



# J.e.m.

Journal des employés municipaux et intercommunaux

LAVAJ  
COSEM

INFOS

VOYAGE

SORTIR

REPORTAGE

## CIRCUIT SUD MAROCAIN 2027

L'été s'est déjà installé et l'envie de voyager se fait sentir. Prendre la route, changer d'horizon, découvrir de nouveaux paysages et profiter pleinement des beaux jours... La saison des escapades approche à grands pas !

Pour 2027, la commission Voyages a choisi de vous emmener à la **découverte du Sud marocain**, une terre de contrastes et d'émotions. Entre les dunes dorées du désert, les oasis verdoyantes, les kasbahs chargées d'histoire et les montagnes aux couleurs changeantes, chaque étape sera une invitation à la découverte et à l'émerveillement. Retrouvez **toutes les informations en pages 4, 5 et 6**.

Par ailleurs, pour des raisons d'organisations internes, le **secrétariat du COSEM sera fermé** :

- tous les lundis jusqu'au 10 janvier 2027.
- du 6 au 14 juillet 2026 inclus 2026.
- du 3 au 7 août 2026 inclus 2026.

Nous vous remercions de votre compréhension. Nous vous souhaitons un bel été !

L'équipe du COSEM

## CONTACT

### COSEM

Maison des Associations Noël Meslier  
17 rue de Rastatt  
53000 LAVAL

Téléphone : **02 53 74 15 67**

Site internet : [www.cosem.laval.fr](http://www.cosem.laval.fr)

Courriel : [cosem@laval.fr](mailto:cosem@laval.fr)

 [www.facebook.com/cosemlaval/](https://www.facebook.com/cosemlaval/)

### HORAIRES

Lundi : fermé

Mardi, mercredi : 9h30 - 13h / 14h - 17h30

Jedi : 13h30 - 17h30

Vendredi : 9h30 - 13h / 14h - 17h30

## SOMMAIRE

INFORMATIONS	P. 3
VOYAGE	P. 4 À 6
SORTIR	P. 7
REPORTAGE	P. 8

## À VOS AGENDAS :

- 17 octobre 2026 : Journée au Puy du Fou
- 12 décembre 2026 : Arbre de Noël



Comme chaque année, nous vous proposons des tarifs préférentiels sur les abonnements au Stade Lavallois pour la saison 2026/2027

ABONNEMENT CE 2026/2027		
Tribunes	Tarif normal CE	Tarif réduit CE*
Actual Haut Pair & impair	<b>275 €</b>	<b>137,50 €</b>
Actual Bas Pair & Impair	<b>160 €</b>	<b>80€</b>
Crédit Mutuel	<b>190 €</b>	<b>95 €</b>
Tribunes A	<b>95 €</b>	

\*Le tarif réduit concerne les jeunes – de 16 ans et les étudiants – de 25 ans et les personnes à mobilité réduite et leur éventuel accompagnateur (justificatif obligatoire et carte non-cessible).



**Anciens abonnés ?** Pour garantir les mêmes places, inscrivez-vous au COSEM **avant le 30 juin 2026**.

**Nouveaux abonnés ?** N'hésitez pas à contacter directement le stade lavallois pour connaître les places disponibles restantes. Venez ensuite remplir le formulaire d'inscription au COSEM.

### NOUVEAU PARTENAIRE - EUR'AUTO ETS LAMBIERGE

En présentant votre carte COSEM à jour,  
bénéficiez d'une remise de **50 %** sur les batteries automobiles  
et **45 %** sur les batteries motos

Adresse : 358, rue de Bretagne – 53000 LAVAL



### NOUVEAU PARTENAIRE - MEDOR ET COMPAGNIE



Bénéficiez d'une remise de **10 %** en présentant votre carte COSEM sur les accessoires et croquettes ainsi que sur l'ensemble du magasin (hors toilette) chez Medor et Compagnie.

