hors des sentiers battus.

Pensez à vous laver les mains régulièrement, surtout avant les repas. N'importe quel savon est efficace contre les

bactéries, pourvu que le lavage soit vigoureux. Privilégiez les ongles courts.

Selon l'OMS, « la distribution d'eau potable est assurée dans toutes les grandes villes et dans certains villages, mais il est recommandé de boire de l'*eau minérale* ». Exigez qu'elle soit décapsulée devant vous.

Proscrire les boissons non industrielles, les glaçons, le lait et ses dérivés non industriels, les coquillages.

## Climat

Partout, les écarts de température peuvent être importants dans une même journée.

La moyenne annuelle d'ensoleillement est supérieure à 8 h par jour à Agadir, Fès, Marrakech et Ouarzazate, et la température moyenne dépasse les 17 °C.

**Le chergui**, vent sec et brûlant du levant, souffle parfois du désert, et fait grimper le mercure.

**Le printemps** est de loin la meilleure période pour visiter le pays. Les arbres sont en fleurs. À l'automne, tout a été grillé par le soleil d'été ; mieux vaut opter pour les villes impériales.

Pour les régions situées au sud du Haut Atlas, préférez la période d'octobre à mai car, en plein été, la température avoisine les 45 °C.

## Souvenirs

Les non-résidents au Maroc peuvent exporter :

Sans formalités :

- Les produits d'origine marocaine (artisanat ou autres), acquis localement et ce, sans limitation de valeur. La justification du règlement se fait par tout moyen approprié :

bordereau de change, carte de crédit international, chèque de voyage etc.

- des souvenirs de voyage,
- des roches ornementales, fossilifères et/ou des pierres dites semi-précieuses (à condition de ne pas dépasser la dizaine).

**Le non-résident au Maroc peut importer en franchise, sans déclaration et sans formalités, les objets suivants:**

Effets vestimentaires personnels en cours d'usage;

Du tabac (200 cigarettes, ou bien 100 cigarillos, ou 25 cigares, ou 250 grammes d'assortiment de ces produits) ;

Des boissons alcoolisées (une bouteille de vin d'un litre, une bouteille de spiritueux d'un litre ou un autre alcool de même contenance) ;

Des bijoux, des parums et de l'eau de toilette (un flacon de parfum 150 ml, un flacon d'eau de toilette 250 ml;

Des souvenirs, cadeaux etc..., dans la limite d'une valeur globale de 2000 DHS ;

Appareil photographique, caméscope, paire de jumelles ou lecteur de disques ;

Magnétophone, radio, téléviseur portatif, caméra, machine à écrire ou à calculer, micro-ordinateur portatif, téléphone mobile

Engin et équipements sportifs & Instrument de musique  
les cycles à pédales (bicyclettes, tandems, y compris les cycles à moteurs auxiliaires)

Cependant, le non-résident est tenu de **réexporter** ces objets à la fin de son séjour.

## **Achats**

Le Maroc possède un artisanat florissant et un savoir-faire

ancestral.

Impossible de ne pas y succomber !

Sachez toutefois qu'en pays musulman, l'acte d'achat n'est pas anodin. N'hésitez pas à vous renseigner, à comparer, à discuter avec ceux qui connaissent le pays.

## **Les produits**

Les tapis citadins et ruraux, les plateaux et la dinanderie, le cuir, les étains et les poinçons, les minéraux et les fossiles, les bijoux et l'orfèvrerie, les poteries, les couvertures en laine, le bois travaillé, la vannerie, les produits naturels de santé et de beauté, les épices.

## **Savoir-vivre et coutumes**

Il est recommandé en toutes circonstances d'adopter un comportement décent et discret, et de se montrer respectueux des lieux de culte musulmans.

Il est formellement interdit aux non-musulmans d'entrer dans les lieux de culte musulmans. Seuls les hauts lieux du tourisme peuvent être visités.

Observer les **us et coutumes locaux variables** d'une région à l'autre mais ressortissant néanmoins des traditions musulmanes.

Il convient donc, pour les femmes :  
d'adopter le port du pantalon et de la jupe au-dessous du genou.

