

MAURITANIE

# La Grande Traversée de l'Adrar

- Une traversée de Chinguetti à Azouéïga au cœur des plus beaux paysages de l'Adrar
- Les dunes à perte de vue des ergs Amatlich et Ouarane
- La diversité des paysages : dunes, oasis et plateaux rocheux
- 12 jours de trek itinérant !

À PARTIR DE

**1750 €** (vol inclus)

DURÉE

15 jours

TYPE

Voyage en petit groupe

NIVEAU

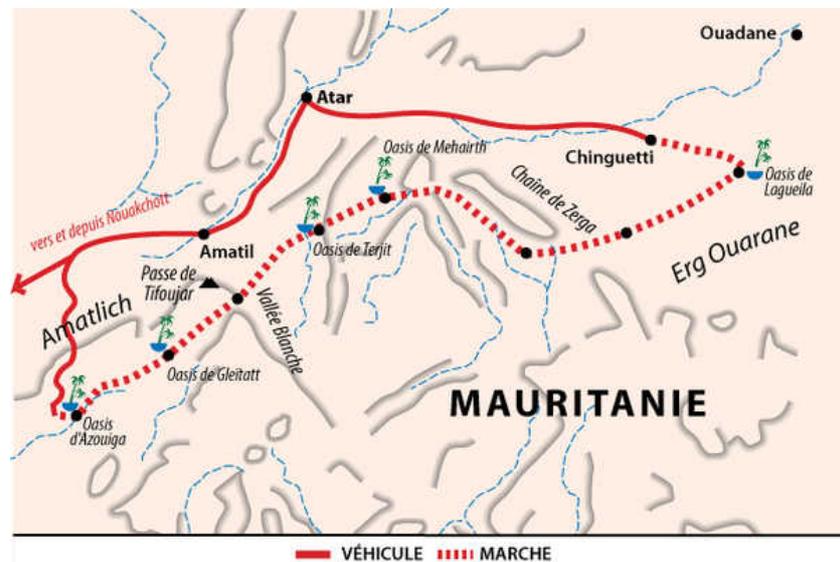


THÉMATIQUE

Trek

Pour les trekkeurs avides d'immersion longue et voulant vivre les multiples facettes du désert, nous avons concocté une traversée de l'Adrar, de l'erg Ouarane jusqu'à l'erg Amatlich !

De Chinguetti, la ville sainte aux précieux manuscrits, nous traversons l'erg Ouarane pour une immersion totale dans la mer de sable, vers l'oasis de La Gueïla, avant de longer la chaîne de montagne de Zerga et ses magnifiques couleurs. Nous passons par l'oasis de Mehairth, la plus grande de Mauritanie et profitons de ses grandes palmeraies. La source d'eau de Terjit nous offre une pause rafraîchissante avant de nous diriger vers l'oued El Abiod et sa "vallée Blanche". Au rythme de notre caravane nous accédons à la passe de Tifoujar et sa vue spectaculaire pour redescendre sur l'erg Amatlich avant de terminer par l'oasis d'Azoueïga. Une fabuleuse immersion dans l'Adrar, véritable kaléidoscope de Sahara habité et vivant entre oasis, gueltas, dunes, oueds, palmeraies, montagnes et plateaux rocheux.



# Itinéraire

## JOUR 1

### **Vol pour Atar et transfert à Chinguetti.**

TRANSPORT : 4X4 (1H30) | HÉBERGEMENT : AUBERGE | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Vol pour Atar, accueil par notre guide et transfert en véhicule 4x4 pour la ville caravanière de Chinguetti. Ancienne ville Sainte de l'islam, elle semble perdue dans les sables. Selon l'horaire de l'arrivée de l'avion, nous visitons la ville et ses bibliothèques et les manuscrits datant du IX siècle. (en cas d'arrivée tardive, nous ferons cette visite le jour 02 au matin). Nuit en auberge.

## JOUR 2

### **Erg Ouarane – Oasis de Lagueila.**

MARCHE : 4H-5H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Ce matin, rencontre avec votre équipe chamelière avant de charger nos affaires pour le départ du trek. Nous quittons la ville de Chinguetti perdue dans les dunes. Pique-nique à l'ombre des palmiers de l'oasis de la Gueila, un bon moment de détente avec le thé préparé par nos chameliers. Nous continuons dans ce fabuleux décor de dunes qui s'enchaînent à perte de vue. Bivouac au milieu des dunes.

