

Jacky

Nous embarquons le 16 octobre avec bagages et VTT. Après une nuit à Marrakech, nous voici partis en 4/4, en direction de l'Atlas, en compagnie d'un guide, d'un cuisinier et de deux chauffeurs. Expédition exotique avec un chargement aussi imposant : le matériel pour la cuisine, les bivouacs, les VTT, nos bagages et bien sûr les douze personnes.

Au pique-nique à Telouet, premier souci pour les diabétiques avec le thé à la menthe (un peu trop sucré). L'eau en bouteille est notre seule boisson. Nous partons pour 40 km sur les pistes de la vallée de Ounila en direction de la Kasbah de Ait Benhadou. En fin de journée, nous avons une heure de retard, ce qui nous vaut de nous tester de nuit. La moitié du groupe termine en 4/4 et les autres en VTT sans lumière (nos lampes étaient dans les bagages). Nous avons vécu une heure formidable (il fallait bien être un peu maso...).

Glycémie : une question de mise au point

Le lendemain, nous voilà repartis pour 30 km sur la piste des cascades de Tizqui, en direction de la vallée du Draa. Le soir, en arrivant au bivouac, glycémie trop haute pour tous les trois. Lorsqu'à 16 h, nous avons demandé à notre guide combien de kilomètres il restait à parcourir, il nous avait répondu 15 km. Alors, nous avons rechargé : barres de céréales et coca (on en a trouvé). Mais 2 km plus loin, nous arrivions au bivouac. Le soir, au repas, nous avons parlé diabète avec notre jeune guide. Il a découvert cette maladie et ensuite tout s'est bien passé.

Épreuve et tourisme

Le quatrième jour, c'est la grande étape de 50 km et la montée au Tiz N'Tazazet à 2 200 m. Il fait beau mais frais. Un bravo à Paul, il fait partie des trois qui ont fait la totalité de l'étape. La dernière étape de 40 km traverse les paysages désertiques d'Ait Youl, la vallée des roses et la vallée du Dades. Hébergés chez l'habitant, nous passons une agréable soirée avec une partie de la famille, les hommes et les enfants.

Nous avons passé une semaine formidable, on en redemande. Notre diabète ne nous a pas empêchés de suivre les autres. Nos accompagnateurs et certains membres de notre groupe ont découvert notre maladie et ont été sensibilisés. C'est une petite victoire pour nous vis-à-vis de notre maladie. À diabétique rien d'impossible ! »