

SE RESSOURCER

Avec le désert



ALGÉRIE

Janvier 2027

OÙ ET QUAND ?

Dans le désert de **Tassili Na'jjer**, au nord de **Djanet**, grande ville au sud de **l'Algérie**.

Du **02 au 09 janvier 2027**, pour bien commencer l'année !



LE VOYAGE



Au coeur de l'immensité et de toutes les richesses du Sahara, ce voyage est une invitation à se ressourcer, à se recentrer, à (re)découvrir la profondeur de son intériorité.

Porté.e par la beauté des paysages, les témoignages du passé, la diversité végétale et minérale, venez marcher durant un circuit de 5 jours, autour de Djanet et d'Essendilène, un lieu magique que vous n'oublierez pas ...

Nous vous proposons une formule clé en main pour que, libéré.e des contraintes matérielles, vous puissiez goûter un vrai repos et jouir d'une belle sérénité.

L'ÉQUIPE



May

Originaire de Djanet, Touareg, il est à la fois organisateur de circuits dans le désert du Sahara, guide, cuisinier, accompagnateur et musicien, notamment de Djembé.

May parle bien français puisqu'il partage sa vie entre Bourgoin-Jallieu et Djanet depuis 15 ans. Il est accompagné par une équipe locale de Touaregs qui auront à coeur de partager avec leurs invités leurs savoirs, leur connaissances du désert et leurs traditions.



Sophie

Heureuse participante d'un séjour dans le Sahara, Sophie a souhaité renouveler cette belle expérience en y associant des moments de méditation et des soins énergétiques. Elle connaît bien May, dont elle est la cousine par alliance, mais également Michel et Stéphanie depuis plusieurs années. Orthophoniste depuis plus de 30 ans, elle sera la coordinatrice de ce voyage et votre interlocutrice pour toutes vos questions avant et durant le voyage.



Stéphanie

Massothérapeute depuis plus de 15 ans et praticienne certifiée en shiatsu, elle a développé une approche globale, intuitive et personnalisée de l'accompagnement. Grâce à la prise des pouls, elle s'adapte aux besoins du moment, pour une lecture subtile des déséquilibres du corps et favoriser la libération des tensions physiques et émotionnelles. Au fil de son parcours, elle a élargi son champ de compétences autour du mouvement et de la conscience corporelle avec le Do In et le Yin Somatique, convaincue que le corps possède une intelligence. Animée par une qualité de présence attentive et une écoute sensible, elle accompagne chacun sur le chemin d'un mieux-être durable.



Michel

Curieux et passionné depuis toujours du fonctionnement de l'Être Humain, explorateur de nouvelles approches expansives et intégratives : Ortho Energy Method, médecine traditionnelle chinoise, breathwork, cohérence cardiaque, Voice Dialogue, Voie du Senti, Voie non Duelle, Voie Directe de Ramana Maharshi, Jean Klein... et toutes les approches qui mènent à des états élargis de conscience et au champ unitaire.

Il accompagne les personnes à trouver le chemin vers leur intériorité avec légèreté et profondeur pour laisser émerger en eux l'espace d'unité qui révèle leur Vraie Nature.

PROGRAMME

DÉPART

Départ de Lyon le samedi 2 janvier 2027
Une escale à Alger puis une correspondance pour Djanet
Arrivée de nuit
Nous venons vous chercher à l'aéroport de Djanet

DJANET

Accueil chez May et Nathalie, avec nuit en dortoirs non mixtes et petit déjeuner
Le dimanche, découverte de la ville et notamment du musée et du souk
L'après-midi, départ en 4x4 pour le désert

