



## Emanuela Carla e Marco in viaggio in Marocco dal 26 gennaio al 3 febbraio 2024

13 gennaio 2024

Marco, ti mando di seguito:

- biglietti aerei (ti manderò le carte d'imbarco un paio di giorni prima del viaggio);
- programma di viaggio;
- coordinate hotel;
- informazioni importanti per prepararti al viaggio;
- informazioni importanti per voli / bagagli;
- sito Farnesina <https://www.viaggiare Sicuri.it/find-country/country/MAR>
- numeri di telefono per eventuali **necessità / emergenze** (qualora non rispondesse il tuo cellulare)

**Emanuela Carla Marabini** cell. e whatsapp: +39 347 00 31 728

**Mohamed El Boulal** (mio collaboratore di fiducia in Marocco) cell. e whatsapp: +212 (0) 6 66 97 79 66

Attenzione: **per vere emergenze** usare sempre e solo la rete telefonica e non whatsapp (potremmo non essere connessi alla rete).

Sarà un bel viaggio!

Emanuela Carla

Destinazione:  
**Fez**Prenotazione:  
**CKTH2Q**

## Informazioni del volo

**A Fez FR3545****Milano (Bergamo) - Fez****26/01/2024****Ora di partenza - 17:40****Ora di arrivo - 20:30****(BGY) - (FEZ)**

### Passeggero/i:

Sig.ra EMANUELA  
CARLA MARABINI

- Volo di andata: FR3545 02E, Emissione della carta di imbarco gratuita, bagaglio registrato (20 kg), Plus

Sig MARCO  
BASCHENIS

- Volo di andata: FR3545 02D, Emissione della carta di imbarco gratuita, bagaglio registrato (20 kg), Plus

Destinazione:  
**Milano (Bergamo)**Prenotazione:  
**RM3GGT**

## Informazioni del volo

 **A Milano (Bergamo) FR3403****Marrakesh - Milano (Bergamo)****03/02/2024****Ora di partenza - 20:35****Ora di arrivo - 23:55****(RAK) - (BGY)**

### Passeggero/i:

Sig.ra EMANUELA  
CARLA MARABINI



- Volo di andata: FR3403 02E, Emissione della carta di imbarco gratuita, bagaglio registrato (20 kg), Plus

Sig MARCO  
BASCHENIS

- Volo di andata: FR3403 02D, Emissione della carta di imbarco gratuita, bagaglio registrato (20 kg), Plus

## In sintesi

- Viaggio individuale su misura **da VENERDI 26/01 a SABATO 03/02/2024** (9 giorni / 8 notti).
- Temperature medie in Marocco: **tra i 3° e i 27°**, in base alla latitudine e all'altitudine. Le notti sono fredde. In montagna potrebbe nevicare.  
A Marrakech si possono vivere le 4 stagioni nell'arco di una giornata (abbigliamento a cipolla con pantaloni medio peso, t-shirt/camicia, maglioni caldi, piumino caldo, cappello, sciarpa, guanti e una tuta e un paio di calze calde per la notte).
- Ore di luce in Marocco (circa 10h30, in base alla località; più 1 minuto di luce ogni giorno)
  - Alba 08h30
  - Tramonto 19h00
- Fuso orario: come in Italia
- Moneta: dirham marocchino (**1 Euro = 10 dirham**)
- Prefissi tel. internazionali:  
dall'Italia al Marocco + 212 seguito dal numero telefonico **senza** zero iniziale  
dal Marocco all'Italia + 39 seguito dal numero telefonico
- Voli **Ryanair**: partenza e ritorno **Orio al Serio**

26 GEN	17:40 Milano Bergamo	2h 50min.  FR3545	20:30 Fez
03 FEB	20:35 Marrakech	3h 20min.  FR3403	23:55 Milano Bergamo

**Bagagli:** ogni passeggero può portare:

- 1 piccolo bagaglio a mano (**cm 40x20x25**) che possa stare sotto il sedile anteriore
- 1 bagaglio da imbarcare (**max 20 kg**)

**Posti prenotati:** prima fila a destra con più spazio per le gambe:

- Marco: corridoio (2E)
- Emanuela Carla: centrale (2D)



- **Mappa**

<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1RhX5MpF0iNKiPOUAeyW7z3i6pEwXnY&usp=sharing>



- Itinerario di circa **1.200 km** su strade panoramiche e qualche pista sterrata a bordo di **1 auto fuoristrada privata** con autista/guida esperto.
- 8 pernottamenti con prima colazione e 6 cene (libera la cena del 26 gennaio perché arriveremo tardi e libera la cena del 2 febbraio e tutti i pranzi per maggiore flessibilità nel programma).

**26 e 27 gen:** Fès

**Riad Souafine – suite deluxe 50mq**

<https://www.riadsouafine.com/fr/suites-patio.php>

2, Oued SOUAFINE

+212 (0) 5 35 63 86 86 cell.+212 (0) 6 65 74 94 72

**28 e 29 gen:** Medio Atlante e foreste di cedri, Gole dello Ziz, Merzouga, Deserto (Erg Chebbi)

**Riad Madu - suite vista dune**

<https://www.riadmadu.com/riad-madu>

Ksar Hassi Labied

Tel.+212 (0) 5 35 57 87 40 Cell. +212 (0) 666 09 34 86

**30 gen:** Oasi di Tinghir, Gole del Todra, Gole del Dadès

**Dar Jnane Tiouira - suite**

<https://darjnantiouira.com/en/>

Ait Ouffi - 22 km de Boumalne Dadès, Route des Gorges –

Tel. + 212 (0) 6 79 74 07 08

Mostapha + 212 (0) 6 67 35 18 60

**31 gen:** massiccio vulcanico del Jebel Sarhro, Oasi di Agdz e Jebel Kissane (Valle del Drâa)

**Hara Oasis - bungalow**

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

+212 (0) 676 37 48 44 Lahcen

+212 (0) 661 743 710 Juan Antonio

+212 (0) 662 781 411 Najat

**01 e 02 feb:** Ouarzazate, Ait Benhaddou, Strada del Sale, Telouet, Alto Atlante, Passo del Tichka, Marrakech.

**Riad K - suite con terrazza**

<https://www.booking.com/hotel/ma/riad-k.it.html>

29 derb Nkhale quartier Rahba Lakdima

+212 (0) 6 68 54 52 64 Rachid (responsabile)



## Programma giornaliero

N.B.: durante la parte itinerante del viaggio partiremo la mattina tra le 9.00 e le 9.30 e arriveremo a destinazione prima del tramonto. Sarà un viaggio rilassante e quieto.