## JOUR 3

### **Erg Lemghaleg – Dakhlet Ould Mohamed Al Amin**

MARCHE : 6H-7H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous partons plein Sud, traversant l'erg Lemghaleg qui s'étale à l'Est du pays sur des milliers de kilomètres. Ici, les dunes s'étendent à perte de vue. Cet erg fait partie des plus grandes mers de sable au monde. Pique-nique et poursuite de notre traversée. Bivouac dans les dunes vers l'Oued de Dakhlet Ould Mohamed Al Amin.

## JOUR 4

### **Chaîne de Zerga – Mont Al Ateg**

MARCHE : 6H-7H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous continuons à longer la chaîne de montagne de Zerga et goûtez au souffle du désert entre dunes, plateaux rocheux et acacias. Une petite montée sur le Mont Al Ateg (l'ancien col) permet une vue panoramique sur l'ensemble de la vallée. Bivouac dans les dunes près d'El Ateg.

## JOUR 5

### **Plateau de Lemoïazine**

MARCHE : 6H-7H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Après le petit déjeuner, nous suivons notre caravane nomade pour remonter le plateau rocheux de Lemoïazine, un véritable décor lunaire. Nous arrivons dans l'oued Irat où nous pique-niquons. Dans l'après midi, nous continuons vers l'oued Erat, puis installation de notre campement.

## JOUR 6

### **Oasis de Mehaireth**

MARCHE : 5H-6H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous descendons du plateau pour arriver à l'oasis de Mehaireth : la vue panoramique est inoubliable et majestueuse. C'est la plus grande palmeraie de la Mauritanie, elle fait plus de 10 km de long, située au pied du village du même nom. Promenade à travers la palmeraie et découverte de sa source d'eau. Pique-nique à l'ombre des palmiers et dans l'après midi nous continuons vers l'oued de Ichif pour installer notre bivouac.

## JOUR 7

### **Oasis de Terjit**

MARCHE : 5H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous arrivons aujourd'hui à l'oasis de Terjit. Nichée à l'ombre d'une faille dans un profond canyon, cette oasis surgit comme un paradis en plein désert avec une eau de source fraîche et buvable s'écoulant de la roche en permanence. Nous serons accueillis par la chaleur coutumière des locaux et leur traditionnel thé à la menthe. Il est également possible de se baigner dans la petite piscine, peu profonde mais agréablement chaude. L'oasis de Terjit est un petit coin de verdure dominé par les falaises pour une parfaite symbiose entre la chaleur des hommes et la beauté de la nature. Nous pique-niquons sur place et profitons d'une vraie pause au milieu de la traversée.

## JOUR 8

### **Terjit - Ntezent**

MARCHE : 3H-4H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Balade autour de l'oasis dans la matinée. Nous profitons d'un peu de repos dans le calme et la fraîcheur de Terjit, avant de reprendre notre trek dans l'après-midi pour monter notre bivouac près de l'oued Ntezent.

## JOUR 9

### **Ntezent – erg Nouakane.**

MARCHE : 5H-6H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Passage par le village de Tentemdej. Après une pause pique-nique à l'oued Lemeileh, nous commençons une traversée des dunes de l'erg Nouakane, un enchaînement de cordons dunaires aux nuances multicolores de jaune, rouge et orange. Nous continuons notre marche entre les dunes pour arriver à notre bivouac dans un joli oued entouré de deux grandes dunes de chaque côté. Bivouac au milieu des grandes dunes de l'erg Nouakane.

## JOUR 10

### **Vallée Blanche (oued El Abiod) – Passe de Tifoujar**

MARCHE : 5H-6H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous accédons à l'oued "El Abiod" signifiant "vallée blanche" en langage local. Cet oued, un large lit de rivière asséchée, est entouré de dunes multicolores. Ici, le sable part à l'assaut des montagnes, et semble rejoindre le ciel. Après le pique-nique, nous traversons cette vallée pour rejoindre la passe de Tifoujar. En haut, nous accédons à un point de vue panoramique à 360° sur l'immensité des dunes. Un des plus beaux panoramas du voyage ! Nuit en bivouac.

## JOUR 11

### **Oasis de Gleïtat – Erg Amatlich**

MARCHE : 5H-6H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous quittons le haut de la passe Tifoujar et à travers les rochers pour rejoindre l'oued El Abiod et descendons la passe de Tifoujar par les crêtes des dunes orangées pour rejoindre l'oasis de Gleïtat. Nous profitons de l'ombre rafraîchissante des palmiers et prenons notre pique-nique sous les palmiers. Continuation en direction de l'erg Amatlich. Bivouac au pied des dunes.

