

AUX
SOURCES
DE L'ÊTRE

VOYAGES MIEUX-ÊTRE

MARCHE AFGHANE &
LIBÉRATION KARMIQUE

SÉJOUR D'EXCEPTION

accompagné par une équipe d'expérience



SUD MAROCAIN

À la découverte de soi *au coeur du désert*

Du 9 au 22 octobre 2026

(14 jours / 12 nuits)

spiritours
VOYAGES DE
RESSOURCEMENT

Détenteur d'un permis du Québec

À la découverte de soi au coeur du désert

Marcher dans le désert est un rêve qui anime beaucoup de voyageurs. Cheminer dans ce vaste espace mythique appelle à la présence, induit à l'émerveillement et la puissance de la rencontre. En effet, de l'aurore au crépuscule, un ciel immense guide nos pas vers l'intériorité et la grâce du moment présent. Lors de ce séjour, nous vous invitons non seulement à découvrir le souffle d'une marche consciente à travers la marche afghane, mais à vivre en parallèle un accompagnement d'exception sur la libération karmique, une démarche intuitive profonde. Bref, un séjour mémorable avec comme arrière-plan fertile le Sud marocain et le mystérieux Sahara, l'hospitalité légendaire des gens du désert et une culture multi millénaire en partage, le tout accompagné de facilitateurs d'expérience. Un voyage d'exception.

**Ce programme est sujet à changement selon le « Inch'allah » traditionnel du peuple Berbère.*

Moments forts

- Libération du souffle et marche consciente dans le désert
- Exploration de patterns trans-générationnels limitants
- Visites de Marrakech, Ouarzazate, Zagora, Agadir et Taroudant

Les plus

- Improvisation musicale rythmique avec un expert percussionniste
- Cercles de parole shamaniques
- Dégustation de la cuisine berbère au désert
- Yoga des voyelles sur la dune
- Expérimentation du bain sauna traditionnel (hammam)





Accompagnement

Sylvie Alice Royer et Pierre Bolduc

Sylvie Alice est la fondatrice de Marche afghane Québec et l'auteure des ouvrages «La marche afghane pour tous» et «J'apprends la marche afghane» publiés chez Thierry Souccar Editions. Avec son conjoint et collaborateur Pierre, ils ont accompagné en 2019 deux groupes de marche au Sahara marocain. Sylvie Alice a vécu 5 ans au Maroc. En juin 2026, elle sera accréditée en tant que facilitatrice en libération karmique. Pierre est boulingueur dans l'âme et amateur de grands espaces. La pratique de la marche afghane, la voile et le paraski participe notamment à l'expression de son goût de liberté. Il se passionne en marche afghane pour l'accompagnement individuel sur le terrain.

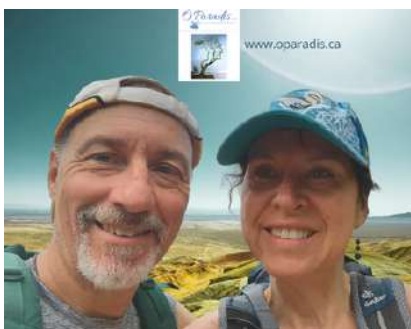
www.marcheafghanequebec.com



Line Paradis et Daniel Ferland

Line est une accompagnante dans l'âme et une accompagnante de l'âme! Depuis 2002, elle offre des soins énergétiques et shamaniques, seule et en collaboration avec son conjoint Daniel avec qui elle enseigne également le Reiki shamanique, la fabrication de tambour et autres ateliers créatifs et de développement personnel. Depuis 2014, elle est guide spirituelle dans le cadre de rituels de libération karmique. À cet égard, elle forme des facilitateurs depuis 2022 en compagnie de son partenaire Daniel. Elle est aussi «doula», soit accompagnante à la naissance. Sa passion, c'est l'humain; sa force, la générosité et l'écoute. Daniel est un passionné de musique multi-instrumentiste. Il enseigne les percussions en établissements scolaires et anime des ateliers en entreprise. Il fabrique et répare des djembés (instrument traditionnel de percussion). Il excelle dans l'improvisation musicale. Son approche en soins shamaniques est unique et conjugue ses connaissances de l'énergétique sonore avec les rituels de libération karmique. Ayant gardé un cœur d'enfant, il guide naturellement vers le chemin qui mène à soi.

www.oparadis.ca



Le profil de votre voyage



Détente et ressourcement

Ces voyages sont tout particulièrement conçus pour vous offrir un cadre propice à la détente et au ressourcement, avec un programme souple permettant des temps de silence, de méditation (ou prière) et de contemplation de la nature.