à la plage, de porter un maillot de bains une pièce.

Il convient particulièrement durant cette période de séjour d'adopter des tenues vestimentaires décentes.

## Ce qu'il faut faire

Se déchausser avant d'entrer dans une pièce quand on voit des chaussures déposées près de la porte.

Si vous êtes invité dans une famille à la campagne, n'hésitez pas à répondre à toutes les questions que l'on vous posera et qui, parfois, vous paraîtront indiscrètes.

Prolonger la pause-thé en acceptant plusieurs verres, même si l'on n'a plus soif.

Si l'on a photographié ses amis marocains, ne pas oublier de leur envoyer les clichés au retour. C'est vrai partout, mais encore plus au Maroc qu'ailleurs.

Considérer le fait que tous les jeunes hommes qui se promènent main dans la main (ou plutôt doigt dans la main) est un signe d'amitié et non d'homosexualité.

## Ce qu'il ne faut pas faire

Porter une tenue un tant soit peu dénudée. Les shorts et les vêtements sans manches sont considérés comme indécents dans certaines régions peu touristiques. Idem sur les plages (le nudisme est interdit). Autour des piscines des grands hôtels, ne vous laissez pas non plus aller aux joies du bronzage topless. C'est une règle de respect élémentaire à l'égard du personnel marocain.


S'adonner au bronzage intégral sur la terrasse d'un *riad*.

Se faire des mamours en public.

Essayer d'entrer dans une mosquée, une koubba, un mausolée qui n'est pas explicitement ouvert aux touristes.

Se moucher bruyamment en public, surtout pendant un repas.

Éructer bruyamment en fin de repas, sous prétexte de



respecter une vieille coutume maghrébine.  
Toutes les familles ne pratiquent pas ainsi.  
Refuser le thé que l'on vous offre.  
Critiquer l'organisation marocaine, et surtout la religion ou  
la monarchie.

## La Culture du Maroc

### Cuisine

La cuisine est ici affaire de femmes et les recettes se transmettent de mère en fille. Les hommes, eux, s'occupent du thé et n'ont pas accès aux fourneaux. Pour déguster les véritables spécialités marocaines, il faut être invité dans une famille.

### Spécialités

*Les salades* commencent généralement un repas.

Une simple salade de tomates, d'oignons et de poivrons a une saveur particulière grâce à la coriandre ou au *kamoun* (le cumin). La salade *mechouia*, consommée de Tunis à Tanger, est réalisée à base de tomates et de poivrons cuits, d'ail, d'huile d'olive et de jus de citron. Dans les restaurants respectant la tradition, on vous apportera une variété de salades d'olives (*meslalla*), de fenouil, de carottes râpées sucrées et parfumées à la fleur d'oranger, de *feggous* (des petits concombres longs et fins).

*Le tajine* est le plat le plus répandu au Maroc.

Ce n'est pas tant une recette particulière, qu'un mode de cuisson. Tantôt épicé, tantôt sucré, parfois les deux, il est préparé à base de légumes et de poisson ou de viande. C'est

le plat familial par excellence, mais c'est également une tradition rurale. De la ville au fin fond de la campagne, il est toujours consommé en commun.

On mange à même le plat !

*Le couscous* est le plat que l'on mange traditionnellement en famille le vendredi après la prière de *dhuhr* (de midi).

Le couscous marocain n'est pas très épicé. La semoule de blé ou d'orge est roulée par des mains expertes et cuite à la vapeur. Elle accompagne des légumes : potiron, courgettes, navets... ou des légumineuses, telles que les fèves, les pois, les lentilles. On y trouve également de la viande de bœuf ou de mouton, rarement du poulet et jamais de merguez.

*Les brochettes grillées* sur les braises offrent l'avantage de constituer un repas rapide et bon marché, en plein air ou dans le souk.

Elles se mangent avec du pain.

*Les keftas* sont des brochettes ou boulettes de viande hachée épicée. Il existe aussi les *keftas de sardines*, assaisonnées à l'huile d'olive et que l'on achète en petites boîtes dans n'importe quelle épicerie.

