

ÉPREUVE EXTERNE COMMUNE

CE1D 2018

FRANÇAIS

LIVRET 1 | VENDREDI 15 JUIN

COMPRÉHENSION DU RÉCIT DE FICTION ET TÂCHE D'ÉCRITURE



NOM : _____

PRÉNOM : _____

CLASSE : _____

N° D'ORDRE : _____

... /66

RÉCIT DE FICTION

QUESTION 1

1/2

Si tu devais présenter la nouvelle à un groupe d'élèves, comment débuterais-tu ta présentation ? Coche une des quatre formulations proposées.

- « C'est un fait divers qui relate l'histoire d'un adolescent qui s'égare pendant deux jours dans le désert. »
- « C'est une histoire imaginaire qui raconte comment un jeune adolescent est devenu riche grâce à une perle de grande valeur. »
- « C'est une histoire réaliste qui veut montrer aux lecteurs le danger de se promener seul dans le désert. »
- « C'est une histoire imaginaire qui raconte comment un adolescent vit une expérience particulière et devient adulte. »

Pour quelle raison Merwan entreprend-il chacune de ses deux expéditions dans le désert ?

Formule la réponse avec tes propres mots.

a) Première expédition :

b) Deuxième expédition :

QUESTION 3

□ /1

Dans ce récit, le vent est présenté comme un personnage.

Recopie une **phrase de la première page** du texte qui le prouve.

QUESTION 4

□ /2

Lors des expéditions dans le désert, que fait le vent pour aider Merwan ?

Formule avec tes propres mots deux actions différentes du vent.

Action 1 : _____

Action 2 : _____

QUESTION 5

/3

Je ne serai peut-être pas un seigneur. Je serai mieux que ça : Merwan, le prince du vent.
(L. 62-64)

Pourquoi Merwan décide-t-il de s'appeler « le prince du vent » ?

Quel est le plan du Seigneur quand il décide d'accompagner Merwan ? (Deux éléments)

Sur quels indices du texte fondes-tu ta réponse ?

Complète le tableau suivant.

Éléments	Indices du texte
1. _____ _____ _____	1. _____ _____ _____
2. _____ _____ _____	2. _____ _____ _____

Ce plan va-t-il réussir ?

Oui

Non

Explique ta réponse.

Le frère de Merwan a disparu. Qu'a-t-il pu lui arriver ?

Coche la bonne réponse.

- Il a trouvé le trésor et l'a emporté.
- Il est mort dans le désert.
- Il a été assassiné par le Seigneur.
- Il a rejoint ses parents en France.

On a demandé à des élèves de 2^e de tirer une leçon de cette histoire. Voici cinq propositions. Coche celle qui convient le mieux.

- Une amitié peut naître même entre deux personnes que tout oppose au départ.
- L'argent, la richesse peut conduire les hommes à toutes les folies.
- Quand on veut retrouver quelqu'un, on peut réussir à condition de le vouloir.
- Quand on est trop curieux, on perd ses yeux.
- Aucune de ces propositions ne convient.

Le souffle se tait à chaque fois, comme si Merwan était en communication avec l'esprit des éléments. (L. 47-50)

Coche la bonne définition du mot « esprit » dans cette phrase.

Esprit, Nom masculin

- Intelligence ; facultés intellectuelles.**
Cultiver son esprit. Être simple ou vif d'esprit.
- Personne considérée sur le plan de son activité intellectuelle.** C'est un esprit fort.
- Être immatériel ; âme.** L'esprit céleste. L'esprit de Dieu. Les bons et les mauvais esprits. Croire aux esprits.
- Manière de penser, de se comporter.**
Avoir l'esprit ouvert.
- Idée directrice, sens.** L'esprit d'un roman, d'une époque.

Merwan est frappé de plein fouet. Il essaie d'avancer toujours sur la même ligne pour nier l'évidence, mais il tombe d'un coup, comme une bouteille touchée par la pierre d'une fronde.
(L. 135-139)

Coche la bonne définition du mot « fronde » dans cette phrase.

Fronde, Nom féminin

- Arme de jet utilisant la force centrifuge, formée d'une pièce de matière souple (cuir, etc.), attachée à deux lanières, dans laquelle est placé le projectile (balle ou pierre).**
PAR ANALOGIE – Jouet d'enfant constitué d'une petite fourche et d'un caoutchouc. Manier une fronde.
- Révolte d'un groupe social qui s'oppose aux institutions, à la société, à l'autorité.**
Esprit, vent de fronde.
- (Médecine) Bandage utilisé pour fixer les pansements du nez et du menton.**
- (Botanique) Feuille aérienne des fougères.**

Contre la force du sable, tu ne serais qu'un petit bout de bois qui craquerait sous son pas de géant. (L. 16-18)

Comment comprendre cette expression ?

TÂCHE D'ÉCRITURE

Rédaction d'un compte rendu critique de lecture (résumé de présentation suivi d'une appréciation personnelle)

Pour encourager les jeunes de ton âge à lire et les aider à sélectionner des récits, ton professeur te demande de rédiger le compte rendu critique de lecture de « Merwan, le prince du vent ».

Ta production comprendra deux parties :

- un résumé de présentation du récit ;
- ton avis personnel soutenu par deux arguments développés (ou illustrés).

Ta production comportera entre **100 et 150 mots** que tu devras dénombrer et reporter sous ton travail.

CONSEILS POUR TE RELIRE

- As-tu proposé un résumé de présentation ?
- Ton résumé en dit-il suffisamment mais pas trop ?
- Ensuite, as-tu exprimé ton avis sur le récit ?
- As-tu fourni deux arguments au service de cet avis ?
- As-tu développé ou illustré chaque argument ?
- As-tu respecté la longueur qui t'était imposée : entre 100 et 150 mots ?

Pour réaliser cette tâche d'écriture, tu trouveras en page 16, le schéma de ce qui t'est demandé.


Tu peux t'en servir pour préparer ton texte définitif (voir page 17). Tu peux aussi rédiger un brouillon sur une autre feuille.

Avant d'écrire ton avis personnel sur le récit, prépare ton argumentation en complétant le schéma ci-dessous.

Mon résumé de présentation	
Mon appréciation personnelle	
	Mon avis
	Argument 1
	Développement de l'argument 1
	Argument 2
	Développement de l'argument 2

Pour le professeur

0. Impression globale produite sur le lecteur		Indicateurs	Points
1. Genre	/4	1	/1
		2	/1
		3	/1
		4	/1
		5	/4
2. Intention	/10	6	/4
		7	/1
		8	/1
		9	/2
3. Cohérence textuelle	/6	10	/3
		11	/4
		12	/2
4. Langue	/11	13	/2
		14	/2
		15	/5
		16	/4
		17	/2
TOTAL			/42



**Fédération Wallonie-Bruxelles / Ministère
Administration générale de l'Enseignement**
Boulevard du Jardin Botanique, 20-22 – 1000 BRUXELLES
www.fw-b.be – 0800 20 000
Impression : EVMprint - info@evmprint.be
Graphisme : Sophie JEDDI - sophie.jeddi@cfwb.be
Juin 2018

Le Médiateur de la Wallonie et de la Fédération Wallonie-Bruxelles
Rue Lucien Namèche, 54 – 5000 NAMUR
0800 19 199
courrier@mediateurcf.be

Éditeur responsable : Frédéric DELCOR, Secrétaire général

La « Fédération Wallonie-Bruxelles » est l'appellation désignant usuellement la « Communauté française » visée à l'article 2 de la Constitution

ÉPREUVE EXTERNE COMMUNE

CE1D 2018

FRANÇAIS

LIVRET 2 | VENDREDI 15 JUIN

OUTILS LIÉS À LA MAÎTRISE DE LA LANGUE,
COMPRÉHENSION DU DOSSIER INFORMATIF, ÉCOUTE



NOM : _____

PRÉNOM : _____

CLASSE : _____

N° D'ORDRE : _____

... /34

OUTILS LIÉS

À LA MAITRISE DE LA LANGUE

QUESTION 12

■ /4

Recopie **entièrement** les phrases suivantes en corrigeant les erreurs de syntaxe et d'orthographe. Aide-toi des indications quand elles te sont données.

