

# Méharée - Marche au désert

Du 13 au 20 avril 2013

Accompagnée par les Pères

Emmanuel CANART et Bertrand ESTIENNE



Quelques photos de notre marche au désert 2012  
parleront mieux que des mots...









# MEHAREE 2013

## Marche au désert dans le Grand Erg Oriental

Nous vous proposons une marche au désert dans les dunes du sud tunisien du **samedi** 13 au samedi 20 avril 2013



Cette marche comporte toutes les dimensions d'un pèlerinage : eucharistie et méditation quotidiennes, présence du prêtre, prières et aussi effort de la marche, simplicité et dénuement, charité fraternelle.

Elle sera accompagnée par les pères Bertrand Estienne et Emmanuel Canart.

Le lieu de nos pérégrinations se trouve à quelques dizaines de kilomètres de l'Algérie à l'ouest et de la Libye à l'est et le désert présente des difficultés qui lui sont inhérentes (orientation, points d'eau, etc).

Pour ces raisons, nous devons nous faire accompagner de guides bédouins (obligation légale en Tunisie) et de quelques dromadaires pour le transport des guerbas, du matériel des bédouins et de la nourriture.

La marche dans les dunes étant suffisamment ardue, les sacs seront également transportés par les dromadaires.

« Serviteurs du Seigneur,  
bénissez le Seigneur »

Nous allons vivre **une démarche spirituelle**. Nous sommes sûrement de sensibilités différentes, et il est important de se respecter les uns les autres.

- Le matin, avant de partir, nous chantons les laudes.
- La première heure de marche se fait dans le silence.

- Le soir, en arrivant, nous célébrons l'eucharistie. Elle est prolongée par un temps de silence (action de grâce) au moment où le soleil se couche. La beauté appelle au silence...

Dans la journée, chacun peut s'écarter de la caravane pour marcher seul...pourtant que sa méditation ne l'isole pas définitivement ! Un office funéraire serait alors gracieusement offert....

Un carnet avec les textes de la liturgie et de méditation, les chants etc... nous sera donné.

## Programme de la Méharée

**Samedi 13 avril** : Vol de Bruxelles-Zaventem à Djerba.

Rendez-vous au comptoir d'enregistrement du vol Jet Air Fly n°JAF6841 à 13h 00.

Transfert en 4x4 à l'oasis de Ksar Ghuilane, porte du Désert

Rencontre avec nos guides bédouins et leurs dromadaires  
Repas et premier bivouac en plein désert.

**Dimanche 14 au Vendredi 19 avril** : Départ de la caravane et début de l'aventure. La méharée : marche, bivouacs, traversées d'oasis et de petits shotts. Le grand désert à perte de vue...

**Vendredi 19 avril** : Fin de la méharée à Jebil.

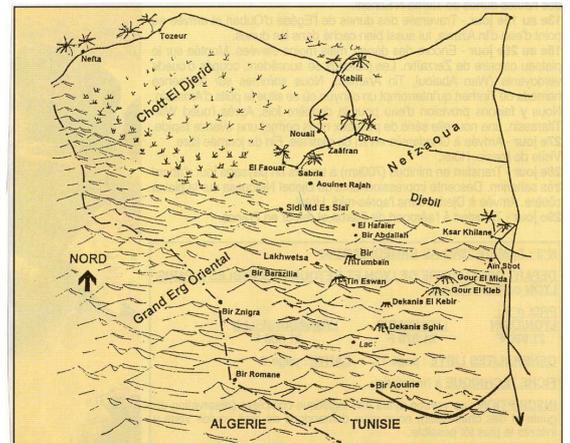
Transfert en 4x4 à Douz.

Nuit à Douz (hôtel).

**Samedi 20 avril** :

Transfert en car de Douz à Djerba.

Vol Djerba-Bruxelles. Arrivée à Bruxelles vers 22h



## Bagages

### - Pour le sac en cabine, dans l'avion

- Attention : Les couteaux, ciseaux ou canif ... ne peuvent voyager dans le bagage à main dans l'avion et doivent être en soute.
- Désormais, les **liquides**, les boissons (y compris de l'eau), parfums, shampooing, gels, produits de consistance pâteuse (y compris dentifrice), vaporisateurs et récipients sous pression, etc... ne peuvent être en cabine : veillez à les mettre dans les sacs que vous placerez en soute ! Il serait dommage (surtout pour vos voisins) que vous deviez laisser en France tout ce qui servirait à ce que vous soyez propre !

