

# Circuit culinaire et solidaire à Mahdia avec Socio Chanty



## **Tourisme sans prisme : d'abord connaître les gens, leur terroir et leur cuisine !**

Que cachent les beaux paysages de la Tunisie ? Des hommes et surtout des femmes détentrices d'un savoir culinaire méditerranéen ancestral aux vertus insoupçonnées. Vous cuisinerez avec elles, vous apprendrez leurs métiers, et vous les soutiendrez à gagner en autonomie et pérennité. Du Nord au Sud, nous vous proposons des circuits de 10 jours pour vivre parmi nous. Vous n'oublierez jamais qu'une fois, pendant 10 jours, vous avez été tunisien.

Période : toute l'année

Durée : 10 jours/9 nuits

Participants : groupes de 8 personnes maximum

Niveau : tous les niveaux

Langues : Arabe, Anglais, Français (autres langues sur demande).

Point de départ : Tunis

Point d'arrivée : Tunis

Transport et hébergement : Voitures allouées à l'activité. Maisons d'hôtes. Hôtels.

Villes et villages visités : Sidi Bou Saïd, Médina de Tunis, Mahdia, El Jem.

## Votre hôte : Sana Hafsa

Je suis Sana Hafsa, fille de Mahdia, femme, mère, ingénieure agronome, amoureuse de l'olivier. En tant qu'entrepreneure sociale et engagée pour la conception et l'instauration de projets de l'Economie Sociale et Solidaire, je désire contribuer à la mise en place de projets innovants à réel impact économique, social et environnemental.

J'ai eu la possibilité de développer des programmes d'accompagnement aux organismes issus de la société civile et du privé, pour le développement des compétences des jeunes et des femmes dans le milieu agricole, sur le plan technique et social afin de renforcer leur contribution dans le développement local de leurs régions.

Conseillère et coach agricole, je me consacre actuellement à la promotion des valeurs du développement durable en soutenant des initiatives de permaculture et en valorisant le patrimoine agricole de la région de Mahdia, notamment les combinaisons culinaires terre-mer et les activités outdoor. Je vous communiquerai les secrets de l'olivier et les principes de la permaculture en vous invitant à mettre la main à la pâte s'il le faut.

## Les points forts de l'expérience

- Visite de Sidi Bou Saïd et du palais du Baron d'Erlanger ;
- Visite de la Medina de Tunis, des ruines de Carthage ou du musée du Bardo (s'il rouvre ses portes) ;
- Partage d'expériences et acquisition de savoir-faire, dans la région de Mahdia autour de l'olivier, auprès de cuisinières de plats ancestraux, de producteurs artisanaux de produits cosmétiques et d'autres métiers utilisant des ingrédients naturels (voir programme du circuit).

## Idéal, si... :

Vous êtes curieux des lieux et de leurs habitants, leurs histoires, cuisines, herbes médicinales, savoir-faire, les solutions qu'ils ont trouvées pour dépasser les difficultés de la vie en utilisant au mieux leur environnement, en faisant de la nature leur meilleur allié. Si vous êtes désireux d'acquérir un savoir scientifique tournant autour des vertus de l'olivier : l'impact de ses feuilles, son huile, son fruit sur la santé et la longévité. Savoir tout cela en écoutant une jeune femme, ingénieure agronome, fille de la région qui vous met au parfum des secrets de la dégustation de l'or vert, vous renseigne sur la permaculture et plein d'autres choses dites et montrées par d'autres femmes.

Ce n'est pas un savoir figé que l'on viendra recueillir auprès de personnages locaux, ayant souvent beaucoup de caractère, mais un art de vivre et de travailler qui sert toujours, et de la meilleure manière, les Hommes et la nature. Vous vivrez ainsi des expériences inédites et instructives, tout en contribuant à faire que certains de vos hôtes connaissent plus de pérennité et puissent échapper à la précarité, qui est souvent le lot, surtout, des femmes agricultrices et artisanes

## L'esprit



Tous les hôtes de ce circuit ont été sélectionnés par l'association tunisienne Balades Solidaires, dont le but est de soutenir les femmes entrepreneurs dans le milieu rural afin de parfaire leur savoir-faire. L'objectif est de présenter un produit de qualité grâce aux formations desservies par les différents experts et conseillers, proposés par l'association, dans des domaines aussi divers que l'hygiène, les arts de la table, les règles de l'hospitalité...

Ce n'est qu'en réalisant des produits de qualité que ces femmes peuvent prétendre à une certaine autonomie financière, dans le cadre d'un développement régional durable.

Derrière ce projet hautement solidaire, se trouve une femme de la société civile tunisienne convaincue qu'il y a une grande injustice derrière le fait que des femmes aussi admirables, détentrices de savoir-faire précieux, vivent dans la précarité. Elle a réuni autour d'elles des femmes de la capitale, toutes aussi admirables : médecins, architectes, enseignantes, entrepreneures... pour venir à la rescousse. Un cercle vertueux s'est ainsi créé et il vous est donné, aujourd'hui, d'en faire

partie.