### **Ven 26 gen: Bergamo - Fès**

volo - pernottamento - trasferimento in auto con autista – circa 18 km / 30 minuti

Facciamo in modo di essere **in aeroporto per le 14.30**.

Il volo **parte alle 17.40** e arriva alle 20.30 a Fès.

Tra immigrazione e trasferimento, arriveremo in centro città la sera tardi; il vantaggio è che è tutto quieto. E' un po' surreale; secondo me ti piacerà.

### **Sab 27 gen: Fès**

prima colazione - cena - pernottamento – auto con autista – circa 10 km

Una giornata tranquilla, dove potrai sfoggiare le tue doti di gran camminatore, nella più antica tra le città imperiali, per scoprirne la storia, l'arte e la vivace quotidianità, gelosamente custodite tra le mura della Medina (patrimonio dell'Unesco).

Varcando le porte di **Fès-el-Bali**, la città vecchia, ancora oggi popolarissima, e passeggiando nel sali-scendi delle viuzze impregnate dell'aromatico odore del legno, della pelle e delle spezie, in pochi minuti saremo proiettati indietro nel tempo, tra artigiani, minuscole botteghe dove si svolgono antichi mestieri, mercanti e muli che si fanno strada tra la gente, trasportando ogni sorta di merce.

E' un dedalo anche per chi ha un buon senso dell'orientamento, ma ce la caveremo anche questa volta.

Prima o dopo la visita della Medina, potremo fare un giro in auto nella parte moderna della città, per vedere il quartiere ebraico, alcuni palazzi Art Déco, il palazzo reale, il Belvedere e una fabbrica di produzione delle ceramiche secondo una antica tradizione tipica di Fès.

### **Dom 28 gen: Fès – Medio Atlante - Midelt – Erfoud - Merzouga - circa 450 km**

prima colazione – cena - pernottamento - auto con autista

Stamattina partiremo **entro le 09h00** per una lunga giornata di trasferimento, su strade panoramiche. Il percorso scorrerà verso sud, attraverso le foreste di cedri e lungo le strade e i piccoli villaggi del **Medio Atlante**.

Passeremo per alcune zone che ricordano la mia amata Svizzera, con le case con i tetti spioventi e, quando la strada scenderà zigzagando nelle belle **Gole dello Ziz**, cominceremo a sentire la presenza del deserto: i primi palmeti, i primi dromedari, le case più basse e con finestre sempre più piccole.

Infine, entro il tramonto, arriveremo alle dune. Ti piacerà.

### **Lun 29 gen: Deserto - circa 50 km**

prima colazione – cena – pernottamento - auto con autista

Oggi anche tu conoscerai il deserto in tutte le sue declinazioni: l'**hammada**, costituita prevalentemente di roccia, il **reg**, insieme di pietre e sabbia, l'**erg** che il nostro immaginario riconosce immediatamente come IL DESERTO, dune di sabbia a perdita d'occhio, di diverse forme e dimensioni.

Avremo tutto il tempo per passeggiare e regalarci momenti di magico relax in uno scenario da sogno.



**Mar 30 gen: Merzouga – Tinghir – Gole del Todra - Boumalne Dadès - circa 250 km**

prima colazione – cena – pernottamento - auto con autista

Lasceremo il deserto passando, dapprima, per la zona delle **khettara**, un sistema di canali sotterranei per la raccolta dell'acqua che arriva dalle lontane montagne dell'Atlante  
<http://www.civiltacqua.org/uploads/L%20acqua%20dell%20Atlante%20nelle%20Khattara.pdf>

Poi arriveremo all' oasi di **Tinghir** e alle impressionanti pareti di roccia delle **Gole del Todra**, prima di riprendere la strada verso l'Alto Atlante e le **Gole del Dadès**, dove ci fermeremo per la notte (secondo me farà molto freddo).

**Mer 31 gen: Boumalne Dadès – Jebel Sarhro – Valle del Drâa - Agdz - circa 150 km**

prima colazione – cena – pernottamento - auto con autista

Percorreremo la strada a ritroso una ventina di km, per imboccare una bella pista panoramica che attraversa il **Jebel Sarhro**, l'unico massiccio vulcanico del Marocco, tra aspre cime, alti pinnacoli e rocce laviche a canne d'organo. Sulla pista potremmo passeggiare un po', in un paesaggio surreale che a me piace moltissimo. La strada è una sola ed è impossibile perdersi.

Infine arriveremo in uno dei posti che io amo di più in Marocco, all'imboccatura della **Valle del Drâa**, in un'oasi di pace davanti al **Jebel Kissane**, dove io preferisco stare in inverno (anche se fa freddo) perché, in estate, è piena di cobra (per questo ci sono un sacco di pavoni).

**Gio 01 feb: Agdz - Ouarzazate - Aït Benhaddou – Strada del Sale - Marrakech – circa 270 km**

prima colazione – cena – pernottamento - auto con autista

Oggi è giorno di mercato ad **Agdz** e, se ti interessa, potremmo fare un breve giro per partecipare a questo momento così importante per tutti gli abitanti delle zone rurali. E' piuttosto pittoresco e, generalmente, non si trovano molti turisti.

