



ASCENSION DANS LE DESERT TUNISIEN

Du Lundi 6 au Lundi 13 Mai 2024

ORGANISÉ PAR L'AGENCE DE VOYAGE KAMEL TRANSHUMANCE

Co-animé par Véronique THOMANN et Nadine DEBAY

Ce voyage initiatique nous invitera à explorer l'univers magique du désert, à travers la marche, enrichie par du **qi-qong, de la danse, du chant** et des temps de partage du vécu. Un voyage au coeur de soi, du silence et de l'infini de l'espace et du ciel étoilé, accompagné par la bienveillance et l'expérience des guides locaux et des dromadaires de l'agence Kamel Transhumance.

Au programme: petit déjeuner au lever du soleil, suivi de quelques minutes de mouvements doux pour préparer les 3 à 4h de marche dans les dunes, chacun à son rythme et déchargé du poids des bagages, portés par les dromadaires. Déjeuner cuisiné par les bédouins puis temps de repos avant l'atelier de danse, chant ou d'art thérapie de fin d'après-midi. Dîner après le coucher du soleil avec chants et danse autour du feu avant de s'endormir à la belle étoile ou dans les tentes mises à disposition.

Tarifs :

700€ hors frais de vols, qui comprennent :

150€ de frais d'animation - à verser par chèque ou RIB à l'Association Corps & Ames pour confirmer son inscription.

500€ pour les frais d'agence (transport local et pension complète) - acompte de 200€ à verser à l'inscription par chèque ou RIB à l'Association Corps & Ames (qui reversa à l'agence) pour réserver sa place.

50€ minimum de pourboire culturel pour les bédouins (selon votre satisfaction et générosité, à régler sur place en fin de séjour)

Vous devez réserver vous-même vos billets d'avion AR pour Djerba (vols directs de Paris, Lyon ou Genève avec Tunisair, Transavia ou Nouvel Air) ou éventuellement Tozeur (vols directs de Paris).

Seul un passeport en cours de validité est nécessaire (pas de visa).

Faibles revenus – réduction possible pour les frais d'animation: nous contacter.

Places limités à 12 personnes.

Vos Animatrices



Véronique THOMANN a toujours aimé danser et après la danse africaine, pratiquée pendant plus de 15 ans, elle découvre en Australie Chakradance®, qui lui permet de concilier son amour du mouvement libre et une démarche plus spirituelle, intérieure et reliée. Formée par ses fondateurs en Australie, elle complète depuis sa formation de danse thérapeute (ARTEC Paris - 2013, Expression Sensitive 2015-2017) et a à coeur d'amener chaque être à découvrir son chemin de vie et à développer son plein potentiel à travers la danse intuitive et l'écoute du corps.

Véronique est déjà partie 4 fois avec Kamel Transhumance dans le désert tunisien. Plus d'information sur ses activités sur <https://corps-et-ames.org/>



Nadine (Nadouchka) DEBAY, est musicienne, 'sculpteureuse' et plasticienne depuis 1990. Elle vit à Carla Bayle en Ariège où elle gère une salle d'expression créative autour du corps et de la voix. Elle enseigne la relaxation par le modelage de l'argile et a enrichi sa démarche d'art thérapie par une formation en Expression Sensitive et en « corps et voix et mouvement » à l'ARTEC. Elle pratique le Qi-qong, qu'elle transmet en Afrique lors de ses séjours professionnels pour y créer ses sculptures. Plus d'information sur ses magnifiques sculptures sur <https://www.nadinedebay.com/>

Vos Accompagnateurs



Notre voyage nomadique sera accompagné par notre merveilleux guide Zouzou, qui nous racontera l'histoire de son désert, ainsi qu'une équipe de bédouins et de dromadaires qui guideront notre route, porteront nos bagages, organiseront les campements, cuisineront des repas



délicieux, frais et sains et partageront nos veillées autour du feu. L'expérience et la bienveillance de cette équipe locale de l'agence Kamel Transhumance garantit le confort et la sécurité de ce voyage.

Plus d'information sur <https://kameltranshumance.com/>

Données pratiques

Vols

Les dates et horaires précis de vols (au départ de Lyon ou Paris) vous seront communiqués plus proche de la date de départ, début Février.

Si nous arrivons sur Djerba avant 15h, nous pourrions aller directement dans le désert (compter 5h de trajet). Si nous arrivons après 15h, nous passerons la 1^{ère} nuit à Djerba et partirons tôt le lendemain matin pour le désert.