- Si vous emportez des médicaments, ceux-ci devront être transportés en soute (placés donc dans le sac en soute). Si vous avez besoin impérativement de certains médicaments durant le vol (dont les liquides de type : insuline, sirops,...) il vous faudra fournir l'ordonnance délivrée à votre nom par votre médecin traitant. Si ces médicaments sont liquides, leur quantité devra être inférieure à 100 ml.

(vous pouvez consulter la réglementation européenne sur :

<http://www.netglobers.fr/travelling-by-plane/la-reglementation-aerienne.html> )

## - Quel type de sac ?

**Pas de valises, ni sac à dos.... !**

**Un sac militaire marin est obligatoire.** Le soir, pour repérer rapidement votre sac parmi 40 sacs identiques, il peut être intéressant d'avoir un signe distinctif ex: un bout de tissu cousu de votre couleur préférée. Cela apportera une petite note de gaieté à la couleur militaire ... Durant la méharée, il est prudent d'enlever l'étiquette du service des pèlerinages pour pouvoir la réutiliser au retour.

**NB ces sacs portés par les chameaux ne sont pas accessibles dans la journée.** Mettre le nécessaire de jour (crème, gourde, médicaments, appareil photos...) dans un petit sac à dos que l'on porte soi-même dans la journée.

Et justement...

## - Dans mon petit sac à dos et sur moi tout le temps !

- **Eventuellement, quelques fruits secs (ou lait concentré) pour la marche.**
- **Un peu d'argent de poche :** Au point de vue finance, on peut changer de l'argent à l'aéroport ou à l'hôtel. Cela servira juste si on souhaite acheter des souvenirs à Douz vendredi (babouches, tapis, objets en bois... ou dates, olives...). 50 euros/pers semble déjà une somme importante.
- **Une gourde** (voire deux !)
- **De bonne lunettes de soleil indispensables**  
**Attention : il peut y avoir des tempêtes de sable, surtout au printemps** (parfois pendant plusieurs jours). Des grosses vieilles lunettes de jadis sont alors merveilleuses pour empêcher le sable de s'infiltrer.
- **Chapeau ou chèche** (il est possible d'en acheter sur place –un chèche de 3 mètres vaut environ 3 dinars)

## S a n t é

- **Paludisme**  
Il n'y a pas de paludisme en Tunisie.
- **Vaccinations**  
La Tunisie n'exige aucun vaccin pour l'entrée sur son territoire des visiteurs en provenance d'Europe. Il est cependant conseillé d'être à jour pour ses vaccinations « universelles » : tétanos, poliomyélite, diphtérie ainsi que l'hépatite B. Sont très vivement recommandés (sans obligation), comme en France : un rappel de moins de 10 ans pour DTP ( Diphtérie-Tétanos-Polio) : soit Dtp ou Revaxis ou Boostrix ou

Infanrix Tetra. Sont vivement conseillés les vaccins contre l'Hépatite A: Avaxim-ou Havrix et Contre la Typhoïde: Typhim VI

- **une jolie petite trousse à pharmacie**

- **Biafine**
- **crème hydratante**
- **beurre pour les lèvres**
- **collyre pour les yeux (pour le sable) : Désinfectant oculaire (Dacryosérum®).**
- **Diarrhée (Turista) :** le risque est moyen, mais la turista est bénigne dans la majorité des cas. Vous pouvez prendre quelques précautions : Si une diarrhée survient, le plus important est de boire (du thé, du jus de fruit plus des gâteaux salés). - Des anti-diarrhéiques (Smecta®, Tiorfan®,...) peuvent être utiles. N'utilisez l'Imodium® (ou lopéramide) que le moins possible (en cas d'urgence!) et surtout pas en cas de fièvre et de diarrhée sanglante. - Dans quelques cas un antibiotique (par ex : Noroxine® sur 3 à 5 jours) peut se justifier (diarrhée persistante, diarrhée avec fièvre).
- **Traitement habituel.**
- **Répulsif Insect Ecran® peau et vêtement.**
- **Désinfectant local (Hexomedine®),**
- **pansements multi-tailles, quelques compresses.**
- **Petits instruments:** Ciseaux à bouts fins, pince à épiler, thermomètre.
- **Anti-pyretique:** Doliprane® ou équivalent (contre la douleur aussi).
- **Antibiotique:** Clamoxyl® ou équivalent (infections respiratoires). Collutoire

" S a b l e e t d u n e s , b é n i s s e z l e S e i g n e u r "  
" C h a m e a u x e t b é d o u i n s , b é n i s s e z l e S e i g n e u r "

- **de bonnes chaussures de marche :**

Certains préfèrent les sandalettes, d'autres les patogazes, d'autres encore des tennis. Certains aiment les chaussures-bateaux et la marche pieds-nus...