Développement personnel

Le programme de ces forfaits comprend des ateliers thématiques de développement personnel animés par votre accompagnateur.



Modéré +

+ de 4 h à 6 h de marche par jour, exige un entraînement avant de partir et une excellente santé.



Marche spirituelle

Indique que le programme comprend de la marche dans des lieux naturels (montagne, désert, champ) et parfois dans les villes et villages. Ce sont des marches contemplatives que nous vous proposons de faire en silence, afin de favoriser l'intériorité.

Itinéraire

JOUR 1 | VENDREDI 9 OCTOBRE 2026 DÉPART DE MONTRÉAL

Vol direct de Montréal à Agadir avec Royale Air Maroc ou similaire. Nuit à bord.

JOUR 2 | SAMEDI 10 OCTOBRE 2026 ARRIVÉE À AGADIR

Arrivée à Agadir. Accueil à l'aéroport par votre guide local francophone et transfert à l'hôtel. Journée libre pour repos et acclimatation. Souper à l'hôtel. Nuit à Agadir.

JOUR 3 | DIMANCHE 11 OCTOBRE 2026 AGADIR – TAROUDANT – OUARZAZATE

Départ en minibus d'Agadir vers Ouarzazate. Arrêt à Taroudant (≈ 80 km / ~1h30), charmante ville fortifiée surnommée « la petite Marrakech », pour une courte découverte de ses remparts et souks colorés. Transfert vers Ouarzazate (≈ 270 km / ~5h). Arrivée à Ouarzazate, installation à l'hôtel. Temps de repos. Introduction « Libération du souffle ». Souper à l'hôtel. Nuit à Ouarzazate.

JOUR 4 | LUNDI 12 OCTOBRE 2026 OUARZAZATE – M'HAMID – DÉBUT DU DÉSERT

Petit-déjeuner à l'hôtel. Exercices de « Libération du souffle ». Transfert vers M'Hamid en minibus jusqu'à Zagora (≈ 160 km / ~3h), puis en 4x4 vers M'Hamid (≈100 km / ~2h). Dîner en route à Zagora. Rencontre de l'équipe berbère (chameliers, cuisinier). Prise de contact avec les dromadaires. Installation au premier bivouac. Atelier d'introduction à la marche afghane. Première nuit sous les étoiles. Coucher dans le désert.

JOURS 5 À 9 | 13 AU 17 OCTOBRE 2026 MÉHARÉE DANS LE DÉSERT

Chaque journée comprend: Exercices de « Libération du souffle ». Méharée en marche silencieuse (4–5h/jour). Accompagnement individuel à la marche afghane. Pause sous les tamaris en milieu de journée. Installation du campement en début d'après-midi. Dîner et repos sous la tente. Sessions de cercles sacrés de libération karmique. Yoga des voyelles sur la dune. Souper au fanal. Cercle de parole «shamanique», feu, percussions et chant. Coucher dans le désert chaque nuit.

JOUR 10 | DIMANCHE 18 OCTOBRE 2026 JOURNÉE SANS MARCHÉ – CAMP DE FOUM Z'IGUID

Journée complète au cœur du désert. Temps d'intégration et de repos. Sessions de cercles sacrés de libération karmique. Nuit au camp permanent de Foug Z'Iguid.

JOUR 11 | LUNDI 19 OCTOBRE 2026 DÉSERT – ZAGORA

Départ tôt en 4x4 pour Zagora (≈ 130 km / ~2h). Installation à l'hôtel. Temps libre et repos. Visite de la médina de Zagora. Nuit à Zagora.

JOUR 12 | MARDI 20 OCTOBRE 2026 ZAGORA – MARRAKECH

Départ tôt en minibus pour Marrakech (360 km – environ 7h). Pause-dîner en route. Arrivée à Marrakech, installation à l'hôtel. Repos. Nuit à Marrakech.

JOUR 13 | MERCREDI 21 OCTOBRE 2026 DÉCOUVERTE DE MARRAKECH

Petit-déjeuner à l'hôtel. Spa – hammam traditionnel. Visite guidée de Marrakech: médina, souks, quartiers historiques. Dîner festif en ville. Retour à l'hôtel, repos et souper. Nuit à Marrakech.

JOUR 14 | JEUDI 22 OCTOBRE 2026 MARRAKECH – MONTRÉAL

Transfert à l'aéroport pour vol retour.