Nous regarderons également s'il y a des vols Paris-Tozeur aux dates souhaitées et vous tiendrons au courant. Tozeur est en effet plus près du désert.

Température

Agréable, en moyenne de 25° la journée, 15° la nuit, donc pas trop chaud en journée et supportable la nuit. On peut dormir à la belle étoile la nuit dans un sac de couchage ou bien dans des tentes mises à disposition.

Equipement

Sur inscription, vous recevrez 2 pdf détaillés avec tout le nécessaire à amener.

**[Inscriptions et renseignements auprès de Véronique THOMANN 06.89.64.41.29;](tel:06.89.64.41.29)
veroniquethomann66@gmail.com**

Quelques photos et témoignages de notre dernier voyage en Novembre 2023 :



*« Je me suis sentie chez moi dans le désert, et j'ai pleuré en le quittant. L'apparent vide du désert est connecté au plein de la source. C'est la source de soi que l'on vient y puiser. La source du divin, se sentir unifié. J'ai ressenti cette joie et cet apaisement d'être au bon endroit, à ma juste place, dans la simplicité de l'instant présent en reliance, en communauté...Gratitude à toute l'équipe des anges qui nous ont accompagné » **Catherine P.***



« Je suis venu dans le désert avec le vœu de déposer ce qui m'était si difficile à porter....En perdant la bague de ma fille dans le sable, j'ai laissé ce sentiment de culpabilité qui m'oppressait. Le désert, à sa rude façon, a répondu à ma demande.

Mais il m'a également fait un magnifique cadeau : le groupe, la magie de la rencontre interculturelle avec ces hommes du pays et comme nous nous sommes toutes et tous révélés durant ce séjour, celui-ci a réveillé quelque chose de beau et lumineux en moi...Gratitude infinie à vous toutes et tous » **Sauveur A.**

« Ce voyage, un bonheur. Un voyage avec lui, le désert, avec ce milieu, ces quelques éléments qui le composent : le sable, le ciel, quelques buissons. J'ai pu être avec, me sentir avec, communiquer avec, parler, écouter, chanter, danser avec.

Me mettre en relation, simplement. Oui c'est ça, simplement. Bonheur.

Le premier soir Zouzou, notre guide, nous dit : le désert est le grand chamane. Ces mots résonnent en moi. J'ai pu en effet m'en remettre à lui et le laisser œuvrer, le grand chamane.

Puis il y a les hommes du désert. Bonheur.

Puis il y a mes compagnons de route. Bonheur.

Les animaux du désert, les dromadaires, ces nobles serviteurs. J'ose encore dire : Bonheur.

Et enfin la poésie du vivant. Voir un feu se lever le matin alors que les étoiles brillent encore. Ultime bonheur.

Le désert n'en finit pas de me donner. » **Carole H.**

« Face à l'immense vacuité du désert j'ai trouvé l'appui, la chaleureuse écoute et le tendre partage d'une famille improvisée mais bien réelle. Ce voyage fut aussi un voyage intérieur face à la beauté sans fard du désert. Double expérience

géographique et humaine que je n'oublierai pas. Je te remercie di fond du cœur. Toi (Véronique) qui sait allier l'organisation parfait à l'ouverture du cœur. » **Jacques C.**





« Depuis longtemps je rêvais de venir t'explorer mais je n'aurais jamais imaginé une rencontre aussi riche, dense, intense et à la fois dénuée d'artifice. Cher Désert, tu m'as accueillie avec toute la puissance que permet le dépouillement dont tu es empreint ; dans le silence et la douceur de tes dunes, j'ai pu laisser

s'exprimer mon cœur sans crainte d'être jugée et laisser mes états d'âmes se déposer au creux de leurs reliefs. (...)

Tu as porté mes pas jusqu'à me laisser m'éloigner de la caravane sans pour autant craindre de me perdre.

Et tu as permis que la rencontre avec ces hommes qui se sont mis à notre service soit authentique, car c'est par le regard et le cœur que nous avons communiqué.

Et puis grâce à toi et à la magie de ce qui se déploie dans ton immensité, un sentiment d'éternité et d'infiniment grand et petit à la fois, a, tout comme ton sable si fin, saupoudré le groupe, permettant à chacun de se sentir à sa juste place en ton sein. Alors merci, juste merci à toi et merci à chacun pour ce voyage au cœur de soi...je reviendrai pour aller plus loin en moi. » **Eva T.**