Poi riprenderemo la strada verso nord, attraversando i paesaggi lunari dell'**Anti Atlante** e il passo di **Tiniffit**, per arrivare a **Ouarzazate**, crocevia naturale del Marocco del Sud e alla spettacolare costruzione fortificata di **Aït Benhaddou** (patrimonio dell'Unesco), lo *ksar* più famoso del Paese che, fin dagli anni '60, fa da sfondo a numerosi film.

Da qui imbrocheremo l'antica **Strada del Sale**, attraversando i giardini, le valli e le montagne dell'**Alto Atlante** fino al piccolo villaggio di **Telouet**, antica e strategica dimora del Pacha Glaoui.

Valicato il **Passo del Tichka**, a 2.260 metri, scenderemo a **Marrakech**, proprio quando la città si trasforma e **Place Jemaa El Fna** si anima della sua travolgente vivacità serale. Un vero casino, ma dobbiamo passare da lì per arrivare nel nostro bel riad (un'oasi di pace).

**Ven 02 feb: Marrakech**

prima colazione – pernottamento

Oggi ce la godremo, passando il tempo in Medina, nel souk o a visitare dei monumenti e, magari, prendendo un tè alla menta con un paio di mie amiche.

In ogni caso potremo fare molte soste in piccoli locali che ti piaceranno.

**S 03 feb: Marrakech**

prima colazione - auto con autista - volo

Avremo tutta la giornata. La mattina potremmo visitare il bellissimo **Jardin Majorelle** e, se ti va, l'attiguo **Museo Yves Saint Laurent**.

Poi potremo fare un giro della città dall'esterno in auto, prima di andare in aeroporto per le 17.00.

Il volo **parte alle 20.35 e arriva alle 23.55**. Secondo me dormiremo e arriveremo a Bergamo riposati e felici.



**Il pacchetto include:**

- voli come da programma;
- 08 pernottamenti in camera matrimoniale come da programma;
- pasti come da programma (08 prime colazioni e 06 cene);
- trasporti: auto fuoristrada con autista/guida, a disposizione nelle ore diurne (per ragioni di sicurezza stradale) come da programma; carburante, vitto e alloggio dell'autista **sono inclusi**;
- IVA e tasse turistiche locali

**Il pacchetto esclude:**

- assicurazione viaggio (emessa polizza annuale da te);
- bevande, mance, eventuali guide locali, biglietti di ingresso ai monumenti e tutto quello non indicato nel programma.

**Modifiche impreviste:**

L'ordine del circuito, così come le visite, potrebbero subire delle variazioni a seguito di imprevisti come modifiche/cancellazioni di voli da parte delle compagnie aeree, condizioni climatiche o naturali, scioperi o qualsiasi altra causa di forza maggiore.

In caso di necessità, gestiremo la situazione.





# Info voli e bagagli

## Misure di sicurezza: articoli consentiti e vietati in volo

<https://www.enac.gov.it/passeggeri/cosa-portare-bordo>

## Misure di sicurezza: trasporto di batterie al litio

<https://www.enac.gov.it/passeggeri/cosa-portare-bordo/trasporto-di-batterie-al-litio>

Le batterie di tipo consentito NON devono sfregarsi tra loro e, quindi, quando sfuse, devono essere imballate singolarmente.

Come preparare i **liquidi** per i **controlli di sicurezza**

### LO SAPEVI CHE...

informazioni sulle batterie al litio

<p>il tuo cellulare, computer portatile, e altri dispositivi elettronici contengono batterie al litio?</p> 	<p>le batterie al litio e le sigarette elettroniche sono merci pericolose?</p> 	<p>se le batterie al litio sono danneggiate o subiscono un cortocircuito possono provocare un incendio?</p> 	<p><b>NON</b> metterle nel tuo bagaglio registrato (da stiva)</p> <p><b>Portale con te</b></p> 
---	---	--	---


La tua sicurezza dipende anche da **TE**

Per saperne di più consulta le informazioni fornite dalla tua compagnia aerea sulle merci pericolose




### Quali liquidi posso portare a bordo come bagaglio a mano?

#### PUOI PORTARE:

-  A partire dal 31 gennaio 2014  
**Liquidi acquistati al duty free sigillati in un sacchetto di sicurezza**  
Il liquido e la prova di acquisto devono rimanere sigillati nel sacchetto di sicurezza fornito al momento dell'acquisto.
-  **Liquidi in contenitori di capienza non superiore a 100 ml**  
inseriti in un sacchetto di plastica trasparente, richiudibile, di capienza non superiore a 1 litro.
-  **Medicinali e prodotti dietetici particolari (ad esempio, cibo per neonati)**

#### NON PUOI PORTARE:

-  **Tutti gli altri liquidi devono essere inseriti nel bagaglio da stiva**

In caso di dubbi, prima di partire puoi rivolgerti all'aeroporto, alla compagnia aerea o al rivenditore per avere maggiori informazioni

## Bagaglio:

- Bagaglio **facilmente maneggevole**, meglio **borse morbide** che valigie rigide, **con lucchetto** per quello da imbarcare.
- Avvolgi **shampoo, liquidi, crema da barba** (**meglio della schiuma che è sotto pressione**) e **contenitori delicati** (es. profumo) in sacchetti di plastica per preservare i vestiti in caso di rottura o apertura (a volte i contenitori si aprono durante il volo a causa delle differenze di pressione).

IMPORTANTE: è sempre opportuno prevenire qualsiasi disagio, in caso di **smarrimento del bagaglio** da parte del vettore, perchè è improbabile recapitarti il bagaglio lungo il percorso (per motivi doganali e di sicurezza, spesso devi ritirare personalmente il bagaglio in aeroporto).