Il n'y a pas plus beau que de vivre un moment de paix et d'harmonie avec un paysage apaisant. Découvrir l'histoire d'un pays à travers son architecture, ses ruines et musées est également passionnant. Et c'est ce qu'on essaiera de vous faire découvrir. Mais il y a plus et mieux encore pour ceux qui sont aussi curieux de la nature que de ses hommes et femmes. Comment les habitants des lieux continuent-ils à puiser dans leur passé pour trouver des solutions à leur présent ? Quel est le secret de leur cuisine méditerranéenne aussi appétissante qu'admiration dans le monde entier pour son impact sur la santé et la longévité ? Que peut offrir leur expérience au visiteur qui vient faire leur connaissance ? Nos « circuits touristiques solidaires », couvrant les différentes régions de la Tunisie, auront donc cette ambition : permettre aux visiteurs de vivre des moments d'harmonie inoubliables avec des lieux et paysages ressourçants, tout en partageant le quotidien des gens qui les habitent. On vous propose, ici, de découvrir une partie de la capitale Tunis et la région de la Mahdia, avec en premier lieu, leurs femmes détentrices d'un savoir-faire séculaire.

Ce que vous saurez, saura vous améliorer et rendra les autres heureux. C'est du moins notre objectif.

**On vous a concocté :**

Circuit culinaire et solidaire : Tunis – Sidi Bou Saïd – Mahdia

10 jours/9 nuitées

Jour 1 : Tunis – Sidi Bou Saïd

Arrivée à l'aéroport Tunis Carthage. Prise en charge. Transfert à Sidi Bou Saïd. Repos. L'hôtel est une ancienne villa typique du village restaurée. Petit tour dans le village de Sidi Bou Saïd, premier site classé et préservé dans le monde (1915) et cela avant même la création de l'UNESCO.

Jour 2 : Sidi Bou Saïd – Tunis – Sidi Bou Saïd

Visite guidée du palais du Baron d'Erlanger. Visite guidée du musée du Bardo. Déjeuner dans un restaurant authentique servant une cuisine tunisoise. Visite guidée de la Médina de Tunis. Retour à Sidi Bou Saïd. Repos. Promenades libres.

Jour 3 : Sidi Bou Saïd – Mahdia

Arrivée à Mahdia à 10h du matin. Accueil dans un petit hôtel dans la vieille Médina. Cocktail d'accueil de fruits de saison frais. Repos 30mn, puis visite guidée de la Médina. Déjeuner typique et temps pour se reposer avant de partir pour une chasse au trésor à travers la Médina. C'est un jeu de groupe qui permet de (re)découvrir la Médina. Des messages écrits sont placés dans des lieux chargés d'histoire. Chaque message donne des indices du lieu où se trouve le message d'après. Ces indices sont tirés de l'historique du lieu exposé par le guide lors de la visite du matin. Le gagnant, celui qui

aura trouvé avant les autres le dernier message, reçoit un cadeau.

#### Jour 4 : Mahdia

Après le petit-déjeuner à l'hôtel, nous partons pour un tour à vélo dans la Médina. Déjeuner et temps pour se reposer. Dans l'après-midi, nous partons à la découverte du village artisanal de la ville. Atelier de cosmétique et savon : chaque touriste confectionne, avec des ingrédients naturels, sa propre crème ou son savon adaptés à ses besoins.

#### Jour 5 : Mahdia

Après le petit-déjeuner à l'hôtel, visite d'un moulin de fabrication d'épices. Découverte du métier et des différentes étapes de fabrication des épices. Exposé autour du concept de Aoula : la préparation domestique des aliments stratégiques pour toute l'année au sein des foyers. Atelier de fabrication d'épices : chacun fabrique ses propres mélanges d'épices selon ses goûts. Déjeuner et temps libre dans la Médina. Dîner dans un restaurant iranien établi dans la région.

#### Jour 6 : Mahdia

Après le petit-déjeuner à l'hôtel, atelier de permaculture avec une enseigne connue de culture de produits agricoles biologiques et de fabrication des produits du terroir. Après-midi : initiation à la plongée.

#### Jour 7 : Mahdia

Après le petit-déjeuner à l'hôtel départ pour une journée en bateau. Initiation à la plongée en mer. Déjeuner à base de poissons sur le bateau.

#### Jour 8 : Mahdia - El Jem - Mahdia

Après le petit-déjeuner à l'hôtel, visite des vestiges romains de la ville d'El Jem. Découverte d'ateliers de tissage d'articles artisanaux en lin et en soie.

#### Jour 9 : Mahdia - Tunis

Après le petit-déjeuner à l'hôtel, retour à Tunis. Journée libre. Nuit dans un hôtel typique de la Médina.

#### Jour 10 : check-out

### Prix

- Sur demande.
- Nos prix comprennent : l'organisation de l'expérience, le transport, l'hébergement, les

expériences culinaires, les repas.

- Nos prix ne comprennent pas : les assurances, les options.
- Modalités de paiement : consulter l'hôte.
- Politique de réservation et d'annulation : consulter l'hôte.

## Contact

- Email : [sociochanti@gmail.com](mailto:sociochanti@gmail.com)
- Téléphone : (+216) 55.857.908 - (+216) 23.55.47.09
- WhatsApp : (+216) 26.303.111



تونيس وجهتنا  
TOUNES WIJHETOUNA



giz  
GIZ - Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

INSPIRING  
Tunisia



تونيس وجهتنا  
TOUNES WIJHETOUNA



giz  
GIZ - Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH



INSPIRING  
Tunisia