- a) Merwan a trouvé de très joli objets d'or qui resplendissait sous le soleil.

joli et resplendissait (erreurs d'accord)

- b) Ces moi qui est gagné le jogging de l'école que je t'avais parlé .

- x x** c) Si, au départ, le marathon ne serait qu'une épreuve sportive, par la suite, elle a poursuivi d'autres buts.

- d) La maman de Merwan connaissait de douce berceuse. Elle les lui chantaient souvent.

DOSSIER INFORMATIF

QUESTION 13

□ /3

Voici une fiche technique de l'édition 2018 du Marathon des Sables (MDS), une course à pied dans le désert.

Complète-la de façon à avoir une vision globale de l'épreuve.

Pays	_____
Mois	_____
Édition (quantième ?)	_____
Nombre de jours consacrés à la course	_____
Nombre de kilomètres parcourus en autosuffisance	_____

QUESTION 14

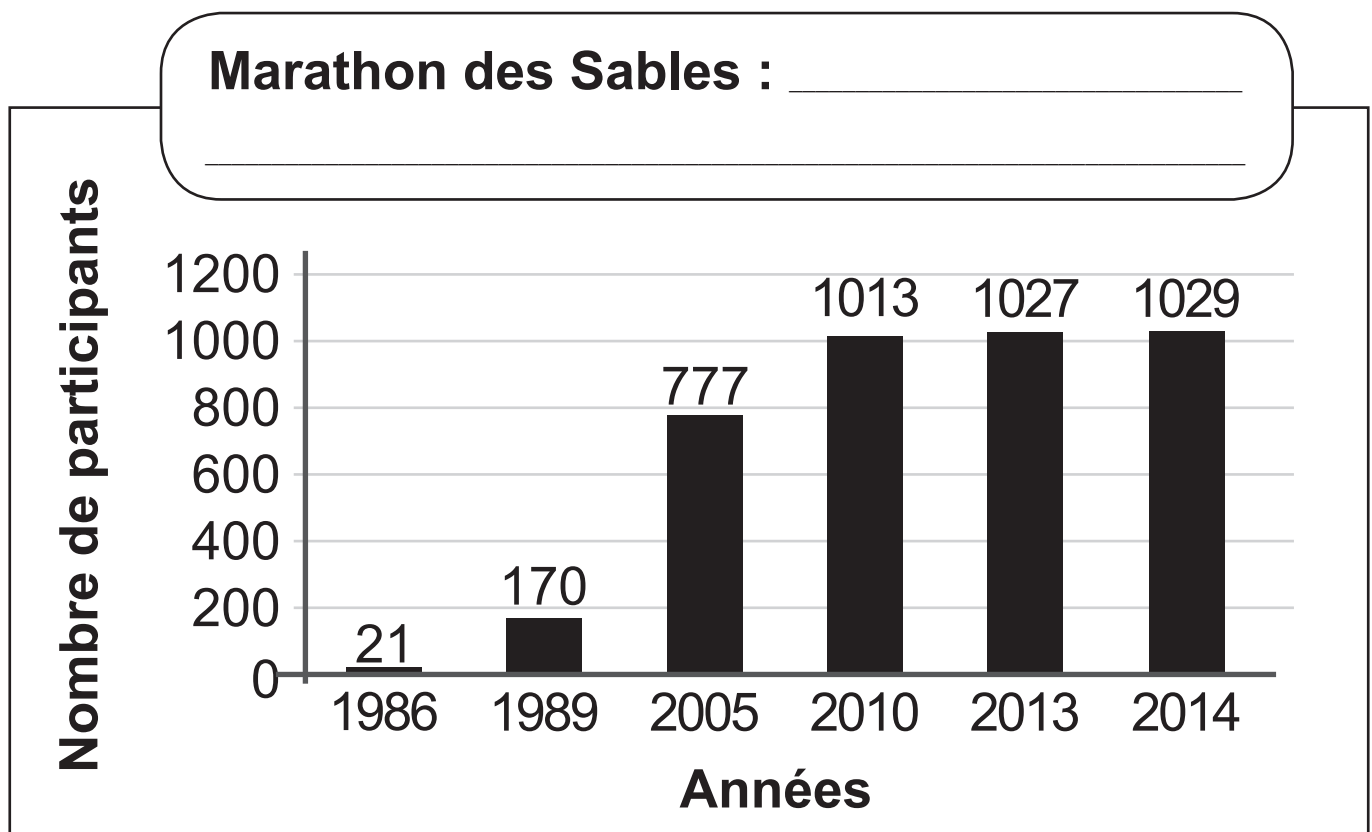
□ /1

Dans l'article 2 du règlement, on parle d'« autosuffisance alimentaire ». En te fondant sur tout ce que tu viens d'apprendre, écris de quoi il s'agit.

Prends connaissance :

- du graphique ci-dessous qui pourrait illustrer un article de presse sur le Marathon des Sables ;
- des titres proposés.

a) Parmi les titres proposés ci-dessous, recopie celui qui pourrait convenir à ce graphique.



Titres :

- ➊ Marathon des Sables : toujours plus de succès !
- ➋ Marathon des Sables : moins de participation en 2014
- ➌ Marathon des Sables : un nombre de participants stable depuis ses débuts
- ➍ Marathon des Sables : le rendez-vous culte du sport-aventure

b) Justifie le rejet des trois autres titres.

■ Je rejette le titre n° ____ parce que :

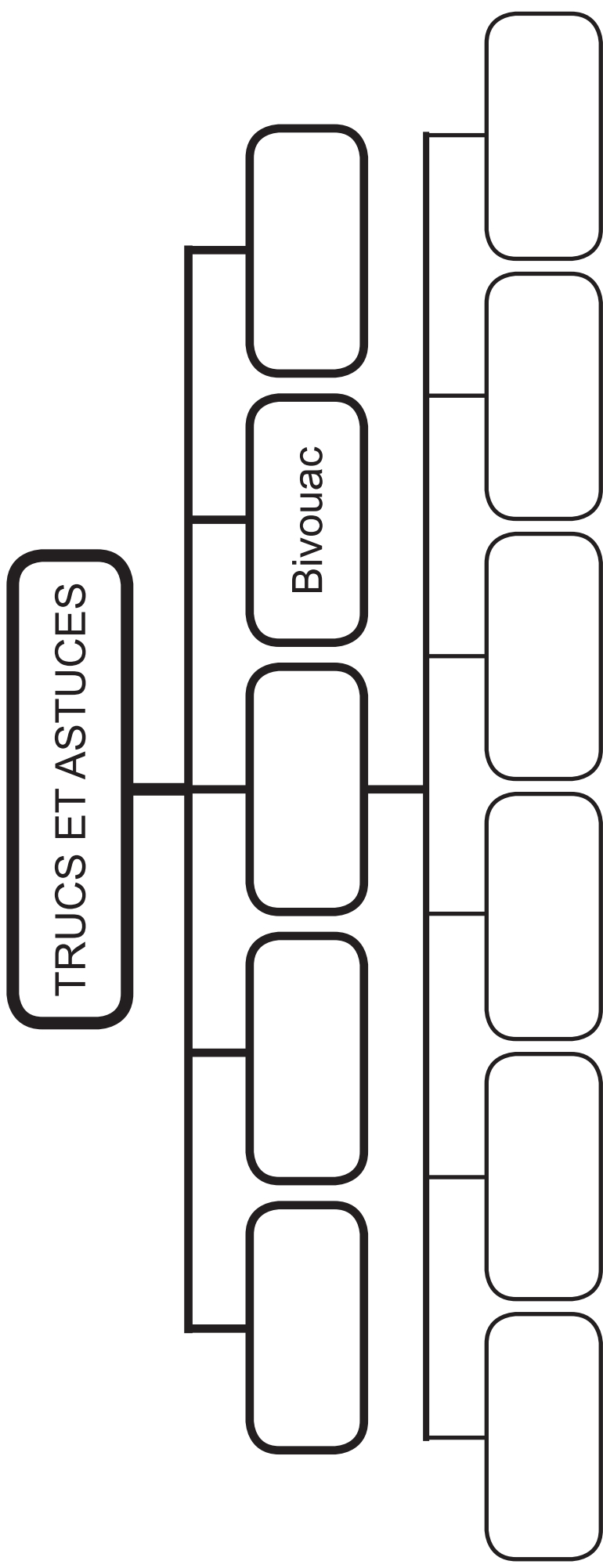
■ Je rejette le titre n° ____ parce que :