*Les soupes* sont servies dans la plupart des petits restaurants, principalement la célèbre *harira* qui, pendant le mois du **ramadan**, sert à rompre le jeûne quotidien.

C'est une soupe de légumes secs très parfumée, assez épaisse, contenant parfois des petits morceaux de viande.

*Les briouate* sont des petits beignets constitués de feuilles

de pâte de *pastilla* et farcis de viande hachée, de cervelle, de saucisses, de poisson, d'amandes, etc.

*La pastilla* est un grand gâteau de pâte feuilletée aux amandes, fourré généralement de hachis de pigeon ou de poulet, et saupoudré légèrement de sucre et de cannelle.

*Le méchoui* est un plat de fête.

Il marque souvent le dénouement d'un événement. Au Maroc, il est souvent cuit à l'étouffée dans un four en argile spécialement construit à cet effet.

*Le poisson* est excellent... quand il est frais !

Grâce au courant froid qui baigne les côtes atlantiques, le littoral marocain est très poissonneux. Mieux vaut tout de même le consommer dans les villes côtières.

## Pâtisseries

Les plus connues, sont les *kaab el ghzal* ou cornes de gazelle, mais vous pouvez essayer les *briouate* au miel et aux amandes, les *griouch*, le *haloua rhifa* (gâteau en forme de cône servi à l'occasion d'un mariage, d'une naissance ou d'une circoncision), les *ghoriba* aux amandes ou aux graines de sésame, les *bechkito* (des petits-beurre croustillants), les *mhanncha* (sorte de serpents lovés et recouverts de cannelle en poudre), les *shebbakia* (rubans de pâte frits avec du miel chaud et des graines de sésame grillées, typiques du ramadan).

Pour nous, la palme revient à la *pastilla* au lait, dite *ktéfa*.

Ce dessert succulent est fait de feuilles de *ouarka* (pâte à base de farine et d'eau, qui doit être élastique) parfumées à

la fleur d'oranger, superposées les unes sur les autres avec des amandes pilées, sur lesquelles on verse avant de servir un peu de lait refroidi.

Dans le Sud, sucre et miel disparaissent. On ne trouve quasiment que des biscuits sablés.

## Boissons

### Eau

L'eau du robinet est garantie potable et les Marocains en boivent quotidiennement.

Mais elle a un fort goût de désinfectant. Rabattez-vous plutôt sur les eaux minérales plates ou gazeuses en bouteille. Pour plus de sûreté, mieux vaut que la bouteille soit ouverte devant vous.

Gare à l'eau de source, très souvent polluée.

Si vous ne pouvez pas faire autrement que de la boire, désinfectez-la avec des pastilles de *Micropur*® *DCCNa* ou d'*Hydroclonazone*.

### Sodas et jus de fruits

On trouve des sodas partout. Selon les endroits, vous pourrez boire de délicieux jus de fruits frais (jus d'orange, de lait d'amande, jus de banane, d'avocat, etc.).

Veillez toujours à ce que les oranges soient pressées sous vos yeux et servies dans des verres essuyés.

Nombreux sont les vendeurs qui coupent le jus avec de l'eau. Le résultat peut être désastreux pour les intestins.

## Alcool

Les musulmans, théoriquement, ne boivent pas d'alcool : le Coran le leur interdit. Ainsi, la grande majorité des restaurants marocains ne disposent pas de licence de débit de boissons alcoolisées.

## Bière

La bière locale, la *Flag Special*, est assez légère et brassée sous licence à Casablanca. Un peu plus forte, la *Casablanca* a plus de goût. La *Stork* est une bonne bière, brassée à Marrakech, Casa et Fès (où la pureté de l'eau locale la rendrait meilleure, paraît-il !). Enfin, la *Heineken*, brassée aussi à Casablanca, est moins chère que les bières importées que l'on peut se procurer dans les centres touristiques.

## Vin

Les vins locaux sont produits dans la région de Meknès (région de Volubilis) depuis l'époque romaine, et présentent bien des qualités. Les conditions de vinification s'étant beaucoup améliorées, le goût s'en ressent.

