



# Voyages

## Les Bulles Bien-Être de Sylvie

Trek du 9 au 17 février 2025

*A la rencontre de soi au cœur du désert marocain*



### Saïd

Je dois dire que ce trek dans le désert marocain restera longtemps dans ma mémoire.

Nous sommes un groupe de dix personnes accompagnés par trois guides, un cuisinier et Sylvie qui mène le bal.

Après deux années en surchauffe sur plusieurs projets personnels et professionnels, je décide de m'offrir un moment de lâcher-prise en participant à ce trek.

Pendant ce séjour nous marchons dans des paysages magnifiques.

Nous sommes déconnectés et en lien total avec les autres et la nature autour de nous.

Cette déconnexion joue un grand rôle car elle nous rapproche les uns des autres et nous relie avec notre belle planète.

Les ateliers que Sylvie propose renforce également ce lien.

Beaucoup de rires, de moments complices en marchant la journée ou le soir autour du feu. Et qu'est-ce qu'on mange bien !

Nous profitons au maximum de la beauté et de la simplicité que nous offre la vie. Le temps, les notifications et les écrans ne sont plus là et cette absence permet à chacun une délicieuse présence.

Nous sommes en lien, entre êtres humains.

Je suis vraiment touché par cette humanité que je sens dans le groupe, chacun se laissant aller, en toute confiance.

On ne se connaît pas mais on se connaît malgré tout.

On nous raconte un quotidien plutôt morose, des crises, des guerres, des extrêmes qui rejettent tout ce qui ne leur ressemblent pas, un système à bout de souffle qui peine à protéger notre belle maison, notre belle planète.

Dans ce contexte, ce voyage est une parenthèse enchantée où l'on peut voir, ressentir toutes les belles qualités dont l'être humain est doté : la gentillesse, l'écoute, le respect, la solidarité, la tolérance, le partage, la confiance en l'autre, le vivre ensemble, l'Amour, et j'en passe.

Tout cela dans une grande joie et avec plein d'éclats de rires.

Ces rires toujours présents dans ce voyage, ces rires qui nous rendent plus vivant encore.

Un grand merci Sylvie d'avoir permis tout cela.

C'est toi qui crée cet espace.

Tu t'adaptes à chaque moment pour le confort de chacun.

Merci pour ta bienveillance, pour ton sourire, tu es rayonnante et grâce à toi nous avons tous vécu une parenthèse enchantée.

A nous de la prolonger....

Encore merci, je te souhaite de nombreux autres voyages.

### Mickaëlle

Un voyage unique à la rencontre des dunes de sable du désert, des personnes du groupe et soi-même.

Ce moment suspendu à le pouvoir de vous reconnecter au réel, aux priorités, à l'importance de la vie simple et authentique.

Merci à toi Sylvie de permettre cet instant enchanté et merci à tous (le groupe) pour ce que nous avons partagé qui restera pour moi un moment magique.

### Véro

De l'harmonie, de la joie, des rires, des bons repas pour nous réconforter du froid ou des conditions parfois rudes.

Un temps et un lieu pour revenir à l'essentiel et se détacher de nos tracas.

Des paysages à couper le souffle pour nous relier à la nature, à l'infini, au cosmos !

Une amitié indéfectible pour nous porter au-delà de nos limites !

Des souvenirs pour un futur éclairé et serein.

Un présent embelli par ces moments gravés dans notre esprit !

Une immense gratitude pour cette aventure unique !

MERCI !

# Trek du 29 octobre au 6 novembre 2024

*La joie d'être soi, dans le désert marocain*



## *Élodie*

Un immense merci à Sylvie et Anouk.

Ce voyage dans le désert Marocain n'aurait pas eu la même saveur sans votre présence bienveillante, vos ateliers inspirants et votre écoute précieuse. De véritables accompagnatrices du cœur et de l'esprit.

Grâce à vos ateliers nous avons appris à rire sans retenue, à libérer nos tensions et à retrouver la joie de l'instant présent.

Anouk les séances de dessin intuitif ont ouverts des portes insoupçonnées en nous.

Sylvie, les séances de massage, méditation, ont été des moments d'échange, des sourires partagés avec un super groupe.