Adresse : 30, boulevard Louis Armand – 53940 SAINT-BERTHEVIN

## VOTRE CIRCUIT « SUD MAROCAIN » du 3 au 10 avril

### MARRAKECH – AIT BEN HADDOU – OUARZAZATE – SKOURA – DADES – TODRA – TINGHIR – TINEJDAD- ERFOUND – MERZOUGA – ZAGORA



#### JOUR 1 - LAVAL / NANTES / MARRAKECH :

- Prise en charge des participants sur le Parking du COSEM.
- Puis **trajet en autocar en direction de l'aéroport de Nantes.**
- **Prise en charge par notre assistant et formalités d'embarquement** puis envol vers le Maroc.
- Accueil par  **votre guide local francophone** et transfert vers votre hôtel.
- Dîner avec Eau thé ou Café et nuit dans votre hôtel.

#### JOUR 2 - DÉCOUVERTE DE MARRAKECH :

- Journée consacrée à la **visite guidée de Marrakech deuxième ville impériale du Maroc.**
- Le matin visitez **les sites historiques les plus importants de la Médina** de Marrakech : le **Palais de Bahia** construit sur 8 hectares au 19<sup>ème</sup> siècle, sa construction durera 15 ans, elle reflète la beauté de l'architecture marocaine et la **célèbre Mosquée Koutoubia** ou mosquée des Libraires, édifée au XII<sup>e</sup> siècle par le Zef souverain de la 3<sup>ème</sup> dynastie berbère qui régna au Maroc. D'une hauteur de 77m, l'origine de son nom vient de Koutoub qui signifie en arabe manuscrits.
- Après une matinée riche en découverte et en bruit, place à un peu de **calme et de tranquillité pour cette après-midi.**

- Au programme **visite du jardin Majorelle**, un gigantesque et opulent ensemble de **plantes et d'arbres exotiques des terres les plus éloignées**, conçu à la fois comme sanctuaire et comme laboratoire par le **peintre français Jacques Majorelle** à partir de 1922.
- Fin d'après-midi, dirigez-vous **vers la place Djemaa El Fna** avec ses **charrettes remplies d'oranges et de graines grillées.** Vous rencontrerez Les Femmes venues de l'Anti-Atlas pour **vendre leurs paniers, les musiciens, danseurs, écrivains publics** devant leur parapluie noir, vendeurs de potirons, **guérisseurs, apothicaires** offrent le **spectacle hallucinant d'une journée comme une autre.**

#### JOUR 3 - MARRAKECH / AIT BEN HADDOU / OUARZAZATE :

- **Départ matinal en 4x4 pour Ouarzazate** par la route principale par le col de Tizin'Tichka (2260 m), à travers le haut Atlas, **fabuleux paysages de montagnes, villages berbères jalonnent le parcours et ses cultures en terrasses.**
- Vous visiterez la sublime **Kasbah de Télouet** : Perchée à 1 650 mètres d'altitude, au cœur des majestueuses montagnes du Haut-Atlas, cette citadelle **dévoile un passé fascinant.** C'est l'une des **plus anciennes routes caravanières vers le Sahara.**

## VOTRE CIRCUIT « SUD MAROCAIN » du 3 au 10 avril

- Départ pour la **Kasbah d'Aït Ben Haddou**, une célèbre kasbah qui a fait l'objet de **nombreux tournages de films** et qui est maintenant classée **patrimoine Mondial de l'UNESCO** - Adossé au flanc d'une colline dominée par des fortifications en ruines qui est un type d'habitat traditionnel présaharien. Les maisons se regroupent à l'intérieur de ses murs défensifs renforcés par des tours d'angle.
- Arrivée à Ouarzazate, et **visite de la Kasbah de Taourirt**, ancienne demeure du Glaoui classée UNESCO c'est l'un des plus beaux exemples d'architecture berbère de la ville.