DESERT

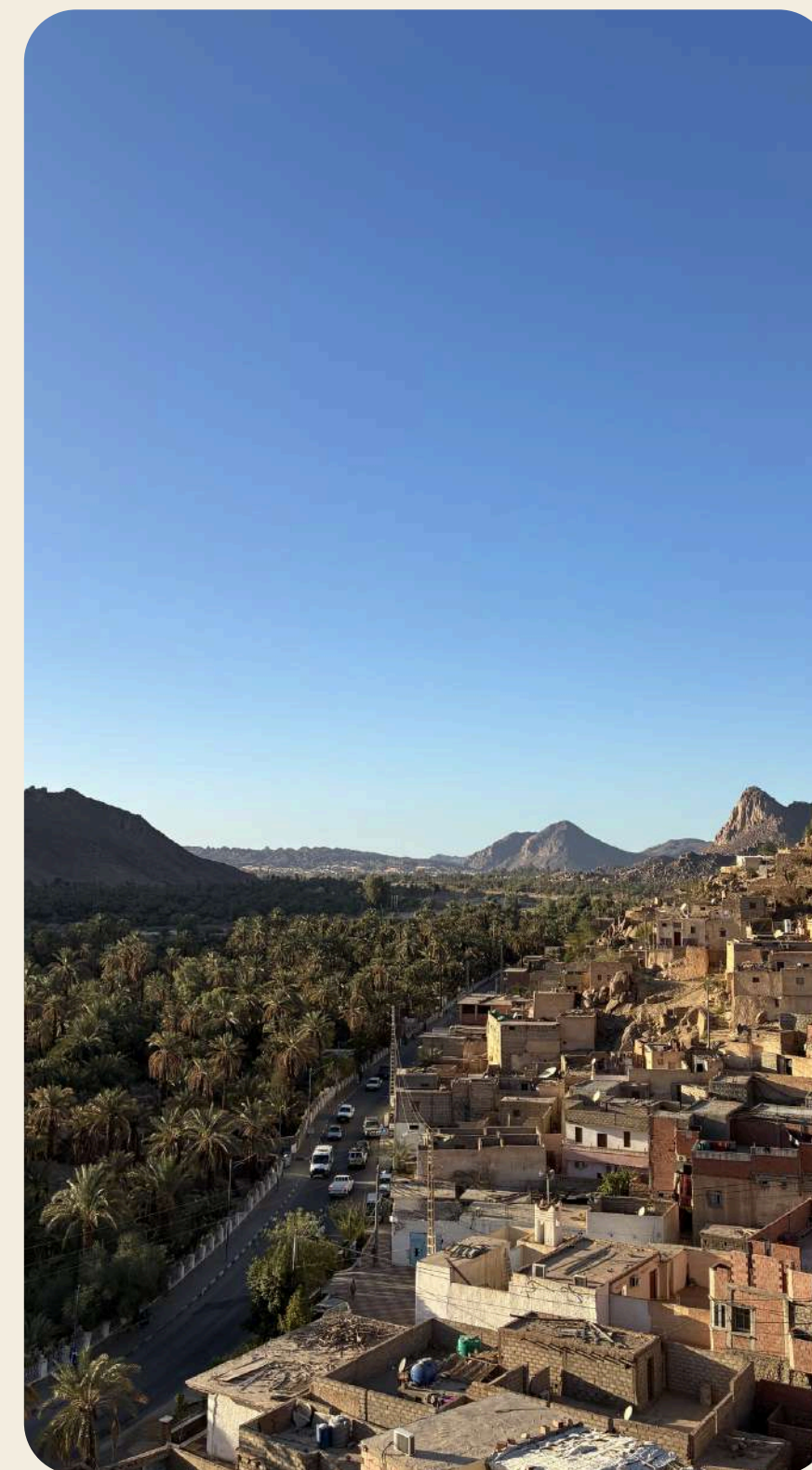
Circuit de 5 jours avec nuits sous tente ; les sites peuvent légèrement évoluer selon les conditions climatiques

