

Retraite spirituelle au cœur du désert marocain

Du samedi 10 octobre au dimanche 18 octobre 2026

● Samedi 10 octobre 2026 – L'Appel de Marrakech

Votre voyage débute à Marrakech, porte vibrante du Sud marocain.

À votre arrivée, un transfert privé vous conduit vers notre Riad, véritable havre de paix au cœur de l'effervescence de la ville.

🌿 Temps libre pour découvrir la Ville Rouge :

- Flânerie dans les ruelles de la médina
- Découverte des souks et de l'artisanat local
- Musées, cafés et terrasses inspirantes

✨ Cette première journée invite à ralentir, à déposer le quotidien et à s'ouvrir pleinement à l'expérience du voyage.

🍷 Dîner libre et nuit à Marrakech.

● Dimanche 11 octobre 2026 – Traversée vers le Désert

Départ matinal à 8h vers le Sud marocain, là où les paysages évoluent progressivement et invitent au lâcher-prise.

Traversée du col du Tichka (2260 m), puis découverte :

- Des ksour et kasbahs ancestrales
- De la Vallée du Drâa et ses immenses palmeraies
- Déjeuner à Ouarzazate et baignade en piscine

Pause à Zagora en fin d'après-midi avec découverte de l'artisanat local et acheter votre chèche (foulard du désert)

Arrivée à M'Hamid El Ghizlane, dernière porte avant le désert.

🐪 Rencontre avec l'équipe nomade et les dromadaires. Marche douce vers le premier bivouac.

🏠 Accueil traditionnel au thé à la menthe 🍷 Dîner et première soirée sous les étoiles.

🏕 Hébergement & organisation sur place

- **Nous séjurerons dans un camp fixe tout confort, équipé de toilettes sèches.**

Chaque jour, nous partirons en activité avant de revenir au camp principal, ce qui vous permettra :

- de laisser vos affaires en toute tranquillité
- de vous reposer au camp si vous souhaitez profiter d'une matinée plus calme

Ce fonctionnement offre un réel confort :

- 👉 le camp est déjà installé et prêt à nous accueillir
- 👉 les repas y seront préparés
- 👉 nos nuitées se feront sur place, sans installation à prévoir

🌙 Les nuitées

- Couchage sur matelas confortable
- Hébergement en grande tente berbère ou à la belle étoile pour les amateurs d'expérience immersive

● Lundi 12 octobre 2026 – Ouverture et Ancrage

🌈 Qi-Gong et Méditation matinale – Ouverture du cœur Connexion au souffle, au corps et à l'espace du cœur.

🌊 Petit-déjeuner vers 7h30

🌀 Cercle du matin – Parole consciente Partages, écoute profonde et exploration de la symbolique du jour.

🚶 Marche consciente vers 9h00


- Environ 3h30 de marche (+/- 10 km)
- Première heure en silence
- Marche méditative au rythme du désert


🍷 Déjeuner au bivouac

🌟 Atelier d'intégration intérieure (écriture intuitive, rituels, pratiques de connexion intérieure...)


🌴 Après-midi de détente et d'intégration Temps libre, repos, partages, surprises et moments de présence.

🍽 Collation vers 16h

 Coucher de soleil contemplatif


 Méditation active avant le dîner


 Dîner


 Veillée autour du feu : rituels, chants, tambours et contemplation du ciel étoilé.


● Mardi 13, Mercredi 14 et Jeudi 15 octobre 2026 – Immersion et Transformation

Ces journées permettent une immersion progressive dans le rythme du désert et favorisent un profond retour à soi.


 Méditation matinale – Cohérence cœur et souffle Alignement intérieur et ouverture à la gratitude.


 Petit-déjeuner


 Cercle du matin – Enseignements et partages


 Marche consciente

- Environ 3h30 par jour
- Première heure en silence
- Marche comme pratique méditative et sensorielle

 Déjeuner au bivouac

 Ateliers d'intégration et pratiques spirituelles Rituels symboliques, pratiques intuitives et reliance au groupe.

 Après-midi libre et vibratoire Repos, jeux relationnels, partages, moments de légèreté et d'exploration intérieure.

 Contemplation du coucher de soleil

 Méditation active

 Dîner

 Veillées spirituelles et moments de partage autour du feu.

● Vendredi 16 octobre 2026 – Le Retour et l'Intégration

 Méditation matinale  Petit-déjeuner

Départ du désert vers 10h pour rejoindre Zagora, à 2h de route.

Nous nous poserons pour la journée et la nuit dans un magnifique Oasis, emprunte de verdure et d'une magnifique piscine.

Temps de partage, de joie, de danse et de fête aux portes du désert, pour remercier comme il se doit nôtre Terre-Mère.

● Samedi 17 octobre 2026- Départ vers Marrakech

🚗 Le trajet devient un temps d'intégration et d'ancrage de l'expérience vécue.

Arrivée à Marrakech en soirée.

🍷 Dîner de clôture Temps de partage, célébration et intégration du voyage.

Nuit à Marrakech.

● Dimanche 18 octobre 2026 – Clôture du Voyage

Dernier petit-déjeuner.

Transfert vers l'aéroport.

👥 Chacun repart avec :

- Le silence du désert
- La sagesse de la culture nomade
- Une transformation intérieure douce et profonde

🌟 L'Essence de la Retraite

Cette retraite spirituelle est une invitation à ralentir, à se reconnecter à l'essentiel et à retrouver un espace intérieur de paix et d'alignement.

Le désert agit comme un révélateur puissant : il invite à la simplicité, à la présence et à l'écoute profonde de soi.

- Différentes activités vous seront proposées, comme le Qi-Gong, la méditation de pleine conscience, la médiation Active d'Osho, la danse intuitive, le rire, le souffle, la cohérence cardiaque, l'hypnose et une initiation au pendule.
- David Brodier et moi-même serons vos accompagnateurs spirituels.

Informations Tarifaires

Le tarif comprend :

- L'accompagnement durant toute la retraite
- Les transferts terrestres prévus au programme
- L'hébergement à Marrakech, dans le désert et à Zagora
- La pension complète durant l'immersion dans le désert
- Toutes les activités, pratiques et ateliers proposés

Le tarif ne comprend pas :

- Les vols internationaux pour Marrakech du 10 au 18 octobre 2026
- Le dîner du jour d'arrivée à Marrakech
- Le dîner du jour de départ à Marrakech
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les assurances voyage (annulation, rapatriement, etc.)

Conditions d'inscription

Le nombre de places est volontairement limité à 16 personnes afin de préserver la qualité de l'accompagnement et l'intimité du groupe.

L'inscription est validée à réception d'un acompte de 360€. Les modalités complètes seront transmises lors de la prise de contact.

Envie de vivre cette expérience ?

Si cet appel du désert résonne en vous, je serai heureuse d'échanger avec vous, de répondre à vos questions et de sentir ensemble si cette retraite correspond à votre chemin du moment.

Informations et Inscriptions

Alexandra Dréano  06 33 79 39 04  www.angelle-coaching.com 
alexandra.dreano@orange.fr