■ Je rejette le titre n° ____ parce que :

QUESTION 16

1 / 2

Considère le 3^e document. Afin de préparer ta recherche d'informations, schématise-en l'organisation. Pour cela, complète le schéma proposé ci-dessous.



Dans le document 3, tu peux lire :

« L'eau de boisson distribuée le matin puis aux points de contrôle est indispensable pour compenser la **déperdition hydrique** importante occasionnée par des températures extrêmes. »

En te servant du contexte, écris ce que signifie l'expression « **la déperdition hydrique** ».

Voici une série de conseils formulés à l'intention des futurs participants, coche **les quatre** propositions qui sont en accord avec les « Trucs et Astuces » présentés dans les documents.

- Boire entre 3 et 4 litres d'eau par jour.
- Choisir ses chaussures à la pointure habituelle.
- En dehors des repas, privilégier les fruits secs, les pâtes de fruits ou les barres énergétiques et chocolatées.
- Éviter les aliments déshydratés.
- Ne boire que de l'eau durant la durée du Marathon des Sables.
- Prendre, comme matériel, un réchaud au gaz, un sac de couchage, un sac à dos.
- Prévoir des pansements pour soigner les pieds et des pommades pour soigner les zones de frottement.
- Prévoir la nourriture nécessaire pour toute la durée de la course.
- Prévoir une pompe aspivenin facile d'accès.
- Se munir d'un vêtement chaud.

QUESTION 19

1 / 1

Aujourd'hui, le Marathon des Sables n'est plus uniquement une épreuve à but sportif.

Cette affirmation est-elle exacte ?

Oui

Non

Justifie ta réponse (un élément).

L'aventure du MDS est qualifiée d'exceptionnelle.
Donne deux caractéristiques qui justifient cette appellation.

■ Caractéristique 1 : _____

■ Caractéristique 2 : _____

QUESTION 21

/1

Tu veux participer au Marathon des Sables, peux-tu t'y inscrire ?

Oui

Non

Justifie ta réponse.

ÉCOUTE

QUESTION 22

■ /2

Coche dans le tableau suivant **les deux** raisons qui prouvent que Monsieur De Witte est qualifié pour parler du MDS.

- Monsieur De Witte pratique le jogging depuis peu de temps.
- Monsieur De Witte a couru un MDS.
- Monsieur De Witte est un professeur de biologie.
- Monsieur De Witte est un professeur de philosophie à l'Université.
- Monsieur De Witte est un journaliste sportif réputé.
- Monsieur De Witte a participé à plusieurs MDS.
- Monsieur De Witte est un médecin spécialisé en sports extrêmes.

Monsieur De Witte résume le Marathon des Sables en disant : « Ce sont les deux extrêmes qui souffrent ».

Quels sont ces deux extrêmes ?

■ _____

■ _____

- a) Lors d'un entraînement, explique la différence de comportement entre l'homme et son chien quand ils sont fatigués.

- b) Cite une conséquence positive pour l'homme.

- c) Cite une conséquence négative pour l'homme.

Pour Monsieur De Witte, qu'est-ce qui est important dans ce genre de compétition ?

Coche les propositions qui conviennent.

- Être là sur le chemin et non pas penser au bout du chemin.
- Finir le premier.
- Tisser des relations fraternelles avec des inconnus.
- Se dépasser et découvrir ses limites.
- Passer du temps avec son chien dans le désert.
- Se rendre compte de sa place réelle dans l'univers.


QUESTION 26

1 / 2

Cite deux conseils que Monsieur De Witte donne aux jeunes désireux de participer à ce genre de course.

Conseil 1: _____

Conseil 2: _____



**Fédération Wallonie-Bruxelles / Ministère
Administration générale de l'Enseignement**
Boulevard du Jardin Botanique, 20-22 – 1000 BRUXELLES
www.fw-b.be – 0800 20 000
Impression : EVMprint - info@evmprint.be
Graphisme : Sophie JEDDI - sophie.jeddi@cfwb.be
Juin 2018

Le Médiateur de la Wallonie et de la Fédération Wallonie-Bruxelles
Rue Lucien Namèche, 54 – 5000 NAMUR
0800 19 199
courrier@mediateurcf.be

Éditeur responsable : Frédéric DELCOR, Secrétaire général

La « Fédération Wallonie-Bruxelles » est l'appellation désignant usuellement la « Communauté française » visée à l'article 2 de la Constitution

ÉPREUVE EXTERNE COMMUNE

CE1D 2018

FRANÇAIS

PORTEFEUILLE DE DOCUMENTS | VENDREDI 15 JUIN



NOM : _____

PRÉNOM : _____

CLASSE : _____

N° D'ORDRE : _____

SOMMAIRE

RÉCIT DE FICTION	3
DOSSIER INFORMATIF	22
Document 1	22
Document 2	26
Document 3	28

Les différents documents relatifs à cette évaluation externe ont été rédigés selon les rectifications orthographiques de 1990 à l'exception des textes ou extraits de textes d'auteurs qui, eux, ont été retranscrits sans aucune modification.

Dernière consultation des documents : le 8 février 2017

RÉCIT DE FICTION

MERWAN LE PRINCE DU VENT

Toutes les nuits, Merwan songe à son frère qui s'est perdu dans le désert. Un frère aventureux qui a osé s'enfuir pour affronter le pays sans fin, celui des grandes dunes et du soleil brûlant.

5 Plus personne ne l'a revu. Les gens disent qu'il a dû disparaître pour toujours dans la grande tempête qui souffla ce jour-là. Quand Merwan pense à lui, il sent toujours comme un goût de sable dans la bouche.

10

Merwan vit avec son oncle depuis que ses parents sont partis travailler en France. Parfois, après un long silence, il lui dit, par défi :

– Un jour, je partirai dans le désert, moi aussi,
15 sur les traces de mon frère.

– Je te l'interdis, répond l'oncle. Contre la force du sable, tu ne serais qu'un petit bout de bois qui craquerait sous son pas de géant.

20 Merwan s'ennuie. Les autres jeunes de son âge passent leur temps à jouer à la course sur des vélos rouillés ou sur de vieilles motos pourries.

– Ils ne regardent rien et roulent toujours

25 devant eux, comme des bœufs, se dit-il.
Il est quand même impressionné par le plus
grand d'entre eux, un garçon qui se promène
la tête haute, se fait appeler le Seigneur et
prétend qu'un jour, il sera l'homme le plus riche
30 du Maroc.

Souvent, Merwan s'éloigne seul et se promène
au bord du désert, à la frontière entre les deux
mondes. Il prend du sable et le laisse s'écouler
35 de sa paume, comme si sa main devenait un
sablier. [...]