Itinéraire sujet à changement - Circuit exclusif, tous droits réservés

Hébergements:

- Agadir: Hôtel Club Al Moggar
- Ouarzazate : Hôtel Ecolodge La Palmeraie
- Zagora: Hôtel Le Tinsouline
- Marrakech: Hôtel Palais Al Bahja





Ce qui vous attend

DÉROULEMENT

Nous nous déplaçons au gré des humeurs de Dame nature, la méharée (randonnée dans le désert avec dromadaire) est adaptée en conséquence. Tous les jours, le campement est déplacé; nous marchons entre trois et cinq heures, du matin au début de l'après-midi. La marche est silencieuse et lente avec un niveau de difficulté généralement facile, occasionnellement intermédiaire. Les dromadaires portent les bagages et au besoin permettent au marcheur fatigué de souffler un peu. Chaque journée commence par un temps méditatif, des exercices de libération du souffle et un petit-déjeuner sur la dune. Au retour de la méharée, sous la grande tente berbère, après repos et collation, les sessions de rituels de libération karmique prennent place au fil des jours pour chacun. Une rencontre à soi, à nos ancêtres, à ce qui peut entraver notre évolution spirituelle. Un voyage intérieur où le corps, l'âme et le vivant en soi s'allient pour vivre un retour à l'essentiel dans la douceur et le plaisir.

Au coucher du soleil, une séance de «yoga des voyelles» est proposée pour se détendre dans l'allégresse et se préparer intérieurement au cercle de parole qui précède le souper, un régal renouvelé (pain cuit dans le sable, etc) préparé par l'équipe marocaine. Le soir, sous le magnifique ciel étoilé, le silence est d'or, mais la parole des coeurs est encore plus précieuse. À l'occasion, musique et chant traditionnel et exceptionnellement un atelier de «stomp», cette façon créative de combiner des rythmes musicaux en tapant des pieds ou des mains et avec le matériel à disposition: ustensiles, chaudrons, sable, etc. Peu importe les «outils» utilisés, le résultat est une joyeuse orchestration à la mesure de l'inventivité du moment. Plaisir assuré!

La nuit venue, lové dans son sac de couchage, on dort dans de petites tentes individuelles ou au choix à la belle étoile. La grande tente berbère peut également accueillir les dormeurs. Bien sûr, le séjour comprend différentes occasions de vibrer aux us et coutumes du Maroc notamment à travers l'exploration des médinas si typiques, sans oublier Marrakech la Rouge, Ouarzazate et Zagora. Ajoutons à ce tableau festif l'une des meilleures gastronomies au monde, un artisanat extraordinaire et la tradition du hammam à expérimenter.

RENCONTRES PRÉPARATOIRES ET SUITE AU RETOUR

Outre une rencontre préparatoire en ligne afin de répondre à toutes les interrogations des participants concernant les différents aspects du séjour, notamment au désert, Sylvie Alice et Pierre offriront gracieusement en présentiel un atelier d'introduction à la libération du souffle et la marche afghane quelques mois avant le départ. Une rencontre-partage en présentiel est proposée aux participants environ un mois après le retour.



Informations

Prix

Réservez-tôt*:

- 4 539\$/pers. (en occupation double)
- 4 964\$/pers. (en occupation simple**)
- 3 569\$/pers. (en occupation double, sans vols***)
- 3 994\$/pers. (en occupation simple**, sans vols***)

*Rabais de 100\$ si inscription avant le 9 juin 2026.

Prix régulier:

- 4 639\$/pers. (en occupation double)
- 5 064\$/pers. (en occupation simple**)
- 3 669\$/pers. (en occupation double, sans vols***)
- 4 094\$/pers. (en occupation simple**, sans vols***)

**Selon disponibilité, quantité limitée.

***Nombre de places limité.

* Spiritours offre la possibilité de jumelage. S'il nous est impossible de vous jumeler, Spiritours assumera les frais additionnels, pour les inscriptions à plus de 60 jours du départ mais se garde le droit de vous jumeler même pendant le voyage au besoin.

* Tous les prix sont basés sur le taux de change en vigueur au 20 janvier 2026.

CE FORFAIT COMPREND

- Vols Montréal-Agadir et Marrakech-Montréal avec Royal Air Maroc ou similaire
- Hébergement en hôtel 3* et 4* (5 nuits)
- Trekking et bivouac dans le désert
- Tous les transferts sur place selon l'itinéraire
- Service d'un guide local francophone
- Services de guides berbères du désert avec chameliers et cuisinier
- Visites selon itinéraire
- Les services et ateliers de vos accompagnateurs
- Portage des bagages à l'aéroport et dans les hôtels
- Tous les repas
- Toutes les taxes

CE FORFAIT NE COMPREND PAS

- L'assurance voyage
- Les boissons
- Les pourboires
- Les dépenses personnelles
- Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyage (gratuit présentement).

*Spiritours est détenteur d'un permis du Québec.