On retiendra :

**dans les rouges**, , les cépages cabernet : la cuvée-du-président (eh oui !), le médaillon, *le domaine-de-sahari*, *le ksar*, *le guerrouane*, *l'amazir* ou *le siroua*

**dans les blancs** : *le val-d'argan*, chaud-soleil, *valpierre* et *le muscat de Beni-Snassen*

**dans les rosés** : le président, *le guerrouane* . Les rosés sont, en général, un peu forts. On préfère de loin le gris comme *le domaine-de-sahari* et surtout le gris de *Boulaouane*, plus léger.

## *Mahia*

La *mahia* est un alcool de figues qui titre 40°. Auparavant produite par de petites entreprises familiales, elle est maintenant distillée d'une manière industrielle à Casablanca. Excellente pour conclure un bon repas, à condition de ne pas en abuser. Mélangée à des jus de fruits, elle permet de faire de très bons cocktails.

## **Thé**

Au Maroc, on consomme généralement du thé vert de Chine avec beaucoup de menthe. En 150 ans, c'est devenu *une véritable institution* au Maroc, une cérémonie à laquelle on n'échappe pas.

Il est généralement préparé par le maître de maison ou, en son absence, par son fils ou par le doyen de la famille.

## **Habitat**

### *Les kasbah*

Dans le Sud, vous rencontrerez au milieu des palmeraies ces superbes bâtisses fortifiées en pisé. Autrefois résidence du seigneur, la *kasbah* joua un rôle fondamental pendant des siècles. Elle servait à la fois d'abri pour les récoltes et de refuge aux oasiens quand les pillards du désert devenaient menaçants.

Les *kasbah* comprennent trois niveaux : le rez-de-chaussée est consacré aux animaux, avec une étable et une pièce pour les activités agricoles ; le 1<sup>er</sup> étage est l'espace central, réservé aux femmes, avec sa cuisine à ciel ouvert ; le 2<sup>e</sup> étage est constitué du salon de réception, réservé aux hommes, l'ensemble étant coiffé d'une terrasse.

Certaines d'entre elles, inscrites au Patrimoine mondial de l'Humanité par l'Unesco à la fin des années 1980, font l'objet d'un programme de conservation.

### ***Les riad & dar***

Le terme *riad* signifie en fait « jardin clos », tandis que *dar* veut dire « maison ».

Le *riad* est toujours de plain-pied. C'est en quelque sorte la maison bourgeoise de la médina. Dans un *dar*, on compte deux étages maximum, un salon de réception au rez-de-chaussée et une terrasse.

Par abus de langage, on utilise le terme riad pour qualifier des maisons traditionnelles construites autour de cours intérieures.

La vie familiale s'organise autour de ces cours intérieures.

Les différentes pièces ne communiquent pas nécessairement. Les fenêtres s'ouvrent sur la cour intérieure alors que les murs donnant sur la rue ne disposent d'aucune fenêtre.

### **La tente berbère**

C'est l'habitat utilisé par les nomades en transhumance avec leurs troupeaux.

La tente (*khäïma*) de couleur marron est tissée en laine de mouton ou en poil de chèvre.

On retrouve l'espace réservé aux femmes et aux enfants, et un autre espace de réception, que les hommes utilisent pour dormir. Le sol est recouvert de nattes, de tapis et de coussins.

# Musique & danse

## La musique populaire

Variée et imaginative, la musique populaire est en constante évolution.

Ce sont des chansons légères, en langue arabe dialectale, destinées surtout à divertir.

Le *griha* est une improvisation poétique, à l'origine purement vocale, qui s'est ensuite discrètement accompagnée de *oud* (sorte de luth arabe) ou de violon avant de laisser place aux percussions. La musique de cortège fait la part belle à une sorte de hautbois, le *ghaïta*, et au tambour *tabala*.

La *ghounia* est une chanson légère qui utilise des thèmes d'actualité.

En marge de cette dernière, notons le *raiï*, d'origine algérienne, qui a fait des émules au Maroc.

Il faut aussi citer les *Nass el-Ghiwane*, groupe qui s'est fait connaître par des textes engagés chantés sur des rythmes traditionnels.