Aujourd'hui, Merwan a marché plus longtemps,
assez pour ne plus voir le village. Il se sent
40 bien. [...]

Peu à peu, la brise monte. Merwan lève les
bras et parle. Ce matin, il n'a pas envie de
crier : il s'adresse au vent, doucement, en
45 chuchotant. Soudain, il a la sensation que le
vent s'arrête quand il parle, se calme pour
l'écouter. Il recommence deux fois, dix fois. Le
souffle se tait à chaque fois, comme si Merwan
était en communication avec l'esprit des
50 éléments. Fasciné, il se met alors à chanter,
puis tend l'oreille.

– Incroyable ! s'exclame-t-il. Le vent me
répond. J'en suis certain : il s'amuse à répéter

55 dans l'air ma mélodie...

Le soir même, dans son lit, il sourit encore en pensant à son aventure dans les dunes. Il est convaincu de ne pas avoir rêvé.

60 – Maintenant, je ne me sens plus seul, plus vide en moi. J'ai un pouvoir que les autres n'ont pas, se dit-il. Je ne serai peut-être pas un seigneur. Je serai mieux que ça : Merwan, le prince du vent.

65 Au fond de lui, il sait que cette journée est un signe : il se sent prêt à partir dans le désert. La peur de la tempête, la crainte de la solitude ne le touchent plus.

70 Merwan ne traîne plus les pieds, ne promène plus son ennui dans le quartier. Il prépare son expédition, cache une réserve de nourriture, se coud une djellabah, comme autrefois, avec l'espoir que cet habit l'éloignera un peu de la
75 chaleur du jour et du froid de la nuit.

Le Seigneur, qui le croise sur sa moto, klaxonne, puis lui crie :

– Hé ! Que prépares-tu, Merwan ? Chacun te voit marcher vite, te dépêcher. Pour faire
80 quoi ? Tu as des projets ? Ce n'est pas la peine de t'exciter : quand toi, tu seras encore ici à ramper comme un insecte, moi je serai déjà riche...

Merwan ne lui répond pas : il sait qu'il possède

85 maintenant en lui une force plus grande que les paroles.

Le dimanche matin, l'oncle dort toujours plus longtemps, s'accorde une grasse matinée.

90 C'est le bon moment pour partir. Merwan est décidé : il file comme un lézard entre les maisons et s'avance vers ce nœud de lumière dans l'horizon qui est la porte du désert.

95 Merwan marche en suivant une ligne droite dans le sable. Tout est calme. Ses pieds s'enfoncent un peu par endroits, mais il ne s'en soucie pas, se sent porté par un désir d'avancer qui le pousse vers le haut, le fait tenir
100 debout. Il sait que son frère a dû partir comme ça, sans se retourner une seule fois.

– Je marche dans tes traces oubliées, se dit-il en pensant à lui.

Merwan a peu de chances de retrouver son
105 frère vivant, après autant de temps, dans cet immense paysage. Mais il va de l'avant, avec la certitude qu'il relève un défi, qu'il réussit à vaincre sa peur, à voir la vie comme un combat et pas simplement comme un ensemble de
110 jours qui se suivent, se ressemblent jusqu'à l'ennui, jusqu'à la mort. [...]

Il commence à marcher, en buvant quelques lampées d'un thé amer de sa gourde. Il est

115 moins rassuré qu'hier. Le ciel a tonné, très au nord, et c'était dans l'air comme un lointain rugissement. [...]

– Je ne sais pas ce qui va m'arriver, mais tout m'invite à la patience. Le temps est suspendu
120 autour de moi, comme si je venais d'entrer dans un œuf de silence.

Merwan marche alors calmement, pareil à celui qui sait où il va. [...]

125 – Machrab, toi mon frère, as-tu connu lors de ton voyage un jour comme celui-ci ? dit Merwan au hasard du désert, sans espérer de réponse. [...]

130 L'erreur de Merwan, c'est de croire que les aubes calmes promettent des midis et des soirs aussi doux. [...] La tempête arrive d'un coup, sans prévenir, se soulève à la manière d'un lion géant qui sortirait du sable, la gueule ouverte.

135 Merwan est frappé de plein fouet. Il essaie d'avancer toujours sur la même ligne pour nier l'évidence, mais il tombe d'un coup, comme une bouteille touchée par la pierre d'une fronde. Il tente à présent de se relever, un

140 poids de sable se met à peser sur ses épaules, l'oblige à ployer les genoux.

Il crie, appelle à l'aide, en vain, puis est plaqué au sol une deuxième fois. Le sable tourne. Le sable joue à la danse des morts. Il recouvre

145 déjà les jambes et le bassin de Merwan.

– Je vais fermer les yeux et attendre, se dit-il alors, comme s'il se résignait à se laisser ensevelir, passer de l'autre côté, dans le grand
150 sommeil et rejoindre son frère, sans doute. Mais à l'instant suivant, il résiste, se souvient soudain de son pouvoir. Il ne crie plus et, contre le vacarme, il se met à nouveau à parler au vent, doucement. De ses lèvres s'échappe
155 même comme un chant, un chant modeste et patient qui pourrait tout changer, tout apaiser. La tempête ne faiblit pas en l'écoutant. Néanmoins, Merwan constate à sa grande surprise que le sable ne l'enterre plus
160 davantage, ne se pose plus sur lui. À côté de lui, il tournoie, emplit, se démonte. Sur la peau de Merwan, il glisse, comme sur une pierre polie et part voler ailleurs.

165 Contre toute attente, Merwan arrive à tenir debout et marche. La tempête gronde autour de lui, empile deux colonnes de sable, mais le préserve. Bientôt, ce sont deux murs qui se forment, entre lesquels Merwan avance, guidé
170 par sa propre voix, sa voix qui le sauve. Il s'en faudrait d'un rien pour qu'il soit noyé sous ces montagnes de grains fins et blessants. Peu à peu, cependant, la menace semble s'éloigner. Le vent tourbillonne moins, comme

175 s'il se lassait de sa danse et avait envie de
déferler plus loin, de changer de paysage.

Quand le calme est enfin revenu, Merwan
s'assied.

180 Il passe une main dans ses cheveux ébouriffés
et souffle. Devant lui s'est dessiné, entre
les parois de sable, une pente, un escalier
improvisé. Étrangement, celui-ci ne semble
avoir de fond. Merwan voit une faille d'environ
185 un mètre de longueur, qui fait penser à l'entrée
d'une grotte. Y aurait-il un lieu caché ici, sous le
désert ? Le vent l'aurait-il mené volontairement
à cet endroit ? Merwan n'ose y croire, mais il a
retrouvé assez de forces pour courir dans cette
190 direction. Sans hésiter, il plonge dans la faille,
la tête la première.

Il se trouve alors dans une cavité où il peut
presque tenir debout. Il s'avance en tendant
195 les mains et ne touche aucun mur. Il hésite un
moment à explorer plus loin : peut-être
pourrait-il tomber dans un trou ? Ou pire, avoir
pénétré sans le savoir le repère de tous les
serpents du désert ?

200 Mais, après avoir échappé à la tempête, il sait
que plus jamais dans sa vie il ne reculera.
Au fur et à mesure de sa marche, la lumière
du jour visible par la faille s'atténue et le tunnel
devient de plus en plus obscur. Cependant,

205 au moment où ses yeux ont l'impression d'une
noirceur semblable à la nuit, une autre lumière
apparaît.