Quindi:

- contrassegna il bagaglio (**ogni pezzo, anche quello a mano**) con le tue coordinate (importante un numero di cellulare attivo anche in loco);
- al momento della **consegna del bagaglio al banco** in aeroporto:
  - verifica che l'addetto apponga sul tuo bagaglio la **fascetta con l'aeroporto di destinazione**;
  - se le sacche hanno **due manici, NON PERMETTERE** all'incaricato di legarli insieme con la fascetta, perché è frequente che si strappi e il bagaglio venga smarrito;
  - verifica **nome/aeroporto/numero bagagli** sulle **ricevute** che ti saranno consegnate;
- tieni **l'indispensabile nel bagaglio a mano** e, se ne hai la possibilità, durante il volo di andata, **ripartisci il rischio di smarrimento** degli effetti personali con le persone con cui viaggi, mettendo nel bagaglio di ognuno una parte dei tuoi indumenti esterni / intimi e accessori (e viceversa);
- qualora il tuo bagaglio **non venga distribuito** sul nastro al tuo arrivo:
  - fai immediatamente denuncia al banco preposto in aeroporto,
  - consegna una copia del programma di viaggio con l'indicazione di città – hotel – telefono,
  - comunica il tuo recapito di telefono cellulare (anche locale, se ne hai uno),
  - fatti rilasciare ricevuta e, FONDAMENTALE, un numero di telefono da contattare,
  - prosegui nel tuo viaggio con la migliore predisposizione d'animo.

## Confort a bordo:

Alcune buone norme ti permetteranno di avere maggior comfort durante il volo:

- **evita di bere bibite gasate**, soprattutto prima del decollo, e super-alcoliche,
- tieni sempre a portata di mano (letteralmente) **una bottiglietta d'acqua** e bevi molto in volo per prevenire disidratazione (più frequente in volo) e conseguente mal di testa,
- abbigliamento confortevole,
- toglie le scarpe e indossa delle calze calde,
- tieni a portata di mano una sciarpa e indumenti caldi (l'aria condizionata sarà perennemente attiva e potresti raffreddarti),
- quando sei seduto/a mantieni le cinture di sicurezza allacciate,
- è utile portare delle mascherine idonee per coprire naso e bocca qualora abbiate vicini a voi passeggeri con raffreddore.

## Info utili e importanti

Link sito della Farnesina (Italia)  
<https://www.viaggiariesicuri.it/country/MAR>

### Documenti necessari:

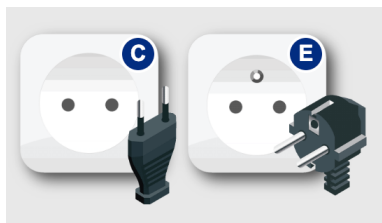
- **Passaporto perfettamente integro** in corso di validità almeno durante il soggiorno in Marocco; **preferibilmente** con 6 mesi di scadenza dopo l'ingresso nel Paese e con almeno **2 pagine** completamente vuote.
- Recenti disposizioni di legge locali hanno stabilito che tutti i viaggiatori stranieri non residenti in Marocco saranno invitati a presentare alle Autorità marocchine competenti negli aeroporti nazionali il biglietto di ritorno, nonché prove di adeguati mezzi economici di sostentamento durante il soggiorno.

### Valuta:

- In Africa è sempre bene avere con sé una buona disponibilità di **denaro contante**.
- La moneta locale è il Dirham (DH o MAD).
- Vengono cambiati regolarmente Euro, USD, SFR
- E' impossibile acquistare Dirham al di fuori del Marocco ed è **vietato uscire dal paese con Dirham**. Alla fine del soggiorno si possono convertire in Euro o altra valuta straniera i Dirham acquistati in precedenza **presentando le relative ricevute di cambio**.
- Anche se nei negozi per turisti delle grandi città sono accettati Euro, USD, SFR e altre valute importanti, consigliamo di cambiare la vostra moneta in moneta locale per facilitarvi negli acquisti; potete cambiare in aeroporto, nei diversi uffici cambio, in banca o in hotel; il tasso di cambio è analogo ovunque.
- A parte le grandi strutture e ristoranti molto frequentati, benché accettato da molti esercenti, il pagamento tramite **carta di credito** è poco gradito e talvolta viene tassato con una commissione. Il pagamento in contanti consente di negoziare meglio qualsiasi prezzo.

### Corrente elettrica:

- In generale **la corrente è 220 V** (come in Italia).
- Spine e prese a 2 poli normali o Schuko.
- **IMPORTANTE:** se avete apparecchi con spine a **3 poli** portate un adattatore con presa a 3 buchi e spina schuko o, comunque, 2 poli. Per gli altri casi non è necessario un adattatore.



### Telefonia / Internet / computers / apparecchi fotografici:

- I cellulari funzionano e la copertura è ampia, tranne in alcune zone remote.
- **Qualche giorno prima della partenza** verificate con il vostro operatore Italiano la possibilità di attivare una tariffa promozionale per usare il telefono anche in Marocco limitando i costi.
- La maggior parte degli hotel dispone di **wifi** a disposizione dei clienti (chiedete la password al momento del check-in); generalmente è gratuito. In alcune zone remote, può capitare che la rete wifi sia altalenante o assente.

## Abbigliamento:

- casual, pratico e confortevole.
  - sia agli uomini che alle donne **raccomandiamo sobrietà** e di evitare l'utilizzo di calzoncini corti, canotte e magliette scollate utilizzate come abbigliamento esterno (a meno che siate in piscina o spiaggia);
  - in ogni viaggio è buona norma avere con sé un costume da bagno e un abito più formale / smart-casual, qualora si presentasse l'occasione di utilizzarlo, per una cena o aperitivo in ristoranti eleganti / formali;
  - preferite camicie a manica lunga (che può anche essere arrotolata) e pantaloni lunghi NON attillati, che lascino circolare l'aria;
  - calze e scarpe chiuse comode con la suola un po' rinforzata e antiscivolo.
- Le temperature medie in Marocco a fine gennaio: **tra i 3° e i 27°**, in base alla latitudine e all'altitudine. Le notti sono fredde. In montagna potrebbe nevicare.  
A Marrakech si possono vivere le 4 stagioni nell'arco di una giornata (abbigliamento a cipolla con pantaloni medio peso, t-shirt/camicia, maglioncini caldi, piumino caldo, cappello, sciarpa, guanti e una tuta e un paio di calze calde per la notte).