Conclusion : pas de règle absolue ! En tout cas, tout le monde peut avoir besoin de sparadrap !!! Arrivés au bivouac, ceux qui ont des grosses chaussures de marche seront heureux de mettre des petites chaussures ! Ceux qui le souhaitent pourront faire une partie de la route en chameau... (la chance !)

- **pour nos amis les Bédouins :**

En fin de méharée, une enveloppe passera pour faire **une offrande libre** aux bédouins (genre 10 à 20 euros/participants).

Il peut être également bien de prévoir **un petit cadeau**, même symbolique. Peut-être pas une Tour Eiffel mais plutôt un vêtement polaire, des gants etc...

" E a u e t p u i t s , b é n i s s e z l e S e i g n e u r "

Très rare, l'eau est précieuse ! En une semaine, on peut ne rencontrer qu'un seul puits ou même aucun... L'eau est portée par les chameaux, dans des bidons ou des chambres à air de camions.... Elle sert presque exclusivement à la cuisine et à abreuver la soif.

**Prévoir au moins une gourde. Deux semblent mieux.** Prévoir des pastilles purifiantes et éventuellement de l'antésite (l'eau peut avoir un goût local insolite...)

Pour la toilette, nous pouvons utiliser de l'eau juste pour se brosser les dents L'idéal est d'**utiliser de lingettes** pour bébé.... et du shampoing à sec. **Un petit sac en papier (poubelle)** peut être utile pour ramener les lingettes avec dignité au bivouac.

Il y a aussi du gel désinfectant (que l'on trouve désormais un peu partout) pour se désinfecter les mains... utile puisqu'il n'y a pas de lavabo dans les sanitaires. A ce sujet, prévoir un petit briquet pour brûler le papier hygiénique afin que le vent de le dissémine pas. Puisque l'eau est précieuse, nous ne l'utilisons pas pour faire de lessive : prévoyez d'avoir suffisamment de vêtements pour toute la Méharée.

Prévoir un maillot de bain même si cela peut sembler étrange.

" Etoiles et lune, bénissez le Seigneur,  
Givre et gel, bénissez le Seigneur !"

Un matelas isolant et une couverture (prêtée par le chameau et donc facilement reconnaissable à son odeur) sont fournis. Les bédouins montent quelques tentes "bédouines » (logique). Il est donc toujours possible de dormir sous tente.

Beaucoup préféreront dormir à la belle étoile, parce que c'est tout simplement magnifique !

#### L'hiver ....

Ah, les nuits au désert... Très étoilées et fraîches : il faut donc prévoir un duvet bien chaud. Il existe aussi des « sacs à viande » en polaire très appréciables. **Un pyjama en polaire, un bonnet, de bonnes chaussettes...** nous aideront à ne pas trop contempler le ciel étoilé durant des heures ... d'insomnie.

L'idéal est alors de se procurer un sur-sac en goretex pour dormir à la belle étoile mais cela coûte très cher. **Prendre 2 duvets est un bon plan !**

Un poncho peut être bien utile pour recouvrir son sac la nuit (contre le gel ou la rosée matinale) et en cas de pluie (si si !)

#### Le printemps....

Un bon duvet et un bon pyjama suffisent ! Un poncho contre la rosée peut-être utile !

Prévoir une lampe de poche. **Les lampes frontales** sont l'idéal.

Quelques bougies peuvent être bien pratiques pour s'éclairer au moment du coucher... dans le désert, pas trop de risque de déclencher un incendie...

« Soleil et chaleurs, bénissez le seigneur »  
« Pluies et grêles, bénissez le seigneur »

Il ne fait pas forcément très chaud dans la journée mais le soleil tape fort : attention à la chaleur, à la déshydratation et aux coups de chaleur pendant le séjour dans le désert. Penser à **boire beaucoup d'eau** (d'où les deux gourdes dans votre petit sac à dos)

La meilleure protection contre le soleil, ce sont les manches longues, les chapeaux, et les chèches. Prévoyez aussi des shorts et tee-shirts (restant pudique pour ne pas heurter la sensibilité des bédouins... et la notre !)

Néanmoins, prévoyez aussi un **écran solaire** indice élevé entre 30 et 60, à renouveler toutes les 2 heures (écran total signifiant la protection sur les différents U.V.)