Merwan s'arrête net, d'étonnement. Cette
210 deuxième lumière ne vient pas de derrière, elle
est devant lui, allumée au fond de la pièce.
En s'approchant, la surprise est plus grande
encore. Il n'y a pas de lampes, de cierges ou
de feux. Face à lui, Merwan contemple un
215 trésor de pièces d'or, d'objets brillants et de
pierres précieuses. Une telle richesse que
l'ensemble resplendit de lui-même, avec le
peu de lueur venant de la lointaine faille au
dehors. Merwan, qui a si souvent fait le tour
220 des marchés et des souks regorgeant de bijoux
pour les riches, reconnaît les pierres : des
rubis, du lapis-lazuli, du jaspé, des émeraudes,
des perles aux reflets lunaires et de petits
cônes si étincelants qu'ils ne peuvent être que
225 de vrais diamants. À côté, le décor se découpe
en un amas de théières en or, de bracelets
incrustés, de colliers. Plus loin, Merwan trouve
même des armes : des couteaux, des épées
dont les lames transparentes sont posées sur
230 une selle de chameau, elle-même ornée de
petites étoiles à la semblance de pépites.

Merwan sait qu'il ne peut emporter toute
cette richesse avec lui. Il ouvre son sac, ôte

235 les restes de nourriture pour faire de la place
et le remplit à pleines mains, assis, presque
couché sur le trésor. Bientôt, son sac devient
lourd, si lourd que les coutures craquent.
Curieusement, d'abord joyeux d'avoir découvert
240 ce trésor inconnu sous le désert, il ressent
maintenant une gêne qu'il a du mal à définir.
Est-ce l'abondance d'or qui l'écoeure ? A-t-il
l'impression de commettre un vol, de tromper la
confiance du vent qui sciemment l'aurait mené
245 ici ? Il ne sait pas. Pourquoi lui a-t-on permis de
venir en ce lieu ? La tempête lui paie-t-elle une
dette pour avoir tué son frère dans ce désert ?
Ou s'amuse-t-elle à le mettre à l'épreuve, à le
tenter avec ce qui, d'habitude, peut rendre les
250 hommes fous ? Tant de questions fusent dans
la tête de Merwan, peut-être aussi dans son
cœur.

– J'avais l'espoir de retrouver un frère, se dit-
255 il en essayant de penser à haute voix. Je crois
qu'il doit dormir ailleurs sous le sable, à l'abri
du monde et peut-être même des serpents, des
scorpions. Il dort de ce sommeil sans rêves,
au-delà de la vie. Alors, quel est le poids de
260 tout ce qui brille face à sa disparition ? C'est de
la poussière pour moi.

Merwan sent que les larmes montent à ses
yeux. Il ne veut pas pleurer. Il laisse plutôt la
colère l'envahir, vide rageusement son sac de

265 ses richesses, retourne droit vers la faille de
sable et sort.

Dehors, le soleil a repris son empire et
Merwan doit appuyer les doigts sur ses
270 paupières fermées pour ne pas être aveuglé.
Progressivement, le jour recommence à
l'emplir. Il regarde sa montre. Elle est arrêtée.
Un grain de sable dans les rouages, sans
doute.

275 – Difficile de demander l'heure à quelqu'un,
pense-t-il en souriant. Peu importe, je vais
marcher droit dans le sens inverse et cette nuit,
je suivrai les étoiles pour ne pas me perdre.
Mon frère autrefois m'avait dit comment faire.

280

La colère s'est tue dans le cœur de
Merwan. Il a compris qu'il doit garder en lui,
précieusement, la chance d'être en vie. De
ce trésor sous le désert, il veut conserver le
285 premier instant de la découverte, celui où toute
cette lumière soudainement lui a éclairé le
visage. Il a vécu un moment qui honore ce mot
trop rare : la beauté.

290 Ce soir-là, Merwan est confiant : il prend les
astres pour guide. Puis, fourbu, il se couche
pour essayer de dormir un peu. Mais le froid
le perce davantage. Il n'arrive pas malgré la
fatigue à s'assoupir. Il doit avoir peur d'être

295 saisi par cette nuit glaciale et de ne plus se réveiller. Alors, il veille. Pour s'évader de sa peau, de sa chair qui frissonne, il revoit les images d'un voyage qui demain prendra fin.

– J'ai vécu une deuxième naissance, songe-
300 t-il. Le désert m'a poussé à chercher au fond de moi autre chose, je ne sais quoi. Dans quelques heures, pour la première fois, c'est en homme que je rentrerai à la ville.

305 Une matinée de marche encore, et le désert commence à se peupler. Merwan croise des promeneurs, des touristes qui viennent fouler le sable une heure ou deux pour dire : " J'y suis allé ". Plus loin, il aperçoit le sommet du
310 minaret, ce doigt de pierre qui semble montrer un chemin vers le ciel. En le voyant arriver, l'oncle s'avance droit sur lui, lève la main pour le gifler, puis réprime son geste au dernier moment.

315 – J'allais prévenir tes parents aujourd'hui, crie l'oncle. Ton père serait rentré de France pour te rechercher. Il aurait perdu son emploi. Toi, tu es parti et tu n'as pensé à rien de tout ça.

L'homme ne l'interroge pas sur sa disparition. Il
320 a compris d'où il vient. Il ne veut pas en parler. Par fierté, il se refuse à dire combien il était inquiet, ni avouer que lui-même, hier, après la tempête, est rentré dans le désert pour le retrouver, l'appeler, aussi loin que ses faibles

325 jambes ont pu le porter. Merwan est content
de n'avoir à répondre à aucune question. Son
aventure lui appartient.

L'oncle ne lui permet pas d'aller dormir tout
330 de suite. Il l'oblige à se rendre au bureau de
police afin de déclarer son retour. Il avait fait
lancer un avis de recherche et ne veut pas que
des gens prennent encore le risque de partir
dans le désert pour le chercher inutilement.

335 Les policiers lui posent toutes les questions
auxquelles il voulait échapper. Il répond ce qu'il
peut, sans se dévoiler, ment un peu et s'en tire
à bon compte, avec des réprimandes. Mais en
l'observant, un des hommes se moque de lui.

340 Merwan ne comprend pas pourquoi.

En sortant, il entend un bruit de moto, très
proche, et se trouve aussitôt face à face avec
le dur des durs, le Seigneur en personne. Celui
345 dont il voulait tant être l'ami est venu vers lui,
pour la première fois.

– Rachid et les autres t'ont vu marcher vers
le désert et revenir après deux nuits, c'est vrai,
ça ?

350 Merwan se contente de hocher fièrement la
tête.

– Je te prenais pour une poule mouillée, j'ai
eu tort, lui lance alors le Seigneur en appuyant
sur la pédale pour démarrer.

355 Mais au dernier moment, il ne part pas.
Au contraire, il descend de son engin pour
regarder Merwan de plus près. Qu'a-t-il
remarqué qui l'intrigue autant ?

– Hé, Merwan, tu as les yeux dorés. Tu t'es
360 maquillé ou quoi ? Non, c'est bizarre, c'est
l'intérieur des yeux qui a cette couleur, pas
autour. Quel est ton secret ? Qu'est-ce que tu
caches ?

Merwan est troublé. Il ne sait quoi répondre. Il
365 dit :

– Ce n'est rien, du sable sans doute. J'ai
traversé une tempête et je l'ai regardée en
face.

370 Dès qu'il rentre chez lui, son oncle lui dit :

– Maintenant, va dormir. Demain, je te
donnerai du travail. Et lave-toi les yeux avant
de te coucher.

Merwan, impatient, court vers le miroir le plus
375 proche. C'est vrai : son regard a bien la couleur
de l'or, jusqu'au bord de l'iris. Il se frotte les
yeux, les asperge d'eau, longtemps, mais il
s'en doutait bien : la teinte est toujours là,
scintillante.

380 – Je sais pourquoi, pense Merwan. Quand
je suis entré dans la grotte, j'ai été ébloui par
la beauté du trésor. J'ai ressenti à cet instant
précis une petite brûlure. C'était ça : mes yeux,
d'admiration, ont pris des reflets d'or.