## Come godere al meglio del viaggio:

Ogni viaggio è un'esperienza multisensoriale ed emotiva straordinaria e arricchente e ciò che ricorderete al rientro sarà solo in minima parte ciò che avete visto; i ricordi più intensi e duraturi saranno ciò che avete vissuto, istante per istante.

Fin dal vostro arrivo a destinazione, assecondare il **rallentato ritmo** locale vi eviterà manifestazioni di malumore o d'impazienza che, non essendo comprese dalla popolazione locale, vi ostacoleranno nel raggiungere i vostri obiettivi e, anzi, potrebbero comprometterne il buon esito o ritardarli.

Nel corso di una vacanza itinerante, **il viaggiare in sé** costituirà il fulcro della vostra esperienza; pertanto non abbiate mai fretta di arrivare alla destinazione finale della giornata. Infatti, i tratti che percorrerete in auto sono un'opportunità per vedere e vivere il Paese da prospettive diverse e per fare incontri inattesi che vi regaleranno esperienze inimmaginabili ed emozioni indimenticabili.

Lasciate a casa le **aspettative**, siate **curiosi** e **utilizzate tutti i sensi** per vivere la vostra esperienza. Scattate generosamente fotografie e girate filmati, senza limitarvi a vivere la vostra vacanza dietro un obiettivo.

Suggeriamo di evitare continui confronti con altri luoghi che avete avuto la fortuna di conoscere; **ogni luogo e ogni momento sono unici e irripetibili**; vivendoli pienamente, tornerete a casa con gratitudine per tutte le esperienze vissute e sarete senz'altro più ricchi di quando siete partiti.

In viaggio curate sempre il vostro **comfort**, la vostra **sicurezza** e la vostra **salute**.

## Sicurezza e buon senso:

La maggior parte del paese può essere visitato prendendo le precauzioni che adattereste anche in Europa.

Alcuni suggerimenti:

- in qualsiasi Paese suggeriamo di:
  - evitare di discutere di religione, politica e calcio, tutti argomenti sensibili;
  - evitare assembramenti e/o manifestazioni;
- NON passeggiate da soli di notte (specialmente nelle grosse città e nelle viuzze delle Medine);
- lasciate a casa TUTTI i vostri gioielli e orologi costosi;
- evitate di mettere in mostra attrezzature fotografiche costose;
- non lasciate in vista e/o incustoditi i vostri bagagli o altri oggetti di valore;
- mantenete le sicure dell'auto chiuse e i finestrini chiusi quando attraversate i centri delle grandi città;
- non trasportate grande quantità di denaro e, quando potete, depositate valori e documenti nella cassaforte dell'hotel;



- suddividete il denaro contante tra di voi e in posti diversi (esempio, due diverse tasche della borsa / zainetto / marsupio), per ripartire l'eventuale rischio di smarrimento o furti;
- portate sempre con voi una **fotocopia del passaporto**, conservandola separatamente rispetto all'originale;
- quando entrate nella vostra stanza d'albergo, familiarizzate con un eventuale via di fuga, qualora se ne presentasse la necessità,
- per rispetto alla cultura locale e per la vostra sicurezza vi raccomandiamo di **non offrire da bere** alcolici né agli autisti, né alle guide e, in genere, a nessun musulmano.

### Sicurezza e salute:

- Per ogni informazione di carattere sanitario consigliamo di consultare il Centro di Medicina dei Viaggi del distretto di appartenenza, prima di ogni viaggio.
- E' sempre bene avere la **copertura antitetanica** (anche quando siete in Italia); rivolgetevi al vostro medico per un consiglio.
- Qualche suggerimento generale:
  - **il traffico si muove in modo disordinato** e, in ogni caso, in modo diverso rispetto all'Europa sia in auto che a piedi; **fate sempre molta attenzione, soprattutto se vi muovete a piedi tra le viuzze della Medina**, dove circolano carretti, asini, biciclette e motorini; se dovete cambiare direzione, fatelo con circospezione, evitando movimenti bruschi, per permettere al "resto del mondo" di prevenire i vostri movimenti e di scansarvi; prestate particolare attenzione se viaggiate con bambini;
  - se siete in auto, allacciate sempre le **cinture di sicurezza**, anche se seduti sui sedili posteriori, **prima della messa in moto**;
  - bevete **esclusivamente acqua e bibite in bottiglia**, verificando il sigillo del tappo;
  - usate **acqua imbottigliata anche per lavarvi i denti**;
  - fate attenzione quando bevete dal collo dalla bottiglia mentre siete in auto: potreste ferirvi le labbra se la strada è dissestata o sterrata;
  - anche quando fa caldo, **coprite** il corpo in modo adeguato: pantaloni lunghi e camicie a maniche lunghe **NON attillati** che lascino circolare l'aria (in lino/cotone leggeri d'estate e di medio peso l'inverno), possibilmente con legacci alla caviglia (utili se fate trekking; la presenza degli animali richiama insetti, zecche e tafani);
  - evitate permanenze prolungate al sole e coprite il capo durante le passeggiate o le soste al sole;
  - **lavatevi accuratamente le mani prima di toccare il cibo e/o la bocca**;
  - se mangiate al di fuori dei riad / hotel selezionati, vale ovunque la regola: **cotto che scotti e/o lavato e sbucciato**;
  - **prima di mangiare la frutta (di cui fanno parte anche i datteri e i fichi), lavatela accuratamente, lavate le mani, e poi sbucciatela**;
  - **evitate di consumare frutta secca non lavata o non confezionata in sacchetti sigillati**;
  - l'utilizzo delle spezie (comuni nella cucina locale) aiuta la digestione;
  - se vi graffiate o ferite anche leggermente, **disinfettate subito la ferita** (ottime allo scopo sono le salviette disinfettanti; verificate che siano adatte alla pelle lesa);
  - **evitate il contatto con animali** e, se passate accanto ad asini, cavalli, muli, evitate il raggio d'azione delle loro zampe; se li incontrate su un sentiero in montagna, state sempre voi a monte;
  - **evitate di sedervi sui muretti a secco** e di mettere le mani tra le pietre;
  - nelle zone rurali, mantenete chiuse porte e finestre/zanzariere della vostra camera e verificate molto bene le chiusure della tenda (in caso di campo);
  - **mantenete chiuse le vostre sacche e borse da viaggio**, dopo aver estratto quello che vi serve, per evitare che si infilino insetti e piccoli animali;
  - **sbattete scarpe e vestiti prima di indossarli** per evitare punture di insetti / ragni / scorpioni;
  - se fate trekking, camminate nella sabbia o su sentieri dove potrebbero esserci serpenti, scorpioni o altri animaletti pericolosi, prestate attenzione a dove mettete i piedi;
  - nelle zone rurali e in tenda, verificate i letti e le lenzuola prima di coricarvi;
  - è fondamentale **evitare di bagnarsi in stagni e corsi d'acqua dolce** per il rischio di contrarre la biliarzia o altre malattie.