Conditions pour les clients achetant un forfait sans vols internationaux

1. Achat de billets d'avion : Nous vous conseillons fortement d'attendre que le départ soit garanti avec le nombre minimum de participants avant d'acheter votre propre billet d'avion.
2. Transfert aéroport-hôtel : Le transfert entre l'aéroport et l'hôtel est à vos frais, sauf si vous pouvez arriver à l'aéroport avant le groupe et repartir après le groupe au retour. Nous vous fournirons l'heure et le numéro de vol du groupe afin que vous puissiez, si possible, bénéficier du transfert avec le groupe. Sinon, vous devrez assumer les frais de votre transfert jusqu'à l'hôtel où sera hébergé le groupe.

Inscription

Date limite d'inscription: Le 9 août 2026

(à 60 jours du départ ou quand le nombre maximum des passagers est atteint). Possibilité de s'inscrire après cette date, un supplément pourrait s'appliquer.

Pour vous inscrire

Vous pouvez vous inscrire sur notre site Internet (voir haut de la page web du voyage, à droite) ou télécharger et remplir le formulaire PDF et nous l'envoyer avec votre dépôt de 750\$. Il faut s'inscrire le plus tôt possible, car les places sont limitées. Veuillez joindre à votre inscription une photocopie de votre passeport (voyages internationaux seulement).

Assurance-voyage

Pour une assurance voyage, communiquez avec nous afin de connaître votre prime.

Nb de participants

Minimum 14 - Maximum 14

Documentation requise

Tous les voyageurs canadiens qui se rendent au Maroc doivent être en possession d'un [passeport encore valide six mois après la date de retour prévue](#) au pays. Aucun visa pour les citoyens canadiens et français.

Pour de plus amples informations veuillez contacter

Annie Camden

(514) 374-7965, poste 207

annie.camden@spiritours.com



FAQ

Comment pouvons-nous aller à la salle de bain dans le désert du Maroc?

Il n'y a pas de toilette sèche dans le désert. Vous devez donc aller dans un endroit caché/plus intime comme derrière une dune. Pour ne pas laisser de traces, chacun brûle sur place son papier toilette. Il convient de porter avec soi des allumettes ou un briquet.

Dormons-nous à la belle étoile pendant les nuits dans le désert ?

Deux possibilités s'offrent à vous: dormir dans la tente berbère ou dans une tente individuelle.

Comment puis-je me toiletter dans le désert ?

Nous suggérons d'apporter des serviettes humides (les lingettes de bébé sont appropriées) pour vous nettoyer à tous les jours. Il faut noter que la température est sèche dans le désert donc nous transpirons peu. Certaines boutiques de sport ou de plein air vendent également du savon en feuilles qui peuvent être une bonne solution de rechange.

L'eau est-elle potable ?

L'équipe de berbère nous procure suffisamment d'eau potable pour boire. Nous faisons le plein dans des gourdes individuelles, chaque matin et lors des pauses de marche.

Dois-je me procurer des bottes de marche ou souliers de marche pour le voyage ?

Tout est une question de choix personnel. Certaines personnes préfèrent marcher avec des bottines qui soutiennent un peu mieux la cheville, mais qui ont le désavantage d'être plus chaudes. D'autres personnes préfèrent marcher avec un bon soulier de marche ou encore avec des sandales confortables de type sport avec des chaussettes.

Dois-je être en forme pour m'inscrire à ce voyage ?

Nous marchons environ 5 heures par jour à un rythme assez lent et le campement se déplace à tous les jours. Au besoin, il y a toujours possibilité de prendre une pause à dos de dromadaire, mais il n'y a pas suffisamment de dromadaires pour tous les clients qui doivent transporter le matériel et les bagages. Vous devriez toutefois être en mesure de marcher environ 2-3 heures sans problème pendant quelques jours consécutifs. Nous traversons à travers des déserts rocaillieux et dunes de sables.

Conditions générales

Dépôt et paiement

Un dépôt de 750 \$ pour les voyages en avion ou 25 % du montant total pour les voyages en autobus est requis au moment de votre réservation ainsi que la prime d'assurance-annulation, si désirée. Le solde devra être payé au complet au moins 60 jours avant le départ pour les voyages en avion et 45 jours avant le départ pour les voyages en autobus. En cas de retard pour le paiement final, notez que la réservation sera automatiquement annulée, entraînant les frais d'annulation sous-mentionnés.

Note importante : certains voyages et événements spéciaux peuvent être assujettis à des conditions particulières de réservation, d'acompte et de date de paiement final.