RETOUR

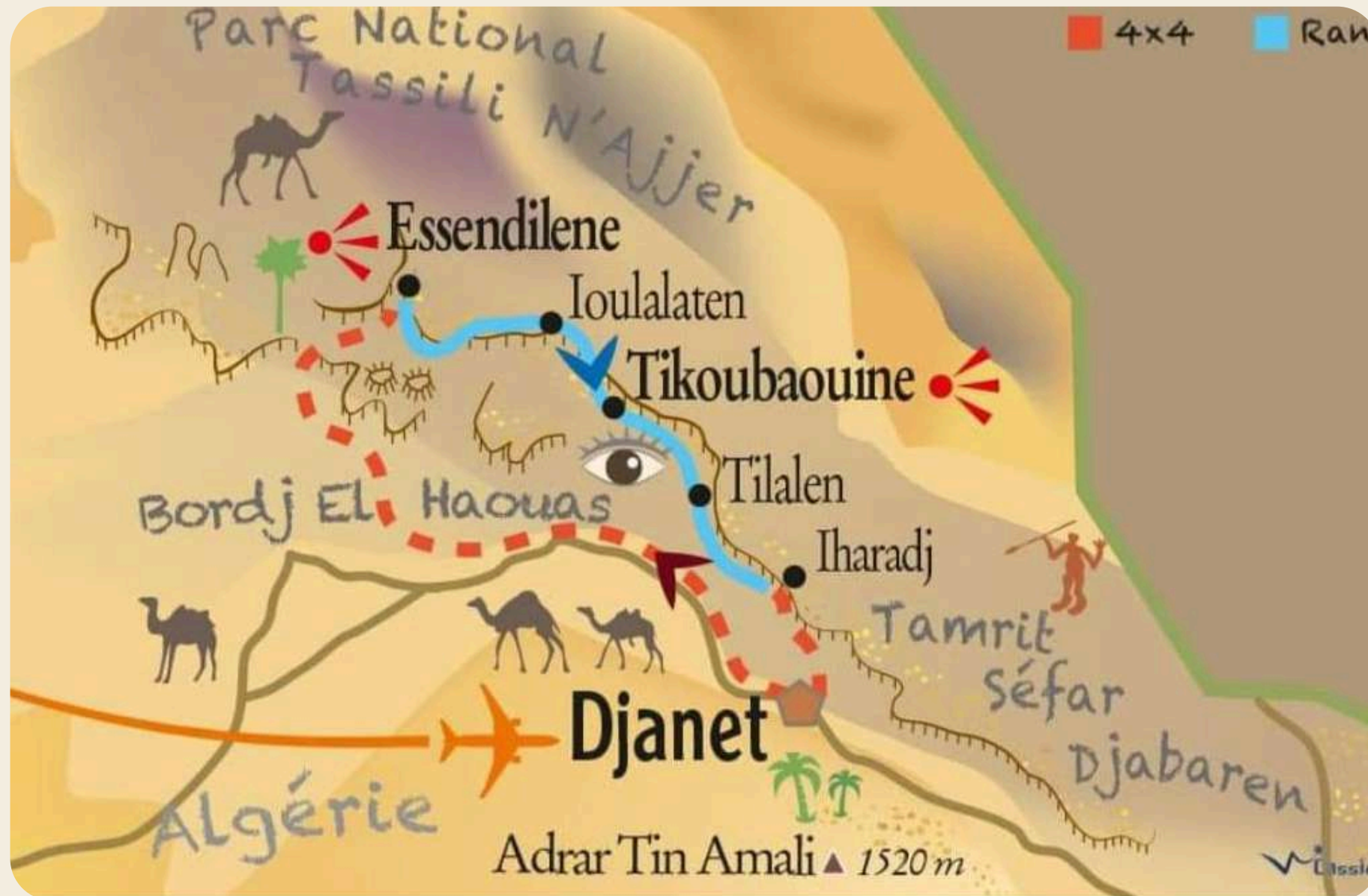
Retour à Djanet le jeudi en fin d'après-midi.
Moment de détente et douches !
Dîner puis nuit en dortoirs

Le vendredi, visite de la vieille ville de Djanet et possible passage au souk

Dîner puis départ à l'aéroport
Arrivée en France le samedi



LE CIRCUIT



Circuit au départ de Djanet en 4x4 avec la découverte de :
Essendilène, le Massif des Dunes, Erg Admer, Tikoubaouine, Ioulalaten ...