- E' fondamentale prevenire la disidratazione (più frequente in viaggio):
  - 1- abbiate sempre con voi (in escursione, in auto, in camera ecc.) una bottiglia d'acqua a testa e ricordatevi di bere, anche se vi sembra di non avere sete (considerate circa 2 litri d'acqua a testa al giorno, aumentando il quantitativo quando fa caldo, quando siete in altitudine o nel deserto); bevete esclusivamente acqua e bibite in bottiglia, **verificando il sigillo del tappo**;
  - 2- ogni sera o mattina re-integrate la vostra scorta d'acqua e, durante la parte itinerante del viaggio (**se siete in tour**), tenete sempre a bordo 2 o 3 bottiglie d'acqua da 1,5 litri per ogni passeggero (possono comunque servire per usi diversi dal bere) oltre a qualche barretta energetica o cibo secco;
  - 3- in caso di diarrea, reidratate opportunamente il corpo e bevete acqua, evitando succhi di frutta, bevande alcoliche o gasate;
  - 4- prestate particolare attenzione ai **bambini** e agli **anziani**.

NB:

Una **perdita del 5% di acqua** fa rattrappire la pelle e compromette la tonicità dei muscoli.

Una **perdita del 15% di acqua è fatale** per l'organismo.

## Alberghi:

I **riad** sono antiche dimore e case private ristrutturata. Spesso sono gestiti direttamente dai proprietari, per lo più Europei che si sono innamorati del Marocco e che considerano i propri clienti come veri ospiti. I riad generalmente si trovano all'interno delle città storiche (nella Medina). Di solito il piano terreno è costituito da un piccolo ingresso (dal quale non si vede l'interno della residenza), da un patio e da alcune sale comuni, mentre ai piani superiori sono generalmente collocate le camere da letto.

Molti riad dispongono di una terrazza solarium e alcuni hanno un hammam e sala massaggi.

Nel sud e nelle zone rurali, le strutture di fascino sono generalmente denominate **dar, ksar, kasbah** o, in generale **maison d'hôtes** ed hanno caratteristiche architettoniche berbere; anche qui si vive un'accoglienza personalizzata e di tradizione.

Ovunque la cucina è marocchina, a volte con influenze francesi gradevoli.

Scegliere di soggiornare in queste strutture è un'esperienza unica, che consente di entrare maggiormente a contatto con la cultura e la tradizione locale e di vivere un'accoglienza personalizzata.

Tuttavia è bene essere consapevoli di alcuni aspetti caratteristici che potrebbero non incontrare le preferenze di tutti:

- poiché molte zone delle Medine non sono percorribili in auto, la maggior parte dei riad devono essere raggiunti a piedi; **il trasporto dei bagagli** sarà quindi effettuato da portatori (con o senza carretto), ai quali lascerete **una mancia**;
- spesso le camere hanno una larghezza limitata a causa dei vincoli architettonici tradizionali (l'altezza massima utile dei tronchi d'albero con cui si realizzavano le travi da costruzione), anche se a volte lo spazio è recuperato in lunghezza;
- quasi ovunque è disponibile sia la rete telefonica GSM che il collegamento wifi (a volte in camera, a volte solo nelle aree comuni); tuttavia la qualità del servizio può essere irregolare.

Benché siamo sempre molto accurati nella selezione, ricordiamo che, al di fuori delle grandi città, raramente sono disponibili strutture di categoria elevata; confidiamo comunque che ne apprezzerete la scelta per il fascino e la posizione. Confidiamo inoltre che, per qualche giorno, siate disposti a rinunciare a una tecnologia di avanguardia, per poter visitare luoghi remoti in cui il tempo sembra essersi fermato e in cui è più facile entrare in contatto con la propria anima, un lusso che raramente possiamo concederci durante il resto dell'anno.



## Mance:

- In Marocco (e nella maggior parte del mondo), una mancia fa la differenza tra mettere un piatto in tavola oppure no.
- Il personale di servizio negli hotel ha un livello retributivo basso e, se avete bisogno di un servizio specifico, una piccola mancia lo velocizzerà: **10-20 dirham per ogni servizio** richiesti sono sufficienti.
- Se siete stati bene in un posto, al momento del check-out suggeriamo di lasciare una mancia nella scatola che quasi tutte le reception hanno e che sarà redistribuita tra tutto il personale dell'hotel (indicativamente **tra i 25 e i 50 dirham a persona a notte**).
- Al ristorante arrotondate il conto più o meno con il **10 percento del valore**.
- Se viaggiate in auto con autista e siete soddisfatti, è una buona consuetudine dare una mancia alla fine del viaggio; generalmente **150-200 dirham al giorno per ogni auto** (dipende anche da quanti passeggeri siete e, in particolare, se l'autista vi ha fatto qualche particolare piacere).