Frais d'annulation

Pour les voyages à l'international et/ou en avion

Jusqu'à 60 jours avant le départ : 750\$ de pénalité

À moins de 60 jours avant le départ : aucun remboursement

Pour les voyages à l'intérieur de la province du Québec et/ou par autocar

Jusqu'à 45 jours avant le départ : 25 % du montant total

De 45 à 21 jours avant le départ : 50 % du montant total

À moins de 21 jours avant le départ : aucun remboursement

Frais de changement : 100\$ de pénalité (changement de nom, modification date de retour et tout autre changement important). À moins de 60 jours toute modification sera considérée comme une annulation.

Extension (déviation): vous devez en faire la demande par écrit, il y aura un frais de changement + différence tarifaire pour le billet de retour au prix du jour. Le retour doit obligatoirement être du même aéroport que le groupe.

Note importante: certains voyages et événements spéciaux peuvent être assujettis à des conditions particulières d'annulation.

Spiritours se réserve le droit d'annuler un voyage si le nombre de participants n'est pas atteint à la date limite, un remboursement complet représentera le règlement définitif envers le passager. Spiritours se réserve aussi le droit de repousser la date limite à 45 jours du départ, de changer les dates du voyage ou la compagnie aérienne au besoin. Si pour des raisons de force majeure le voyage doit être suspendu par Spiritours, ce dernier se réserve le droit de reporter à des dates ultérieures ou d'annuler, mais ne sera pas responsable des sommes non-remboursables déjà versées aux fournisseurs. Spiritours ne saurait être tenu d'intervenir lors de difficultés entre les autorités d'un pays et un membre du groupe qui ne se serait pas conformé aux lois, coutumes, règlements et traditions du pays d'accueil.

Assurances

Les voyageurs sont invités à se procurer une assurance-annulation dans le cas où, pour des raisons majeures (maladie, blessure ou décès survenant à eux-mêmes ou à un membre de leurs proches), ils devaient annuler leur voyage avant le départ ou modifier l'itinéraire en cours de route. De plus, nous recommandons fortement de prendre une assurance médicale. Le coût des assurances n'est en aucun cas remboursable.

Les voyageurs doivent prendre connaissance dans leur contrat d'assurance de la nature de la garantie, des risques assurés, des exclusions, limitations et réductions de garanties, ainsi que des procédures de résiliation que contient le produit d'assurance.

Réclamation

Vous devez aviser le représentant de Spiritours le plus rapidement possible de toute réclamation éventuelle. À l'étranger, vous devez immédiatement communiquer avec votre accompagnateur ou la direction de l'hôtel afin que la situation puisse être corrigée.

Prix indiqués

Sauf en cas d'indication contraire, tous les prix sont en dollars canadiens. Les prix sont sujets à changement jusqu'à 30 jours avant la date du départ en cas de hausse du prix du carburant imposée par le transporteur ou une augmentation du taux de change de plus de 5% depuis la date de publication du prix du voyage. Si la modification du prix de votre voyage est égale ou supérieure à 7% du prix original, vous pouvez demander de vous faire rembourser ou d'échanger votre voyage contre un autre, similaire.

Responsabilité de Spiritours

Spiritours ne peut être tenu responsable des actes, oublis, erreurs ou événements, pertes, dommages ou accidents durant le voyage, ainsi que des retards ou annulation dus à une entreprise de transport. Spiritours ne peut être tenu responsable de quelque dommage subi par le voyageur pour maladie, blessure, perte, incommodité ou anxiété. Spiritours décline également toute responsabilité quant à tout dommage découlant d'un acte gouvernemental, de troubles politiques, grèves, actes fortuits. Spiritours n'effectuera aucun remboursement quelles que soient les circonstances d'un retour prématuré ou d'une partie non complétée, ni pour les services non utilisés par les voyageurs. La responsabilité de Spiritours découlant du défaut de fournir un service ou un avantage décrit dans le présent document est limitée au coût de tel service ou avantage.

Responsabilité du voyageur

Le voyageur est responsable de s'informer sur les exigences d'entrée et de sortie du pays qu'il prévoit visiter. Dans l'éventualité que le voyageur ne possède pas la documentation requise, il pourrait se voir refuser le passage par les autorités.

Le voyageur s'engage à accepter toute directive raisonnable relative au forfait émis alors que le passager est à l'étranger. Dans le cas où un passager aurait une conduite préjudiciable aux autres voyageurs ou aux fournisseurs de services, et persistait dans sa conduite malgré un avertissement formel du fournisseur de services ou de son représentant, le passager serait expulsé du groupe et devrait assumer tous les frais occasionnés par sa conduite y compris tous les frais supplémentaires que le passager devrait déboursier pour son hébergement, nourriture et transport.