/!\ Des changements peuvent survenir selon les conditions climatiques mais en restant dans cette région.

Durant les 4 nuits passées dans le désert, nous dormirons sous tente (1 à 2 personnes) et mangerons au campement (repas préparés par le cuisinier de l'équipe des Touaregs). L'installation de la tente est à la charge de chacun.

Chaque nuit se passera dans un lieu différent. Parfois, nous utiliserons les 4x4 pour se rapprocher de la destination suivante ou pour visiter un lieu touristique (vestiges de la préhistoire notamment).

DÉROULEMENT D'UNE JOURNÉE

MATIN

Réveil corporel / Do In

Démontage des tentes
Petit déjeuner

Départ

Randonnée pédestre selon les
possibilités de chacun (ceux
qui ne peuvent pas marcher
seront transportés avec les
4x4)

Arrivée au campement suivant
pour le déjeuner



APRES MIDI

Après le déjeuner, temps calme, contemplatif, méditatif, sieste, lecture, jeux ...

Selon les demandes et les disponibilités de chacun, des séances individuelles avec Stéphanie et/ou Michel pourront être proposées.

Temps de méditation collective/Voice dialogue :

Pas de nécessité de "savoir" méditer, car la méditation n'est pas un "savoir", c'est juste une écoute profonde de ce qui se présente dans notre espace de perception et d'ouverture. Observer et connaître ce qui encombre cet espace de manière habituelle chez nous. Mais aussi laisser émerger cet espace silencieux, paisible qui résonne avec le désert.

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à nous contacter !

Temps yin yoga somatique :

Une pratique douce qui associe les principes du Yin Yoga à une approche somatique, centrée sur l'écoute fine des sensations corporelles. Elle permet de relâcher progressivement les tensions et restaurer une relation plus sensible et apaisée avec son corps. Aide à décoller les adhérences des fascias et drainer la lymphe par des mouvements d'auto-massages sur la base des lignes de méridiens et neuro-myofasciales.



SOIREE

Chaque soirée sera particulière, en lien avec les paysages (coucher de soleil, admiration des étoiles), l'équipe des Touaregs (leur musique, leurs histoires, leurs blagues...), les partages et les envies de chacun.



INFORMATIONS PRATIQUES & TARIFS

TARIFS

1030€/PERSONNE

incluant les repas, les nuits, le circuit, les méditations, un soin individuel, les entrées au parc national et au musée, les transferts à l'aéroport.

Ne sont pas inclus : les trajets en avion et le paiement du visa (à l'aéroport d'Alger) ainsi que les dépenses personnelles.

Concernant les billets d'avion, il faudra que vous réserviez de préférence avec la Compagnie Air Algérie pour le suivi des bagages (c'est la seule compagnie que dessert Djanet). Une fois votre inscription confirmée, nous vous transmettrons les horaires des vols afin que tous les participants voyagent ensemble.



INSCRIPTION

COMPLETER LE FORMULAIRE EN CLIQUANT SUR LE LIEN : [HTTPS://FORMS.GLE/HWRHHNPWGQIWN64W7](https://forms.gle/HWRHHNPWGQIWN64W7)

L'INSCRIPTION SERA EFFECTIVE A RECEPTION D'UN ACOMPTE DE 310 €, non remboursable sauf en cas d'annulation de l'événement

Lien de paiement : <https://globalharmony-massage.com/evenements/>

SEJOUR LIMITE A 10 PLACES

CONTACT

RENSEIGNEMENTS :
[FACEBOOK.COM/TAFLAMENE](https://www.facebook.com/taflamene)



Sophie Chanove

06 21 84 19 27

chanovesof@gmail.com

POUR TOUTES DEMANDES PARTICULIÈRES CONCERNANT LA MARCHE, LES REPAS,
LES SOINS... N'HESITEZ PAS À NOUS CONTACTER.

L'ÉQUIPE EST TRÈS ADAPTABLE !