## Spese extra e acquisti:

Per orientarvi nelle vostre spese quotidiane:

- Il pranzo costa tra gli 80 dirham (ristoranti per locali) e i 250 dirham a testa (nei ristoranti per stranieri).
- L'acqua costa tra i 5 dirham (negozi) e 25 dirham (hotel) la bottiglia da un litro e mezzo.
- Per le cene libere:
  - in un ristorante per stranieri potete spendere tra i 250 e i 350 dirham a testa, ma anche di più (500-800 dirham a testa e oltre) se scegliete un ristorante gastronomico o se prendete vino;
  - sui banchetti in piazza Jemaa el Fna a Marrakech (molto caratteristico e simpatico, purché evitate cibi fritti o crudi), potete spendere tra gli 80 e i 150 dirham a testa.

Per il resto delle spese, dipende dal vostro desiderio di shopping; l'artigianato è molto accattivante.

- Mercanteggiare è obbligatorio in tutta l'Africa, perché non esistono prezzi fissi, per nessuno, quindi **prendete il vostro tempo** e ... negoziate, negoziate, negoziate, sorseggiando il vostro tè; sarà un'esperienza diversa e potrete concludere anche qualche buon affare.
- Se non sapete dare un valore all'oggetto che state acquistando, pensate a quanto **potreste pagare nel vostro paese** quell'oggetto e, soprattutto, se lo comprereste al prezzo che il commerciante vi sta chiedendo.
- Datevi sempre un **tetto massimo** di spesa per ogni acquisto che desiderate fare, prima di iniziare una contrattazione.
- Per **evitare dissapori con i commercianti**, chiedete il prezzo (e, quindi, cominciate a trattare) **solo se l'oggetto vi interessa** e, per concludere un buon affare, solo se avete il tempo per poter condurre una negoziazione che potrebbe anche durare più di mezz'ora.
- Pensate anche a **come trasporterete il vostro acquisto** al ritorno; se vi farete spedire l'acquisto, è probabile che dobbiate fare un'importazione con dichiarazione doganale e pagare il dazio.

## Da ricordare

Portate con voi, innanzitutto ... un po' di **pazienza** ed un sano **spirito d'adattamento** che aiuteranno ad accettare qualche piccolo imprevisto, possibile in un viaggio di questa natura; e poi:

- Passaporto conforme alle richieste.
- Biglietti aerei e carte di imbarco **in formato cartaceo**, anche se avete tutto nei vostri dispositivi elettronici.
- Fotocopia dei vostri documenti di viaggio e del passaporto in caso di smarrimento degli stessi.
- Programma del viaggio e eventuali vouchers.
- Denaro contante (EURO, USD e SFR sono cambiati ovunque).
- Carta di credito (NON ELECTRON), **con credito residuo** adeguato.
- **Assicurazione** assistenza medica / infortuni in viaggio e rimpatrio sanitario.
  
- Una **mappa recente** del Paese, per vivere il viaggio in modo più attivo e consapevole.
- Bagaglio **facilmente maneggevole** preferibilmente in **borse morbide**.
- Piccolo zaino / borsa a tracolla per gli effetti personali.
- Abbigliamento adeguato (v. dettaglio sopra).
  
- Eventuale attrezzatura fotografica (con manuale, batterie e caricabatterie e accessori).
- Coltellino svizzero + forbicine + ago e filo (tutto **DA IMBARCARE**).
- Occhiali da sole e, se li usate, da vista (meglio un paio di scorta).
  
- Articoli da toilette: spazzolino, dentifricio, sapone, shampoo, pettine, deodorante, fazzoletti igienici, assorbenti, stick per labbra, **crema di protezione solare** e idratante, rasoio / **crema da barba** (evitate la schiuma da barba che può spargersi ovunque durante il volo).
  
- **Penna a sfera** e un bloc-notes o quaderno.
- Torcia (tenetela sempre a portata di mano, anche nella vostra stanza in hotel; in tenda, meglio da fronte).
- Repellente per zanzare e piccoli insetti se siete soggetti a punture.
  
- Salviettine detergenti e salviettine disinfettanti **adatte anche a pelle lesa**.
- Mascherine chirurgiche e FFP2, guanti usa e getta, disinfettante mani.
- Medicinali per uso personale, per trattamento di base COVID, o per disturbi specifici occasionali (ognuno può avere specifiche aree di debolezza che si possono accentuare in caso di cambiamento ambientale) e piccola farmacia di base.  
A nostro avviso non dovrebbero mancare:  
termometro digitale – saturimetro - disinfettante per ferite tipo Betadine (**disinfettare subito anche le ferite e i graffi apparentemente di poco conto**) – pomata antibiotica - pomata per punture d'insetti – antidiarroico – medicinale specifico per la cura del raffreddore – cerotti – garze – cerotto a nastro – collirio monodose – pastiglie per curare febbre e mal di testa - antibiotico ad ampio spettro (verificate che non dia ipersensibilità in caso di esposizione al sole e, in ogni caso, consultate il medico prima di assumerlo).
  
- Check-list per la **chiusura della casa** prima del viaggio:
  - chiudere gas, acqua, luci
  - spegnere gli elettrodomestici non necessari e staccarne le spine
  - staccare antenna TV
  - chiudere persiane / tapparelle e ritirare tendoni esterni
  - vuotare la spazzatura
  - lasciare i propri recapiti e il nostro numero di tel. italiano **347 00 31 728** a familiari o amici che possano dovervi contattare in caso di necessità.