Une bouffée d'oxygène pour se ressourcer dans un cadre apaisant et enchanteur auprès de belles personnalités.

## *Marie Line*

Pour moi le désert c'était d'abord une envie, c'était le bon moment (fin de mon activité professionnelle), c'était un besoin (de réfléchir sur l'avenir).

Et comme on ne triche pas dans le désert, le silence favorisant l'intériorité, cela a été un retour vers le passé et un chemin qui m'a fait mieux cerner ce qui est essentiel,

ceci grâce à toi Anouk avec tes ateliers bizarres, à toi Sylvie avec ta rigologie, tes ateliers cocooning et ta joie de vivre et à vous tous sans oublier nos accompagnateurs marocains et nos dromadaires.

Ambiance vraiment top, souvenirs inoubliables.

Et j'ai oublié de parler d'une chose essentielle, la beauté des paysages.

Magnifique cadeau que la nature nous offre.

*Thierry*

Les photos de D. sont superbes.

On va se replonger dans les délices du désert, le sable chaud, la méharée, nos joyeuses « relaxations », les questions métaphysiques belges, le baeckeoffe, la narration québécoise, la vie entre terre et ciel, la dureté du sol, la voûte céleste fantastique, les aurores, les crépuscules, les dunes... et des personnes adorables !  
Je n'attendais rien, j'ai été comblé.

*Brigitte*

La rencontre avec des personnes charmantes, ouvertes d'esprit, prêtes au partage.  
Beaucoup de rire et que ça fait du bien !

Des paysages magnifiques, paisibles qui nous ramènent à l'essentiel.

Merci à Sylvie et Anouk pour ce séjour.

Merci à vous tous d'être vous.

## Trek du 15 au 23 février 2020

*A la rencontre de soi au cœur du désert marocain*



*Anne-Lise et Didier*

Merci infiniment Sylvie pour cette fabuleuse aventure et ces rencontres.

C'était merveilleux de cheminer ensemble avec nos 4 guides Marocains.

On revient remplis de joie, de sérénité, régénérés par nos séances de rigologie et ce désert magique qui absorbe ce qui nous encombre et nous encourage à nous dépasser !

Bravo pour ton savoir-faire et ton savoir-être.

*Sylvie*

Un séjour, une connexion à soi avec le partage, le désert autour de nous, autant de bienfaits et de ressentis.

Merci Sylvie ainsi que toute l'équipe des chameliers et notre guide.

Que de sourires, de fou-rires, de rires, d'éclat de rires clinquants et puis aussi qu'est-ce que l'on a bien mangé !!!.

Merci Merci.

### *Pascale*

Merci Sylvie pour cette belle aventure.

Beaucoup de moments de partage et d'émotions.

Se laisser bercer une semaine m'a permis de retrouver de la sérénité.

Je regarde les photos et vidéos plusieurs fois par jour, que du bonheur.

Merci à nos guides et à notre super cuisinier... c'était super bon .. seul bémol j'ai très froid depuis le retour. ET MERCI MERCI encore MERCI.

### *Anouk*

Bonsoir Sylvie,

C'est par ce mail que j'ai envie de te partager mon retour sur ce magnifique voyage que tu nous a permis de vivre.

Merci encore du fond du cœur de nous avoir proposé de vivre une telle expérience ! J'ai trouvé l'organisation au top !

A aucun moment je n'ai eu d'inquiétude pour savoir ce que nous allions faire, où nous allions nous rendre, où nous allions poser nos sacs à dos et même dormir !

Car tu avais tout réglé comme du papier à musique.

Ta présence posée et bienveillante nous faisait nous sentir en confiance.

Enfin, je vais parler en « je » .

Je me suis sentie en sécurité et à ma place parce que tu m'as permis de le vivre.

Ton site était déjà très clair pour avoir une foule d'informations et répondre à des questions qu'un novice peut se poser pour entamer ce genre de voyage.

Le Riad était super !

La nourriture sur place aussi.

Notre périple en mini bus sur 455 kms a permis de consolider les premiers liens du groupe. Et je trouve ces heures vraiment importantes, surtout sur le retour aussi.