### JOUR 4 - SKOURA / DADES / TODRA / TINGHIR :

- En tout début de matinée, vous prendrez la **route des mille kasbahs en direction de Tinghir**. Trajet qui vous plongera au cœur des **traditions berbères** avec, en plus, des **paysages à coupe le souffle**.
- Vous ferez une **première pause à Skoura**, une des rares palmeraies du pays **encore habitée et cultivée** et où vous pourrez visiter la **Kasbah Amerhidil**, la plus célèbre Kasbah de la palmeraie.
- Vous profiterez de **Kelaa m'Gouna et de la fameuse vallée des roses**.
- Vous entrez ensuite dans les **célèbres gorges du Dadès l'une des routes les plus grandioses du sud-est marocain**. La route longe l'oued (la rivière) et serpente entre les montagnes ocre, se réduisant parfois à un filet de goudron tant les gorges sont étroites.
- Arrivée à Tinghir.

### JOUR 5 - TINGHIR / TINEJDAD / ERFOUND / MERZOUGA :

- **Randonnée matinale au milieu des palmeraies, des jardins et des champs**. Vous entendrez **le chant des oiseaux** et vous **rencontrez les villageois** qui cultivent leur petite parcelle de terrain verdoyante.
- Pour en savoir plus sur l'authenticité de la vie Berbère, nous **vous invitons à visiter le Musée des Oasis à Tinejdad**. Un Musée qui fait partie du Ksar El Khorbat, un **village fortifié** en terre crue récemment restauré.
- Le musée retrace **les migrations tribales** à partir de nombreux objets de la **vie semi-nomade** : selles usées, contrats gravés

sur des tablettes en bois, en arabe et en hébreu, jarres de Tinejdad pour garder l'eau et le beurre, bijoux en argent, mousquets marquetés et menottes.

- Ensuite prenez la route **vers le désert de Merzouga** pour y vivre une des plus belles expériences de votre voyage : **une nuit à la belle étoile au milieu du désert**.
- **Rejoignez le campement à dos de chameau**. Et profitez ensuite d'un magnifique coucher de soleil, une expérience inoubliable !!!  
**Dîner et nuitée au Campement**

### JOUR 6 - DUNES DE MERZOUGA / ZAGORA :

- Tôt le matin, assistez au **splendide spectacle du lever de soleil** sur les célèbres **Dunes de Merzouga**.
- **Retour au bivouac pour le petit déjeuner**.
- Vous **reprenez vos véhicules 4x4** pour **traverser les plateaux du désert éloignés de toute route bétonnée**.
- Vous irez ensuite à **la rencontre d'une famille nomade** dans leur tente
- Vous partagerez avec eux un **délicieux tagine 100% végétarien pour le déjeuner**.
- Après le déjeuner collectif sous tente nomade, **départ pour Zagora en passant par le village de Rissani**. Zagora, situé à quelques kilomètres des premières dunes sahariennes. Les ruelles ombragées de la ville, qui s'étendent de part et d'autre de l'avenue Mohamed V, rendent la promenade très agréable. On pénètre dans le centre de Zagora par la monumentale porte de Ouarzazate. À l'extrémité sud de la ville se trouve le célèbre panneau annonçant la route de Tombouctou, la porte du désert.
- **Visite du Mausolée Moulay Ali Chérif**, fondateur de la dynastie Alaouite régnant sur le pays depuis plus de 300 ans.
- **Continuation vers Alnif**. Petite oasis posée sur un plateau désertique du sud-est marocain, Alnif est une étape pleine de charme sur la route qui relie Tinghir à Rissani. Cette commune tranquille, peuplée de **Berbères Aït Atta**, est un **haut lieu de la paléontologie**.
- Puis continuation vers **Zagora via Tazzarine et Taghbait**. Sur le chemin, vous admirerez de splendides paysages de désert présaharien parsemés de villages berbères dominant la vallée du Draa.

## VOTRE CIRCUIT « SUD MAROCAIN » du 3 au 10 avril

### JOUR 7 - ZAGORA / OUARZAZATE / MARRAKECH :

- **Départ pour Ouarzazate** par une route le long de la rive droite de l'oued Draa bordée de **nombreuses palmeraies, de Kasbahs et de Ksours.**
- **Arrivée à Ouarzazate** par la diversité de ces paysages, la diversité ethnique, la lumière exceptionnelle, une main d'œuvre locale abondante, tous ces éléments font d'elle l'un des lieux les plus désirés du Maroc par les cinéastes.
- Puis vous reprendrez votre périple pour rejoindre la ville de Marrakech.