## La musique berbère ou rurale

La musique rurale, notamment berbère, est souvent indissociable de la danse et de la poésie, et a gardé, dans son isolement pastoral, toute son authenticité.

Elle est inspirée de la campagne marocaine ; les chants et danses des paysans sont de magnifiques spectacles.

Ils ont très souvent une fonction religieuse.

# Téléphone & télécommunications

## Téléphone

De la *France, la Belgique ou la Suisse vers le Maroc* :

00 + 212 (indicatif du pays) + numéro d'appel à 9 chiffres (depuis la nouvelle numérotation) sans le 0 initial.

- *Du Maroc vers la France* : 00 + 33 + numéro du correspondant à 9 chiffres (sans le 0 initial).

**ATTENTION**, depuis mars 2009, *Maroc Telecom* a mis en place une nouvelle numérotation téléphonique.

Les numéros sont passés à 10 chiffres (au lieu de 9).

Voici les changements :

- Pour tous les numéros fixes, on insère « 5 » après le « 0 ».
- Pour les portables, un « 6 » est placé après le « 0 ».
- Pour les numéros gratuits commençant par « 08 », on ajoute « 0 » après le « 08 ».
- Pour les numéros qui débutent par « 09 », il faut insérer un « 8 » avant le « 9 ».

### Conséquence de ces changements

Les numéros marocains se présentent de la même façon que les numéros français.

Avec votre *téléphone portable*, pas de problème si vous avez contracté une option « **monde** ».

La couverture s'est nettement améliorée.

Pour l'Union européenne, il vous en coûtera un peu plus de 1 €/mn en *roaming*, avec votre opérateur national.

N'oubliez pas que vous payez aussi à l'étranger les appels reçus du territoire d'origine.

## Les cybercafés

Il y en a un peu partout, y compris dans les petites villes. 1 h revient à moins de 10 Dh (0,90 €) et même, parfois, à moins de 5 Dh.

La plupart sont équipés de logiciels type *skype* avec microphones et haut-parleurs pour des communications quasi gratuites.

## Numéros utiles

### A MARRAKECH

**Consulat Général** : tel. [212](0)5 24 38 82 00, fax: [212] (0)5 24 38 82 33

**Site internet** : [www.consulfrance-ma.org](http://www.consulfrance-ma.org)

**Commissariat central** : [212](0)5 24 43 00 89/ [212](0)5 24 43 05 70

### **Médecins du poste:**

Docteur Frédéric REITZER, généraliste : [212](0)5 24 43 95 62 GSM : [212](0)6 61 17 38 03

### **Cliniques**

Clinique Ibn Tofail : [212](0)5 24 43 63 53/[212](0)5 24 43 87 18

Polyclinique du Sud : [212](0)5 24 44 79 99

Polyclinique de la C.N.S.S. : [212](0)5 24 34 70 51

Polyclinique « Les Narcisses » : [212](0)5 24 44 75 75

Polyclinique de la Koutoubia : [212](0)5 24 43 85 85

Ambulances Trari : [212](0)5 24 44 37 24

**ALLO MEDECINE D'URGENCE** : [212](0)5 24 40 40 40

Sources [ttp://www.diplomatie.gouv.fr/fr/](http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/)

**A.N.L**  
**DÉCOUVERTES & RENCONTRES & ENVIRONNEMENT**

**« LA ZÈBRA' TTITUDE LIFE STYLE... »**



***...TOUT UN ART DE VIVRE ! »***

***"LES LIMITES DE NOS RÉALISATIONS DE DEMAIN,  
CE SONT NOS DOUTES D'AUJOURD'HUI."***

**FRANKLIN ROOSEVELT**

**L' ASSOCIATION NOVATRICE DE LOISIRS.**

**« ADVENTURE NO LIMIT, LE CLUB. »**

**RÉSERVATION SUR LE SITE & CONTACT. KARINE LOPEZ**

**WWW.ADVENTURENOLIMIT.COM/KARINE@ADVENTURENOLIMIT.COM**

**TEL. (33)6.28.71.08.40**

**N° SIRET . 518 216 544 00016**

**MAAF N°83175482**