385 Merwan rejoint sa chambre, jette son sac
dans un coin et s'apprête à se coucher, tout
habillé, trop impatient de dormir. Mais le sac
en tombant laisse rouler un petit objet qui tinte.
Merwan le saisit : c'est une perle. Elle a dû
390 rester accrochée dans les coutures quand,
pris de remords, il a vidé son butin. Il sourit,
la fait miroiter, puis la serre dans son poing et
s'endort.

395 Le lendemain, l'oncle lui fait clouer des
clôtures. Un de ces boulots harassants qui fait
rêver de la rentrée des classes. Le Seigneur
vient tourner aux alentours du jardin, puis lui
crie avant même d'arrêter sa machine :

400 – Quand tu auras fini de faire l'esclave, nous
irons nous promener. Tu fais partie de ma
bande, voyageur, je l'ai décidé.

Merwan, flatté, abandonne ses outils et monte
à l'arrière de la moto qui aussitôt démarre dans
405 une fumée noire. Le Seigneur appuie à fond
sur la pédale, pour la frime. La roue fend le
sol sablonneux, projette en l'air des graviers.
Au tournant de la rue qui mène à la médina,
l'engin dérape et les deux passagers roulent
410 dans la poussière. Ils se relèvent, s'inspectent,
s'époussettent, puis se mettent tous deux à rire
aux éclats.

– La classe, je te dis ! s'écrie le Seigneur.
Elle est terrible, ma bécane. Je l'appelle

415 Rossinante, un nom que j'ai trouvé dans un bouquin. Allez, hue !

Tout à coup, le Seigneur s'arrête de plaisanter, intrigué. Il ramasse quelque chose.

420 – Hé, quelle chance, une perle. C'est une vraie, pas de la breloque. Elle vaut du fric, c'est sûr.

– Rends-la-moi, elle m'appartient, intervient Merwan. Elle a glissé de ma poche quand je
425 suis tombé.

Le Seigneur lui tend la perle, n'en reste pas là pour autant. Il l'interroge maintenant, comme s'il avait deviné que son voyage dans le désert cachait une aventure extraordinaire. Merwan se
430 tait, mais il ne peut cependant dissimuler son trouble.

– Nous sommes amis maintenant, lui dit le Seigneur, et toute amitié commence par la franchise. J'ai connu ton frère, il était comme
435 ça.

Merwan finit par se laisser convaincre de parler, tout en pensant que l'autre ne pourra pas croire son incroyable histoire.

440 Le Seigneur écoute, émerveillé, les épisodes de la tempête et de la grotte cachée sous le désert.

– Il faut que tu m'emmènes là-bas ! s'écrie-t-il dès la fin du récit.

445 Merwan accepte. Dans sa vie, il a toujours été
guidé par les autres. Pour la première fois,
c'est lui qui porte la connaissance, c'est lui le
voyageur, le découvreur. Le rendez- vous est
fixé à l'aube, au lieu-dit de la Fontaine Oubliée.
450 Après un sommeil lourd, sans rêves, Merwan
s'échappe à nouveau de la maison. Son oncle
ronfle si fort qu'il peut partir sans crainte d'être
poursuivi. Merwan lui laisse un mot, s'excuse à
l'avance de sa fugue et affirme qu'il n'y a rien à
455 craindre, qu'il est protégé par l'esprit du vent.

Le Seigneur est à l'heure. Tous deux partent
sans attendre. Étrangement, Merwan ne doute
pas qu'il retrouvera le même endroit dans
460 l'immense désert. C'est comme si, en lui, s'était
inscrit le chemin du trésor.
La journée est chaude et leurs pas
s'alourdissent, mais le Seigneur porte bien son
nom : il marche la tête haute sans se laisser
465 troubler par le paysage ou par le soleil. La
nuit, pour se réchauffer, ils dorment l'un contre
l'autre, pareils à deux frères.

Le lendemain, Merwan est persuadé d'être
470 arrivé près de la caverne cachée. Mais le
problème, c'est qu'il n'y a pas de tempête pour
en montrer la faille sous le sable.

– Alors, toi le prince du vent, que vas-tu faire
maintenant ? se moque le Seigneur.

475 Montre-moi ce que tu sais faire, vantard.

Autour d'eux, le vent est très léger. Merwan s'éloigne de quelques pas et se met à lui parler :

480 – Douce brise, écoute-moi. Je ne te demande pas la colère de la tempête. Je veux seulement que tu me montres le chemin que tu connais, celui qui mène à la beauté.

Ces mots, dans la bouche de Merwan, sont
430 prononcés comme l'on chantonne. Ils ne tardent pas à faire leur effet. Le vent monte aussitôt, par paliers, mais seulement dans une partie du paysage, plus loin, à gauche.

– Suis-moi, c'est par là, j'en suis sûr, crie
490 fièrement Merwan à son ami.

Il peut savourer sa victoire. À quelques mètres d'eux, le sable se soulève et dessine une faille qui mène sous la dune. Merwan et le Seigneur descendent la pente et plongent à l'intérieur. Le
495 trésor est là, à portée du regard.

À cet instant précis, le Seigneur change d'attitude. Le trésor semble le rendre fou. Il s'approche de Merwan et le frappe violemment
500 au visage :

– Tout cet or est à moi. Tu ne t'es pas servi l'autre fois, imbécile. Maintenant, c'est mon tour.

Il tire deux sacs enroulés de son bagage,

505 pousse à nouveau Merwan pour lui voler le sien. Il sort aussi un couteau :
– Je ne veux pas que tu puisses parler. Je dirai que tu as disparu à jamais, enseveli sous le sable, comme ton frère. Une belle mort,
510 non ?
Merwan esquive de justesse le coup de poignard et s'enfuit en rampant vers la faille. Le Seigneur le poursuit un moment, puis s'arrête et fait demi-tour, comme hypnotisé par
515 la présence du trésor. Avidement, il remplit les sacs de pierres précieuses, d'objets en or.

Dehors, Merwan se met à distance de la faille. Il pense d'abord à appeler le vent pour
520 qu'il enferme ce traître, mais il ne veut pas se réveiller tous les matins dans la peau d'un assassin. Il s'apprête à fuir sans attendre quand, soudain, il entend un cri horrible venir de l'intérieur. Un cri de douleur. Bientôt, le
525 Seigneur sort de la caverne en hurlant. Que s'est-il passé ? Pourquoi a-t-il ainsi les mains sur les yeux ?

– Je suis aveugle ! Aveugle ! répète-t-il.
Merwan s'approche, puis s'arrête net,
530 d'étonnement. Les yeux du Seigneur sont devenus deux pépites d'or dur. Il a regardé le trésor avec trop de convoitise, poussé par la folie d'être riche. Alors, ses pupilles n'ont pas pris simplement les reflets de l'or, ceux de la

535 beauté, mais se sont durcies et transformées
jusqu'à le rendre aveugle à jamais.

Le Seigneur court dans le sable, au hasard,
perdu dans sa nuit. Merwan le voit partir, puis
s'éloigne à son tour, sans lui parler, même

540 quand il entend derrière lui crier son nom. Il est
décidé à suivre son propre chemin et le vent,
en montant doucement, le pousse un peu dans
le dos, comme un ami.

Source : CARL NORAC. Merwan le prince du vent. Ministère de la Communauté française, Service général des Lettres et du Livre. Bruxelles. 1999

Publié dans le cadre de la Fureur de lire, une opération de promotion de la lecture coordonnée par le Service général des lettres et du livre du Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles

DOSSIER INFORMATIF

DOCUMENT

1

LE MARATHON DES SABLES

HISTORIQUE

1984 À 28 ans, Patrick Bauer décide de rejoindre le Sahara afin de parcourir à pied, en solitaire, 350 km d'un désert inhabité où il ne rencontrera ni village, ni oasis, ni point d'eau. C'est en autonomie totale, avec un sac à dos de 35 kg contenant eau et nourriture, qu'il a pris le départ de cette traversée qui durera 12 jours. C'est le point de départ de ce qui va devenir le MARATHON DES SABLES.