# Informazioni utili per il soggiorno a Marrakech

## Esperienze suggerite:

- Un tardo pomeriggio / sera in **Place Jemaa El Fna**, quando la piazza diventa quel famoso palcoscenico a cielo aperto che l'ha resa famosa in tutto il mondo.
- Un momento di relax culturale al caffè letterario **Dar Cherifa** <https://marrakech-riads.com/en/restaurant-dar-cherifa/>, antico riad ottimamente restaurato e conservato.
- Un aperitivo o un tè in uno dei bar della **Mamounia**, uno dei 10 hotel più belli del mondo (richiesto **abbigliamento smart-casual o elegante**).
- Un tè sulla terrazza del "Café de France" (Place Jemaa El Fna) per godere della vista della piazza anche dall'alto (probabilmente la vista migliore sulla piazza).
- Un paio d'ore al **Jardin Majorelle**, straordinaria collezione di piante tropicali e di cactacee e **Museo YSL** (da prenotare in anticipo online)
- Quattro passi nel **souk** della Medina di Marrakech (il venerdì gli artigiani non lavorano e, soprattutto nel pomeriggio, molti negozi sono chiusi).
- Un **hammam** con gommage nel vostro riad / hotel oppure  
[www.lesbainsdemarrakech.com](http://www.lesbainsdemarrakech.com)  
<http://www.hammamdelarose.com/it/>  
<http://www.lebainbleu.com/>  
<http://www.lesjardinsdelakoutoubia.com/fr/spa-luxe-marrakech>

## Qualche buon ristorante (da prenotare)

- per una **cena gastronomica** marocchina:
  - [www.alfassia.com](http://www.alfassia.com) (preferibilmente all'Aguedal; in alternativa, a Gueliz), **eccellente**, ottimo rapporto qualità prezzo e possibilità di ordinare à la carte, contenendo il prezzo e le calorie;
  - <https://marrakech-riads.com/restaurant-dar-zellij/>, antico riad ottimamente restaurato e conservato con **eccellente** cucina tradizionale (aperto anche per brunch o pranzo il venerdì, sabato e domenica);
  - <https://www.cenizaro.com/lamaisonarabe/marrakech> (in Medina, ottimo, prezzi europei);
- in **centro alla Medina**, adatti anche al pranzo, a prezzi ragionevoli:
  - <http://www.naranj.ma/> LIBANESE di ottima qualità
  - [www.terrasedesepices.com](http://www.terrasedesepices.com)
- Se mangiate sui banchetti in Place Jemaa El Fna, **raccomandiamo** di mangiare solo cibi cotti caldi e di evitare completamente i fritti (l'olio è riutilizzato molte volte).

## Visita della Medina in autonomia

Prima di uscire, sarà bene che lasciate valori e passaporti in cassaforte e che portiate con voi una sciarpa o foulard per ripararvi naso e bocca dallo smog, nei tratti in cui sarete in zone di traffico automobilistico. Inoltre, abbiate sempre con voi il biglietto da visita del vostro riad.

La zona più interessante della medina è quella dei *souks* (a nord di Place Jemaa el Fna), divisi per tipologia di prodotti, visitabili solo a piedi; passeggiate tranquillamente e soffermatevi a guardare gli artigiani. **Il venerdì gli artigiani sono chiusi.**

Un itinerario nei souks di Marrakech (**v. mappa qui sotto**) non può che iniziare dalla **Place Jemaa el Fna**. Il punto di partenza ideale è sull'estremo lato destro della piazza, al **Café de France (1)**, dalla cui terrazza si gode una vista spettacolare sulla piazza, soprattutto al tramonto. Da lì imboccate a destra la **Berb Dabachi**, una breve via coperta, quindi, girando immediatamente a sinistra, si entra nel souk.

Continuando dritti si arriva a place **Rahba Kedima**, luogo in origine dedicato agli speciali; nelle farmacie sopravvissute si possono ancora oggi trovare essenze, coloranti, pelli di serpenti e piccoli animaletti vivi.

Sulla destra, da un piccolo portale, si accede al **Souk des Tapis (4 - il mercato dei tappeti)**.

In fondo alla piazza, sulla sinistra, da un angusto passaggio, si entra nel cuore del grande mercato coperto, il **Souk Smarine (5)** che si può percorrere verso destra. Subito dopo, ancora sulla destra, si può deviare in un piccolo cortile coperto **(6)** dove s'incontrano vari gioiellieri. Proseguendo invece per la via principale, si arriva al **Souk des Saccotiers (7)** annunciato da una grande porta.

Con una breve deviazione, si può uscire dal souk per arrivare alla **Place Ben Youssef, tra la Moschea (9), la Medersa (scuola coranica) e il museo di Marrakech.**

Se invece volete restare nel souk, continuate in direzione del **Souk Cherratine (11)**. Da qui proseguite a sinistra nel **Souk Belaarif (12)**, la zona dedicata al ferro battuto dove, percorrendo fino in fondo questo stretto passaggio, scoprirete l'arte di forgiare cancelli, lanterne, sedie e candelieri e dove alcuni fabbri realizzano anche pezzi su richiesta.

Superando a sinistra l'ingresso di una piccola moschea, a un incrocio a "T", a destra si entra nel **Souk dei Falegnami (14)** e a sinistra in quello dei **Tessuti (15)**. Qui alcuni tintori lasciano asciugare i teli al sole, creando effetti scenografici.

Attraversandolo lungo la via principale, tortuosa ma ben riconoscibile, poiché più grande delle altre, si arriva di nuovo a un crocevia a "T": a sinistra si entra nel **Souk degli Argentieri (16)** mentre a destra si prosegue per la porta di **rue Mouassine**. Varcandola, si arriva alla piazzetta con l'omonima Moschea e la celebre fontana per le abluzioni.

Si prosegue lungo la via principale e, dopo aver attraversato le due porte che delimitano un tratto coperto, la strada devia a sinistra. Una volta raggiunta la minuscola libreria **Fnac Berbère (26)**, ci sono due possibilità per tornare alla Place Jemaa el Fna: si continua su **rue Mouassine** che, in parte diventa coperta, per arrivare su una grande piazza dove sostano carretti che fanno consegne a domicilio **(30)**. Attraversandola si torna in Place Jemaa el Fna; in alternativa si può rientrare nel grande **Souk Smarine** e, percorrendone il lato destro, tra i venditori di frutta secca, si arriva alla piazza.



# Mapa della Medina di Marrakech