## JOUR 12

### **Erg Amatlich.**

MARCHE : 6H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

Nous longeons les dunes de l'erg Amatlich. Nous traversons quelques oasis et le village d'El Medan. Bivouac à Tejala de Nema qui surplombe l'Erg Amatlich.

### JOUR 13

## **Erg Amatlich**

MARCHE : 6H-7H | HÉBERGEMENT : BIVOUAC

C'est la plus belle journée du trek. Accompagnés par les chameaux et au rythme de la caravane nomade, nous partons pour une grande traversée des dunes de l'erg Amatlich, un véritable cordon dunaire s'étendant sur plus de 300 km, et qui traverse le sud de la région de l'Adrar jusqu'aux côtes atlantiques. Nous alternons la marche entre dunes et oasis. Pique-nique sous les palmiers ou dans des maisons traditionnelles que les habitants utilisent pendant la Guetna (cueillette des dattes). Nous continuons jusqu'à la petite colline de Tegale pour notre bivouac.

### JOUR 14

## **Oasis d'Azoueïga - Atar**

TRANSPORT : 4X4 (1H30) | MARCHE : 3H | HÉBERGEMENT : AUBERGE

Nous profitons encore d'une matinée de marche pour sortir des dunes et rejoindre les plateaux de l'Adrar. Nous terminons notre trek à l'oasis d'Azoueïga qui se dresse sur le côté Ouest de l'erg comme un mirage. Petite promenade dans la palmeraie et découverte de sa source d'eau. Après le pique-nique nous prenons la route pour Atar en 4x4. Nous retrouvons notre minibus qui nous ramène à Nouakchott. Dîner et début de nuit à l'auberge.

### JOUR 15

## **Vol pour Paris depuis Atar.**

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Transfert à l'aéroport de Atar pour notre vol retour à Paris.

## À NOTER

L'itinéraire, les distances et les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Ils peuvent être modifiés en fonction de l'état des pistes, des conditions météo et du rythme du groupe. Dans ce cas notre expérience du terrain nous conduira à choisir la meilleure solution pour votre sécurité et celle du groupe.

Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé chez Huwans et Atalante, partenaires sur ces départs.

Jusqu'au départ du 14/12/2024, ce voyage s'opérera en arrivée et retour de Nouakchott, en 16 jours, comme suit :

- samedi : vol sur Nouakchott, arrivée en soirée ou dans la nuit, nuit à l'auberge.
- dimanche : tôt le matin, transfert à Atar (5h de route) pour reprendre le programme.
- déroulé normal de l'itinéraire.
- samedi en milieu d'après-midi, transfert retour vers Nouakchott, nuit à l'auberge.
- dimanche : transfert aéroport et vol retour pour la France.

# Dates & prix

## LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 20/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 12

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
SAM. 16/11/2024	DIM. 01/12/2024	1 995 €	Confirmé
SAM. 21/12/2024	SAM. 04/01/2025	1 995 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 04/01/2025	SAM. 18/01/2025	1 750 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 18/01/2025	SAM. 01/02/2025	1 750 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 01/02/2025	SAM. 15/02/2025	1 750 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 15/02/2025	SAM. 01/03/2025	1 750 €	Confirmé dès 4 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

### ✓ LE PRIX COMPREND

- Le vol aller retour Paris / Atar
- Les transferts sur place et le transport des bagages
- L'hébergement
- La pension complète sauf les boissons
- L'équipe locale de chauffeurs, chameliers et cuisinière
- Un guide accompagnateur francophone mauritanien

### ✗ LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- La contribution à la neutralité carbone : 8 €

### À payer sur place :

- Les frais de visa en cas d'arrivée à Nouakchott (~ 55 €). Gratuit si arrivée à Atar.
- Les boissons
- Les pourboires aux équipes locales.

## ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

## DÉPARTS DE PROVINCE

Les prix ci-dessus sont calculés au départ de Paris (si le vol est inclus), sont soumis à disponibilité au moment de votre réservation, et sont susceptibles d'augmenter au fur et à mesure que le départ se rapproche.

Des départs d'autres villes sont possibles. Pour plus d'informations, nous consulter [par mail](#) ou par téléphone au [04 81 68 55 60](tel:0481685560).