Ensemble dans cet espace, sur la route très belle (malgré quelques bosses, ah ah) est super bénéfique pour les liens entre-nous. J'ai aimé que pour le retour, nous soyons juste entre-nous et pas avec un autre groupe... pour l'aller, ça m'était égal, qu'il y ait d'autres gens dans le bus.

La qualité de l'accueil des membres de Mélodie du désert est top !

Le voyage dans le désert, avec les infos de préparation que tu nous avais fournies étaient complètement adéquates.

Et puis, ce départ, dans le désert ... la grande aventure qui commence avec cette marche ... quel Bonheur !

Se croiser, parler avec l'un puis l'autre, à notre rythme, toi, présente, on sent ton sourire et ta protection ...

Les méditations étaient extras, d'ailleurs, n'hésite pas à en proposer deux par jour pour ma part, je suis très preneuse !



Les temps d'échanges, une fois par jour, fin de journée, avant le coucher du soleil et le repas, c'est cool aussi.

Et nos guides nomades ... Ah j'y viens PARFAIT !! La même équipe ... gagnante pour 2021 !!! Que demander de plus !

La nourriture et les plats de Atman étaient parfaits ! En tant que végétarienne, je me suis régalée, et cela fournissait suffisamment d'énergie pour les marches de chaque jour. Bon, un bout de chocolat fait aussi l'affaire, ah ah !! (Mais ça, je peux m'en occuper)

Les entendre chanter, que du bonheur !

Le feu, se retrouver ensemble, partager ces silences, ces sons, ces magnifiques chants et voix de leur pays ...

Dormir à la belle étoile, ou sous la tente, libre de choisir et d'être là... en conscience.

Je recommande ce voyage avec toi et Mélodie du Désert les yeux fermés et du fond du cœur.

J'ai eu la chance et le privilège de le vivre et les personnes qui me posent des questions sur ce voyage, je n'ai qu'une réponse : « Allez-y ! Foncez ! Vivez-le, c'est magique ! »

Voilà Sylvie, je reviens plus qu'enchantée ... et je m'inscris déjà pour l'année prochaine sans hésitation !!

Bravo encore pour ce que tu fais... ce que tu es !

J'espère que ta route est lumineuse et pleine de rires et de joie,  
Je t'embrasse bien fort.

## Trek du 9 au 17 février 2019

*A la rencontre de soi au cœur du désert marocain*



*Katy*

Que de parcours pour moi depuis le désert et pourtant déjà bientôt le moment où tu vas repartir chère Sylvie !!!

Cette photo avec ma fille le montre bien, ce désert et ses couchers de soleil m'ont gravé à vie ce besoin de l'admirer réellement si ce paysage croise ma vue.

Merci à toi pour m'avoir accompagnée durant ce voyage.

Je te suis infiniment reconnaissante pour ta générosité et ton écoute, merci ❤️

Ma renaissance s'est réellement faite à mon retour, je n'ai plus ressenti depuis ce deuil, il a été bel et bien fait ❤️

Je te souhaite un magnifique voyage ✨

# Trek du 24 février au 4 mars 2018

*A la rencontre de soi au cœur du désert marocain*



## *Kelly*

Le trek « à la rencontre de soi » proposé par Sylvie Maisonneuve de « Bulles de bien-être » avec « Mélodie du désert » a été une révélation pour moi et source de beaucoup d'émotions.

Le guide et cuisinier Brahim ainsi que les chameliers Ali et Mohamed connaissent le désert comme leur poche, pour y avoir grandi. Ils se sont occupés de nous, tels des princes et princesses du désert.

Un trek qui a parfaitement combiné l'activité physique et les moments de spiritualité, de douceur et de bien-être guidés par Sylvie qui laissait également place à toute initiative de la part des participants.

Beaucoup de bienveillance et d'amour émanait de notre groupe.

J'ai vécu de beaux moments de partages, de chants, de danses...

Nul besoin de mots, juste le bonheur de se sentir avec l'autre et connecté à l'énergie du désert.

Une vraie oasis de bonheur.

GRATITUDE !

## *Stéphanie*

Je me sens remplie d'amour et de zen attitude.

Je me sens libre et vivante.

Je suis fière de moi et je crois en moi.

Je suis heureuse de vivre... et j'ai envie de recommencer !!!