### JOUR 8 - MARRAKECH / NANTES / LAVAL :

- **Petit déjeuner** puis en fonction des horaires de vols.
- Transfert en autocar vers l'aéroport.
- **Assistance aux formalités d'embarquement.**
- Envol vers la France - Récupération des bagages.
- **Reprise de votre car et trajet retour vers Laval.**

#### PRIORITÉ AUX BÉNÉFICIAIRES

##### Tarifs :

**Bénéficiaires : 1 235 €**

Non bénéficiaires : 1 360 €

#### FORMALITÉS OBLIGATOIRES

**Passeport obligatoire  
en cours de validité**

#### Le prix comprend :

Les transferts en autocar aller/retour : Laval - Nantes - L'assistance à l'aéroport  
Le transport aérien aller/Retour avec bagage cabine et soute inclus - les taxes aéroports  
Le transport en véhicule 4x4 du jour 3 au jour 7 sur une base de 4 personnes par véhicule  
La pension complète du diner du jour 1 au petit déjeuner du jour 8 : eau + thé ou café  
L'hébergement pour 6 nuits en hôtel 4\* et 1 nuit en bivouac standard à Merzouga  
Les services d'un guide national francophone pendant la durée du circuit  
Une balade à dos de dromadaire, les visites et entrées mentionnées dans le programme  
Les assurances multirisques assistance rapatriement, annulation et bagages

#### Le prix ne comprend pas :

Le supplément chambre individuelle + 145 €  
Les excursions non mentionnées, les pourboires guide et chauffeur – les dépenses personnelles

**Inscriptions pour les bénéficiaires à partir du 21 juillet 2026.**

**Inscriptions pour les non-bénéficiaires à partir du 21 août 2026.**

Pour les bénéficiaires à partir du 21 juillet 2026.  
Pour les non-bénéficiaires à partir du 21 août 2026.

### INSCRIPTIONS

#### Comment s'inscrire ?

- 1) Un formulaire d'inscription est téléchargeable sur notre site Internet ou à retirer à l'accueil du secrétariat du COSEM.
- 2) Remplir le formulaire et déposez-le au COSEM (boîte aux lettres ou en main propre) aux dates ci-dessus.

#### IMPORTANT :

- Le nombre de places pour ce voyage étant limité, priorité est faite aux inscriptions des bénéficiaires.
- Dans le cas où le nombre de demandes d'inscriptions dépasse le nombre de places disponibles, le COSEM établira un tirage au sort en donnant la **priorité aux bénéficiaires n'ayant pas voyagé avec le COSEM les 3 dernières années (2024, 2025 et 2026).**
- Dans le cas où il resterait de la place suite aux inscriptions des bénéficiaires (soit après le 20 août 2026), nous ouvrirons les réservations aux non-bénéficiaires.
- Vous avez la possibilité de régler votre séjour en plusieurs fois. Le dernier versement est attendu au plus tard le 15 février 2027.
- Possibilité de payer en chèques vacances (sauf e-connect).
- Acompte de 30% à la réservation + photocopie du passeport.

## JOURNÉE AU PUY DU FOU Samedi 17 octobre 2026

**Le 17 octobre**, offrez-vous une parenthèse hors du temps au cœur de l'Histoire et de l'émotion !

La commission Voyage Culture vous propose une journée exceptionnelle au **Puy du Fou**, élu à plusieurs reprises meilleur parc d'attractions du monde, pour vivre des spectacles grandioses... et terminer en beauté avec le féerique spectacle nocturne Les Noces de Feu.

### • Une journée inoubliable au Puy du Fou

Bien plus qu'un parc d'attractions, le Puy du Fou est une véritable machine à remonter le temps. Vikings surgissant de l'eau, gladiateurs dans l'arène, chevaliers et mousquetaires... Chaque spectacle est une immersion spectaculaire portée par des centaines d'acteurs, des décors monumentaux et des effets spéciaux à couper le souffle.

Flânez également dans les villages d'époque, profitez des animations et laissez-vous surprendre à chaque détour de chemin.