1986 Naissance du premier MARATHON DES SABLES dans le Sahara marocain. Les 23 pionniers qui prennent le départ n'imaginent pas que leurs empreintes marquent la naissance d'une épreuve mythique, devenue aujourd'hui incontournable dans le calendrier des grands rendez-vous de sport-aventure. La création d'une compétition non mécanique dans les sables marocains offre de nouvelles perspectives aux coureurs aventuriers.

1987 Naissance du logo MARATHON DES SABLES : le visage d'un coureur recouvert par un chèche, les yeux protégés par une paire de lunettes et la pipette de sa gourde serrée entre les dents.

1989 170 concurrents prennent le départ de la course.

1991 La guerre du Golfe pénalise le MARATHON DES SABLES, les partenaires financiers se rétractent.

1992 Un même et unique règlement pour tous. Mise en place des contrôles draconiens inopinés, pour s'assurer que chaque participant transporte bien tout son matériel d'un bout à l'autre de la course. Une charte de trente points est établie.

1995 10^e anniversaire. Depuis le début plus de 1500 hommes et femmes ont marqué le désert de leurs foulées et de leurs passions. Mise en place d'une pompe à eau pour les habitants du village de Ighef n'rifi (sud d'Er-Rachidia) – une idée d'un concurrent Gilles Flamant, soutenu par Rolland Barthes et Patrick Bauer. Un succès qui sera réitéré.

1999 Un hôpital mobile sur le MDS voit le jour. Une trentaine de praticiens de terrain, médecins et infirmiers rejoignent la caravane.

2000 Internet fait son entrée dans le grand village du MDS. L'organisation décide de retransmettre en direct, jour après jour, les textes et les photographies de la course. Les concurrents peuvent communiquer avec les leurs et recevoir des messages d'encouragement.

2001 Pour la première fois la grande étape, traditionnellement appelée « La 70 », passe la barre des 80 km pour atteindre 82 km. Le seuil de 240 km est également franchi puisque le 16^e MDS fera 243 km. Pour la 1^{re} fois aussi il n'y a que des Marocains sur le podium.

2002 Cette édition est marquée par une tempête de sable, vent de face, qui dure toute la semaine.

2005 La Luxembourgeoise Simone Kayser est la première femme à emporter 3 MDS. En 2012, elle est égalée par Laurence Klein. Pour cette 20^e édition, on dépasse pour la 1^{re} fois les 700 coureurs avec 777 coureurs au départ.

2006 Un vent qui dessèche et une hygrométrie très élevée font des dégâts sur les organismes. Malgré des dotations d'eau supplémentaire, les abandons se multiplient.

2009 Le MARATHON DES SABLES est perturbé par des crues inédites au Maroc. La 1^{re} et la 6^e étape n'ont pu avoir lieu. L'organisation, pour éviter les zones inondées, doit improviser au jour

le jour de nouvelles étapes. Lors de la remise des prix, les deux vainqueurs avoueront avoir disputé à leur plus dur MDS. C'était pourtant le plus court : 202 km.

2010 Pour sa 25^e édition, le chiffre de participation atteint son record avec 1 013 participants. Ce sera le plus long MARATHON DES SABLES.

Soit 250 kilomètres avec un parcours considéré par les anciens comme le plus difficile jamais élaboré. L'association SOLIDARITÉ MARATHON DES SABLES est créée. L'objectif : développer des projets en faveur de l'enfance et des populations défavorisées dans les domaines de la santé, de l'éducation et du développement durable au Maroc.

2013 Au départ 1 027 compétiteurs, nouveau record de participation. Nouveauté : une dernière étape "Charity" parrainée par l'UNICEF à travers les dunes de Merzouga a conclu cette édition. Sur le plan humain, tous les finishers ont aujourd'hui gagné leur pari fou.

2014 Au départ 1 029 compétiteurs. Vainqueur en 2011, le Marocain Rachid El Morabity (MAR) remporte le classement général. Chez les femmes, une autre Américaine s'impose avec Nikki Kimball. Grande star de l'athlétisme, le Marocain Hicham El Guerrouj sera au départ de l'étape Charity Unicef du samedi.

LE MARATHON DES SABLES

EXTRAIT DU RÈGLEMENT 2018

ART. 1 : ORGANISATION

ATLANTIDE ORGANISATION INTERNATIONALE organise le 33^e MARATHON DES SABLES qui se déroulera du 06 au 16 avril 2018 dans le Sahara Sud marocain. Cette 33^e édition se déroulera sous l'égide du MINISTÈRE DU TOURISME MAROCAIN et réunira environ 1 300 participants.

ART. 2 : DÉFINITION DE LA COMPÉTITION

Le 33^e MARATHON DES SABLES est une course à pied, ouverte aux marcheurs, par étapes, en autosuffisance alimentaire et en allure libre sur une distance de 250 kilomètres environ, avec obligation pour chaque concurrent de porter son équipement (nourriture et matériel obligatoires).

ART. 3 : PRESCRIPTIONS GÉNÉRALES

Le 33^e MARATHON DES SABLES se déroulera en conformité avec le règlement de l'épreuve et de ses annexes (road book,...) auxquels tous les concurrents s'engagent à se soumettre par le seul fait de leur inscription.

ART. 4 : CONDITIONS D'ADMISSION DES CONCURRENTS

Est admis comme concurrent toute personne majeure, de toute nationalité, répondant aux exigences du présent règlement et titulaire du certificat médical de l'organisation attestant son aptitude à l'épreuve ainsi qu'un électrocardiogramme de repos et son tracé.

Les adolescents âgés de 16 ans et plus pourront prétendre à une participation au 33^e MARATHON DES SABLES sous réserve de l'accord préalable d'ATLANTIDE ORGANISATION INTERNATIONALE, ainsi que de l'autorisation signée des parents, tuteurs ou organismes officiels ayant la charge ou la responsabilité de ceux-ci. Ils devront répondre aux mêmes exigences mentionnées dans ce présent règlement.

En raison de la spécificité du déroulement de la course (autosuffisance alimentaire, règlement course) aucun accompagnant ne sera accepté sur l'épreuve.

ART. 6 : PROGRAMME DE L'ÉPREUVE

06 avril : Départ avion Paris/Maroc, transfert bivouac.

07 avril : Vérifications techniques, administratives et médicales.

08 au 13 avril : Étapes chronométrées en autosuffisance alimentaire.

14 avril : Étape "Solidarité" chronométrée et qualifiante en autosuffisance alimentaire.

15 avril : Journée libre.

16 avril : Retour avion Maroc/Paris.

LE MARATHON DES SABLES

TRUCS ET ASTUCES

Le Sultan Marathon des Sables est une course de gestion

Il faut pendant une semaine gérer son effort, son alimentation et ses besoins hydriques. "Gérer sa course, c'est réussir sa course". C'est une épreuve sportive de haut niveau, elle se déroule dans le Sud Marocain à une période où la température peut avoisiner les 50 degrés en plein soleil. Par la nature des terrains traversés, l'organisme dans son ensemble est mis à haute contribution et il nous a semblé utile, forts de l'expérience acquise par les médecins les années précédentes, de pouvoir vous conseiller afin d'éviter certaines erreurs et surtout afin d'envisager des préparatifs efficaces pour cette "aventure d'exception".