## OPTIONS

- La tente igloo privative : 50 € pour tout le circuit



# Détail du voyage

## NIVEAU

Certaines journées à 7 heures de marche font de ce magnifique trek un must pour bons trekkeurs. Les dénivelés sont généralement faibles (entre 300 et 400 m par jour). Les franchissements de dunes présentent parfois des difficultés surtout lorsque le sable est mou. Vous évoluez dans un environnement exclusivement dunaire sur la première partie du trek puis en alternance dunes, rochers et oasis sur la deuxième. Bonne condition physique requise.

## ENCADREMENT

A l'arrivée, vous êtes accueilli par votre guide accompagnateur mauritanien francophone. Dans tous les cas, il a été choisi pour son expérience du terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, et pour sa passion à faire découvrir son pays. Il est assisté d'une cuisinière mauritanienne, et d'une équipe de chameliers et/ou de chauffeurs, qui partagent avec vous leur vie de nomades. Leur présence, toujours sympathique, est une garantie de succès pour nos voyages. Ils connaissent parfaitement le terrain et sauront vous enseigner l'art de vivre au Sahara.

Toute l'équipe des guides accompagnateurs Huwans & Atalante, Sidi, Abdoulaye, Moctar ou Kalidou, les cuisinières Bébé, Fama, Ami et Ramata et nos chauffeurs, sont dévoués à vos vacances, et vous feront passer un séjour inoubliable dans leur pays, redoublant d'attention et d'écoute pour que tout se déroule à la perfection.

## ALIMENTATION

Les repas sont soignés et préparés par... une cuisinière : nous avons effectivement fait le choix d'intégrer des femmes au sein des équipes du désert, pour leur bonne humeur et leur approche très particulière de cet espace rude et hostile : un peu de douceur dans ce monde de brutes ! Elles vous régaleront à tous les repas grâce à leurs plats typiques et leurs talents de chef... taine !

Le midi nous dégustons des salades variées, accompagnées de fruits , de jus et du traditionnel thé, et le soir les repas sont chauds, complets et nouveaux chaque jour.

N'hésitez pas à apporter avec vous des spécialités de votre région, elles sont toujours appréciées !

L'eau de boisson est rare au Sahara et il convient de l'économiser : néanmoins nous en transportons toujours suffisamment pour la boisson et même une petite toilette tous les jours dans le désert. Elle est claire et potable, mais il est plus prudent de la traiter avec des pastilles purifiantes.

L'équipe sur place propose de purifier l'eau dans des Jerricans de 20 litres et de mutualiser les pastilles. Ainsi, le midi, vous pouvez recharger vos gourdes avec une eau déjà pure. Prévoyez suffisamment de pastilles.

L'alcool est interdit en Mauritanie, un contrôle régulier à l'aéroport d'Atar s'assure que vous n'en avez pas avec vous. Nous déconseillons donc formellement toute importation d'alcool.

## HÉBERGEMENT

**Auberge / Gîte :** à Nouakchott (si arrivée par Nouakchott), Chinguetti et Atar, nous avons fait le choix de vous héberger dans des auberges locales, de confort rudimentaire mais propres et offrant douches et toilettes. L'hôtellerie locale ne les vaut pas. Vous dormez en chambre collective de 3 à 5 lits (pas de possibilité de chambre individuelle)

**Bivouac :** sur tous nos voyages, vous pouvez dormir et/ou manger sous la tente traditionnelle maure, la *khaima*, qui vous protégera du vent comme de la fraîcheur. Cette tente qui s'adapte à la taille du groupe est le point de ralliement du bivouac : elle est installée dès votre arrivée au centre du campement. Des petites tentes doubles Igloo sont également disponibles sans supplément pour ceux qui cherchent l'intimité, pensez à la demander à votre inscription (si vous souhaitez être seul sous votre tente le supplément est de 50 €). Des matelas mousse de 5 cm d'épaisseur sont également fournis.

## DÉPLACEMENT

### **Vol à destination d'Atar :**

Nos voyages sont programmés au départ de Paris, sur des vols directs affrétés auprès d'une compagnie aérienne charter, permettant une arrivée au cœur du désert mauritanien, les samedis ou les dimanches.