### • Un final magique avec les Noces de Feu

À la tombée de la nuit, place à la poésie et à la magie... Sur le lac, danseurs et décors surgissent de l'eau dans une mise en scène féerique mêlant musique, projections et jeux de lumière.

### **PROGRAMME DE LA JOURNÉE :**

**6h :** Départ de Laval  
(parking de la maison des associations)

**9h :** Arrivée au parc  
(heure approximative en fonction de la circulation)

JOURNÉE LIBRE

**20h45/21h :** Spectacle nocturne "Les Noces de Feu"  
(Durée : 30 minutes)

**21h30/21h45 :** Reprise du groupe pour retour à Laval

*Inscription au COSEM dans la limite des places disponibles.*

*Le tarif comprend le transport ainsi que l'entrée au parc et le spectacle nocturne.*

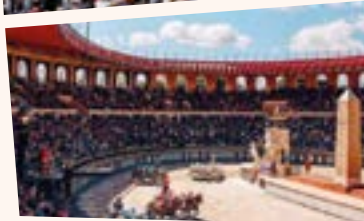
*Règlement par carte bancaire ou chèque. Si vous réglez en chèque, celui-ci sera encaissé au moment de la sortie. Possibilité de régler en plusieurs fois.*

*Les mineurs doivent obligatoirement être accompagnés d'un majeur.*

*Le tarif adhérent est appliqué au bénéficiaire ainsi qu'au conjoint(e) et enfant à charge.*

*Aucune réservation par téléphone n'est possible.*

*En cas d'annulation de votre part, aucun remboursement ne sera effectué sans justificatif médical.*



### Tarifs :

**Adhérent adulte : 55 €**

**Adhérent enfant**

**de 3 à 11 ans : 36 €**

Non adhérent adulte : 69 €

Non adhérent enfant : 40 €

## ATELIER BRACELET

**Jeudi 4 juin 2026**



**Le 4 juin, Sophie Bringard cheffe de projet pour le Territoire engagée pour la Nature à Laval Agglomération a proposé un atelier découverte qui a réuni 6 participantes.**

Un thème original a attiré quelques aventurières pour confectionner, à partir de tiges d'orties un bracelet végétal.

Sophie nous a expliqué les 4 étapes de la confection :

- retirer les feuilles urticantes de la tige et la nettoyer des excroissances,
- " éplucher " la tige pour en retirer l'écorce, un peu comme avec un tige de rhubarbe
- à partir des sillons de la tige, diviser celle-ci sur toute sa longueur en 2 puis en 4 parties distinctes
- placer les fines lanières ainsi obtenues en les nouant ensemble puis commencer à vriller 2 lanières ensembles puis croiser, à nouveau vriller les tiges restantes puis croiser et ainsi de suite pour obtenir un cordon tressé qu'il suffit de nouer à son poignet !

Un atelier ludique et surprenant qui a ravi nos participantes.

D'autres thèmes nature pourront être proposés, Sophie étant partante pour partager ses connaissances !



*Isabelle Laurent*

*Membre de la commission Affaires Sociales*

## VOYAGE AU PORTUGAL

**Du 21 au 28 mai 2026**

**39 personnes étaient du voyage en Algarve (sud du Portugal) du 21 au 28 mai.**

Pendant la canicule en France, le groupe a profité d'un temps très agréable dans une région très accueillante. L'hôtel d'une haute qualité, avec un personnel d'une gentillesse appréciée et très professionnel, a permis de profiter d'une piscine de 101 mètres de long, des grandes chambres et de la qualité des repas.

En profitant des excursions d'une journée ou demi-journée, les vacanciers ont découvert cette belle région du Cap Vincent (extrémité ouest du continent européen) à Tavira, en passant par Silves et le mont Foia (sommet de la région à 902 m). Si la découverte des côtes en zodiac fut épique, malheureusement le vent n'a pas permis d'entrer dans les grottes. Le sourire de chacun des participants dans le car de retour nous a confirmé que cette semaine de vacances sera un bon souvenir.

*Laurence GAUBERT*

*Présidente du COSEM et participante au séjour*