Une petite bouteille de Riclés peut être très agréable pour hydrater la bouche. A boire avec modération !

Les mains sensibles au soleil apprécieront **des gants** pour la marche... Les mêmes mains frileuses apprécieront les gants le matin au réveil.

Prévoyez une polaire pour le soir et un bon pantalon. Cela peut paraître étonnant mais il y a parfois des averses (même de grêle) dans le désert. **Un poncho** est alors bien utile (à mettre dans le petit sac qu'on porte dans la journée)

" C o u s c o u s e t C h o r b a , b é n i s s e z l e S e i g n e u r "

Emmenez un **quart et un canif**. (Attention : Le couteau ou canif ne peut voyager dans le bagage à main dans l'avion. Il doit être en soute)

Une **serviette de table** (en tissu) permet d'enlever le sable.

Les bédouins fournissent fourchettes et assiette.

« F e u x e t d a n s e s , b é n i s s e z l e S e i g n e u r » V e i l l é e s

En attendant le repas du soir, nous prenons l'apéro (sans alcool) ! : Pensez à emmener du sirop genre Teisseire, Pacific). Les bédouins apprécient aussi nos sirops sans alcool !

Les veillées (après le repas du soir) sont aussi un temps de partage entre nous et avec les bédouins. Qu'on n'hésite pas à venir avec un texte, un chant, un poème, une danse... et un instrument de musique..... et pourquoi pas une spécialité locale (plutôt alimentaire).

## C a r t e d ' i d e n t i t é d e l a T u n i s i e

- **Superficie** :

163 610 km<sup>2</sup>, dont 25 000 km<sup>2</sup> de désert.

- **Population** :

10 millions d'habitants, dont 98,2 % d'Arabes, 1,2 % de Berbères et 0,6 % autres (Français, Italiens).

- **Densité** :

61 habitants au km<sup>2</sup>.

- **Capitale** : Tunis (plus de 2 millions d'habitants).

- **Religion** :

Islam, religion officielle. On compte 98 % de musulmans, 1 % de chrétiens et 1 % de juifs.

- **Langue officielle** : Arabe.

- **Monnaie** :

Dinar tunisien (Dt). 1 dinar = environ 0,60 euro.

- **Régime politique** : en évolution !!!!

- **Sites classés au Patrimoine de l'Unesco** :

La médina de Tunis, le site de Carthage, l'amphithéâtre d'El-Jem, le Parc national d'Ichkeul, le site de Kerkouane, la médina de Sousse, Kairouan et Dougga.

- **Économie** :

La République tunisienne, se rapprochant des modèles occidentaux sans perdre pour autant son identité, a ajouté aux progrès sociaux le libéralisme économique. Mais, après plusieurs années de progression, la croissance s'est ralentie pour atteindre 4,2 %. Le chômage reste élevé et atteint près de 14 % de la population active, les jeunes de moins de 25 ans étant particulièrement touchés. Actuellement, l'agriculture n'occupe plus que 16 % de la population.

Quant à l'industrie, qui est le 1er secteur de l'économie dans le PNB, elle emploie environ un tiers des Tunisiens. Elle exporte de plus en plus de produits manufacturés (surtout des textiles). Le secteur du tourisme prend une place de plus en plus importante : il fait travailler directement ou indirectement 9 % de la population active et constitue une source de devises considérable. Plus de 6 millions de touristes se rendent chaque année en Tunisie.

- **Décalage horaire** :

Depuis 2005, il n'y a plus de décalage avec l'Europe, été comme hiver.

- **Tunisie vers France** : 00 + 33 + le numéro de votre correspondant à 9 chiffres (c'est-à-dire le numéro à 10 chiffres sans le « 0 »). L'indicatif de la *Belgique* est le 32, celui de la *Suisse* le 41 et celui du *Canada* le 1.

- **France vers Tunisie** : 00 + 216 + numéro du correspondant.

**N'OUBLIEZ SURTOUT PAS VOTRE PASSEPORT :**

**IL EST INDISPENSABLE POUR PASSER LES CONTROLES AUX AEROPORTS**

**ET POUR L'ARRIVEE DANS LE PAYS !!!**

## **Pèlerinages Diocésains de Cambrai**

174, rue Léopold Dusart, BP 17, 59590 RAISMES

Tel 03 27 38 12 62

Agrément de Tourisme : IM 059 110 015

Mail : [pelerinages.cambrai@nordnet.fr](mailto:pelerinages.cambrai@nordnet.fr)

Site internet : <http://pelerinages.cathocambrai.com>