Voici les horaires de vol à titre indicatif :

Aller : Roissy 07h30 – Atar 11h20

Retour : Atar 12h10 – Roissy 18h00

NB : les services à bord sont payants (eau, repas) nous vous conseillons de prévoir de quoi vous restaurer avant votre vol. **Vols Royal Air Maroc sur Nouakchott**, via Casa :

### **A certaines dates de la saison, le vol direct sur Atar n'opère pas : dans ce cas nous pouvons arriver et repartir de Nouakchott :**

Voici les horaires de vol à titre indicatif :

Aller :

Orly 18h30 – Casablanca 21h30, puis Casablanca 22h50 – Nouakchott 00h50

Retour :

Nouakchott 07h20 – Casablanca 10h55 puis Casablanca 12h20 – Orly 15h15

Les transferts entre Nouakchott et Atar se font en **minibus ou en 4x4** selon le nombre de passagers.

Nous utilisons des **chameaux de bât** qui portent tous vos bagages, l'eau, la nourriture et la logistique.

## BUDGET & CHANGE

L'unité monétaire c'est l'Ouguiya mauritanien. Il n'est ni importable ni exportable (1 EUR = 42 MRO environ). Déclaration de devises obligatoire à votre entrée en Mauritanie, à faire remplir à chaque change pour la rendre à la douane à la sortie du pays. Se munir d'argent français en liquide que nous vous recommandons de changer à l'aéroport en arrivant à Atar ou Nouakchott, juste avant de récupérer vos bagages. Les cartes de crédit ne sont pas ou difficilement acceptées en Mauritanie.

## POURBOIRES

Il est en général de tradition de constituer une petite cagnotte (environ 35 €) ou d'offrir quelques cadeaux qui seront appréciés par vos chauffeurs, cuisinière, chameliers ou guide accompagnateur en fin de séjour : mais en aucun cas cela ne doit être obligatoire, libre à vous d'y participer ou non !

# Équipement

## MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Les matériels de bivouac collectifs et de cuisine collectif comme individuel sont fournis par nos soins.

## VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures : évitez les chaussures de marches montantes, chaudes et inutiles pour marcher dans le sable ou les plateaux tabulaires mauritaniens. Certains préfèrent marcher en sandales, voir pieds nus, pendant la journée : selon les cas, cela peut être très agréable, ou pas du tout ! Nous vous conseillons donc, afin de ne pas risquer de gâcher vos vacances, d'emporter chaussures légères (type chaussure de randonnée basse ou tennis) ET sandales, et de choisir in situ.

**Astuce de voyageur saharien** : mettez des chaussettes dans vos sandales, c'est l'idéal pour éviter l'abrasion du sable !

- Chaussettes : légères pour la journée et chaudes (laine ou bouclettes) pour les soirées fraîches.
- Pantalon de toile et/ou bermudas (évitez les shorts : voir "Savoir vivre")
- Maillot de bain (piscine naturelle ou hammam, on ne sait jamais !)
- Chemises ou T-shirts en coton
- Pull chaud ou fourrure polaire : cette dernière a l'avantage d'être résistante, chaude, légère, et de sécher rapidement, avec en plus un contact doux. Les plus connues sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Chapeau ou casquette avec protection sur la nuque, et/ou un cheich : les deux premiers offrent l'avantage de vous protéger aussi le visage du soleil, ce que ne fait pas le cheich (longue écharpe de voile) : celui ci est en revanche fort utile pour se protéger du froid, du chaud, du sable, du vent et même des mouches pendant la sieste ! Vous pourrez vous en procurer un à l'aéroport dès votre arrivée.
- Lunettes de soleil catégorie 3.

Pour les soirs les plus froids au cœur de l'hiver (décembre et janvier), vous aurez peut-être aussi besoin de :

- Coupe vent
- Bonnet
- Gants

## EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Serviettes humidifiées type "Calinette" pour une toilette rapide et une bonne hygiène
- Boules Quiés ou Hears, au choix
- Bloc-notes et stylo, un bon livre, un jeu de carte...
- Petit oreiller, gonflable ou non, pour plus de confort
- Un sac à linge sale, pour pouvoir le séparer de vos affaires propres
  
- Sac de couchage : confortable, adapté à votre taille, plutôt de forme sarcophage (plus près du corps et doté d'une capuche qui ferme) avec fermeture latérale à glissière pour une ouverture à votre convenance.

Il est nécessaire d'adapter votre sac de couchage aux températures rencontrées, déterminées en fonction de votre période de voyage et de la région visitée. Nous vous conseillons de choisir un sac de couchage confortable à 10°C de moins que la température moyenne la plus basse rencontrée (par exemple si vous voyagez dans l'Adrar au mois de novembre (voir tableau de température), il vous faut un duvet confortable à :  $15 - 10 = 5^{\circ}\text{C}$ ).