NOURRITURE

Prévoir la nourriture depuis le 1^{er} jour de course, dès le petit-déjeuner, jusqu'au déjeuner de la dernière étape qui sera le dernier repas en autosuffisance alimentaire. Prévoir tous les repas à prendre entre ces deux dates. Les aliments lyophilisés sont recommandés. Calculez les

k/calories : 3 000 à 4 000 sont nécessaires par jour ; suivant les individus. Avec les barres énergétiques ce sera la base de l'alimentation.

L'autosuffisance commence dès le petit-déjeuner de la 1^{re} étape.

La nourriture est à sélectionner soigneusement.

Là encore, le poids des préparations entre en ligne de compte. De très nombreux aliments existent actuellement sous forme lyophilisée et leur encombrement les destine particulièrement à ce genre d'aventure. Dans les plans de repas, il est indispensable de prévoir un petit déjeuner calorique, des collations espacées toutes les 20 à 30 minutes pendant la course, à base de produits très énergétiques. Bien évidemment, le repas du soir supplée la déperdition calorique de la journée.

Pour être plus pratique : en dehors des repas pris avant et après la course, les fruits secs, les pâtes de fruits, les barres chocolatées ou énergétiques conviennent parfaitement pendant l'effort. L'eau de boisson distribuée le matin puis aux points de contrôle est indispensable pour compenser la déperdition hydrique importante occasionnée par des températures extrêmes. À la fin de l'épreuve du jour, une boisson énergétique à base de glucose et de sels minéraux, accélère la reconstitution des réserves de l'organisme, et donc la récupération physique.

EAU

120 000 litres d'eau sont consommés sur la course, l'apport hydrique se situe au minimum entre 6 et 7 litres pour 24 heures. Une quantité d'eau par étape est distribuée au départ, aux points de contrôles et à l'arrivée. Cette eau doit être gérée d'un départ d'étape à un autre. Le repas du matin se fait avec l'eau de la veille. Étape "Non-stop" sur certains points de contrôle, choix entre 1,5 ou 3 litres. Si le concurrent prend 1,5 litre au lieu des 3 litres disponibles, il ne pourra pas les récupérer à l'arrivée. Par contre, tout le monde recevra 4,5 litres d'eau au bivouac. Rappel : les bouteilles portent le numéro de dossard et il est interdit de jeter ses bouteilles vides sur le parcours. Ou la bouteille vide est échangée contre une pleine au contrôle ou elle est abandonnée au contrôle après avoir rempli les gourdes.

MATERIEL

Il peut vite entraîner un handicap insurmontable. En autosuffisance alimentaire, tout doit être pesé au gramme près afin de ne pas transporter un matériel qui va rapidement se révéler être intransportable s'il n'est pas adapté à ses propres performances physiques. Pour le sac à dos : vérifier que son armature lors des frottements répétés sur les épaules ou sur le dos ne risque pas d'occasionner de blessures.

Réchaud

Il est conseillé d'être en possession d'un réchaud à pastilles d'alcool. Ne pas oublier les recharges ; sinon les repas seront mangés froids ! Pour des raisons de sécurité, les réchauds à gaz sont formellement interdits. Gare également aux vérifications très strictes du personnel de sécurité des aéroports.

Sac de couchage

Il fait partie du matériel obligatoire sous peine de pénalités. Après avoir dépensé beaucoup de calories et souffert de la chaleur, on a besoin d'un sac protégeant contre le froid de la nuit et permettant une récupération maximale. Notre conception du sac de couchage est très large. Cela va du petit sac ordinaire de camping au sac de haute montagne. Confort et chaleur contre volume et poids ; le concurrent doit faire le bon compromis.

Sac à dos

Le concurrent est seul responsable de son sac à dos et de son contenu. Ne le laissez pas traîner n'importe où, songez aux pénalités encourues en cas de disparition. Attention : certaines marques de sac à dos n'hésitent pas à déclarer que leur sac est adapté, voire recommandé pour le MDS. C'est faux, car ces sacs empêchent le positionnement correct du dossard.

Dossard

AOI impose que le dossard poitrine soit porté au milieu de la partie haute de la poitrine. Le choix du sac devra donc se faire en tenant compte de cette obligation.

Vêtements

La tenue vestimentaire a aussi son importance. Il faut marcher tête couverte pour éviter coup de soleil et coup de chaleur. Les vêtements les plus adaptés sont en coton blanc amples. Ils permettent une circulation d'air, diminuent les zones de frottement et limitent la déperdition hydrique. Pour les pieds, pas de secret, l'entraînement avant l'épreuve est le meilleur garant de leur bon état pendant la course. Ils sont le moteur du corps pendant toute la traversée et à ce titre il faut les préparer soigneusement. Pendant la course, ils sont soumis à des frottements continus et le traitement des ampoules le soir au bivouac, est le "pain quotidien" de l'équipe médicale. Prendre de quoi se couvrir après l'arrivée au bivouac ; les nuits sont parfois froides dans le désert. Un bon sweat-shirt et un pantalon de jogging seront les bienvenus. Sans compter que des déplacements de nuit seront prévus pendant l'étape NON-STOP.

Bagages

Lors des voyages en avion, il est conseillé au concurrent de garder sac à dos, sac de couchage, chaussures et vêtements de course comme bagage à main. Le concurrent a besoin d'un sac

à dos pour la course et d'un sac de voyage (ou valise) fermant à clef, pour y laisser ses effets personnels d'avant et après course. Pensez aux habits pour le vol aérien et pour l'après course ! Le poids des deux bagages ne doit pas dépasser les 20 kg autorisés sur le vol aérien.

BIVOUAC

Les concurrents sont hébergés sous des tentes numérotées et attribuées par bureau d'inscription.

TÉLÉCOMMUNICATIONS

Pendant toute la durée de l'épreuve, il sera possible de communiquer avec sponsors et famille en direct du désert par fax, par téléphone ou par email. Ceci grâce aux moyens satellites mis en place.

À SAVOIR


L'utilisation de guêtres peut être fort utile dans les passages de sable. Trop peu de concurrents se rendent chez un podologue afin de préparer leurs pieds ; c'est un tort que beaucoup regrettent après. Deux tailles supplémentaires et des modèles de chaussures larges au niveau des orteils permettront un meilleur confort lorsque les pieds gonfleront par la chaleur... ou par les pansements adhésifs.

Pas de pommade ou produits gras sur les zones de frottement (entrecuisse, mollets...). La poussière de sable en fait vite du papier de verre... Aie ! S'il n'est pas obligatoire, le vaccin du Tétanos peut mettre à l'abri d'infections sérieuses dues aux piqûres d'épines. Faire et défaire le sac à dos de très nombreuses fois à l'avance jusqu'à savoir où tout se range. La pompe aspivenin doit impérativement se trouver à portée de main. L'association sac à dos plus sac banane ventral permet d'équilibrer la charge.

Avant votre départ, il vous restera à vérifier :

- que vos vaccinations sont bien à jour.
- que votre bilan médical pratiqué auprès d'un spécialiste de médecine sportive ne contre-indique en rien votre participation à l'épreuve.

Source : <http://www.marathondessables.com/>
(Consulté le 8 février 2017)



**Fédération Wallonie-Bruxelles / Ministère
Administration générale de l'Enseignement**
Boulevard du Jardin Botanique, 20-22 – 1000 BRUXELLES
www.fw-b.be – 0800 20 000
Impression : EVMprint - info@evmprint.be
Graphisme : Sophie JEDDI - sophie.jeddi@cfwb.be
Juin 2018

Le Médiateur de la Wallonie et de la Fédération Wallonie-Bruxelles
Rue Lucien Namèche, 54 – 5000 NAMUR
0800 19 199
courrier@mediateurcf.be

Éditeur responsable : Frédéric DELCOR, Secrétaire général

La « Fédération Wallonie-Bruxelles » est l'appellation désignant usuellement la « Communauté française » visée à l'article 2 de la Constitution