Un sac de couchage confortable à 5°C le sera aussi à 20°C, il suffit de l'ouvrir pour laisser circuler l'air à l'intérieur. A l'inverse, si vous avez déjà un duvet confortable à 10°C par exemple, un drap de sac en polaire vous fera gagner environ 5 degrés de plus.

- Drap de sac en coton
- Trousse de toilette
- Petite pharmacie personnelle
- Serviette
- Crème et stick de protection solaire (visage et lèvres)
- Lampe frontale avec piles de rechange
- Gourde de 1.5 litre minimum, légère et isotherme, ou poche à eau de 2 litres. Cette dernière a l'avantage de permettre une consommation directe grâce à sa pipette, et ainsi d'éviter de tomber le sac à dos pour saisir sa gourde. Ainsi vous buvez plus régulièrement, et en petite quantité, ce qui est conseillé pour une bonne hydratation. Astuce : avoir deux récipients permet de consommer l'un pendant que l'autre est en cours de traitement.
- Couteau de poche, multi-usages de préférence (attention, à mettre dans votre bagage en soute dans l'avion)
- Papier hygiénique + briquet pour destruction
- Batterie de rechange ou power bank pour votre appareil photo

## **BAGAGES**

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Qu'il soit transporté à dos de chameau ou dans la caisse d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, calé, soulevé et bâché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises, plus difficiles à manipuler, et préférez la solidité à l'esthétique. Limitez le poids au maximum.
- Un petit sac à dos d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion (attention à ne pas avoir dedans d'objets contondants : couteau, lime ou ciseaux à ongle...).

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

## **PHARMACIE**

Votre guide accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence.

Toutefois, nous vous recommandons de constituer votre propre pharmacie, avec les médicaments que vous connaissez (en nombre suffisant) et au moins :

- doliprane
- élastoplast, tricostéril et double peau pour les ampoules
- désinfectant cutané
- antiseptique intestinal et antidiarrhéique
- crème anti inflammatoire
- anti spasmodique, anti allergique si vous êtes allergique
- antibiotique à spectre large
- petits ciseaux (attention : à mettre dans le bagage en soute dans l'avion)
- crème ou lotions antimoustiques
- hydroclonazone ou micropur pour purifier l'eau
- collyre pour les yeux

Les principaux désagréments rencontrés en voyage sont dus à une mauvaise hydratation et / ou à une mauvaise protection contre le soleil : pensez donc à beaucoup boire, à boire avant d'avoir soif, et à bien vous protéger du soleil avec de la crème ou tout simplement en préférant les pantalons et les manches longues aux shorts et débardeurs.

# Formalités & santé

## PASSEPORT

Oui, valable 6 mois après la date de retour.

Afin d'établir la liste des coordonnées passeports du groupe pour les autorités locales, nous vous prions de les renseigner dans votre espace client, dans la rubrique [compléter votre dossier > les participants > détail de vos coordonnées].

En plus de votre passeport, nous vous conseillons de voyager avec une photocopie en permanence sur vous (la double page où figure la photo), qui vous dépannera en cas de perte ou de vol de l'original.

Attention : les enfants doivent posséder un passeport individuel, et ne peuvent plus être inscrits sur le passeport de leurs parents. Pour les mineurs non accompagnés par leurs parents, ou ceux voyageant avec leurs parents mais ne portant pas le même nom, une autorisation de sortie du territoire est nécessaire.

## VISA

Oui. Il s'agit d'un visa biométrique pour les ressortissants Français, Belges et Suisse. Ce Visa s'obtient à l'arrivée à NOuakchott et se fait sous présentation d'un passeport valide. Prix environ 55 EUR, payable en euro et en espèce pour une durée de séjour de 30 jours. Merci de prévoir l'appoint.

En cas d'arrivée directement à Atar, le visa est gratuit.

## CARTE D'IDENTITÉ

Non

## VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives.

Le vaccin contre la fièvre jaune n'est plus obligatoire pour les passagers provenant d'Europe. Même si aucun vaccin n'est obligatoire en Mauritanie, assurez-vous que vous êtes à jour des vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde). Les vaccins contre l'hépatite A et B sont également recommandés.

## **RECOMMANDATIONS SANITAIRES**

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs"