

GUIDE

TOURISTIQUE

RABAT



TRANSPORT TOURISTIQUE

VOTRE SÉCURITÉ EST NOTRE PRIORITÉ

CONTACTEZ-NOUS

+212 669-602222 / 0537203233

NOTRE SITE WEB

MARASSKY-TOURS.MA

ADRESSE

AVENUE EGYPTÉ MAGASIN N°22 MARASSA RABAT

 **Marassa Sky**
Tours

— Transport touristique —

NOTRE FLOTTE : RANGE ROVER VOGUE - MERCEDES CLASS E - SKODA SUPERRBE - MERCEDES VITO - MERCEDES SPRINTER -
VOLSWAGEN CRAFTTER - AUTOCAR 54 PLACES

La passion du voyage

Chez KIMO!

L'art culinaire au cœur de la capital



UN CONCEPT
QUI VA RENDRE
LA CUISINE
MAROCAINE UNE
PASSION

07 77 77 77 00



KIMOCOOKINGSTUDIO



CHEZKIMORABAT

53 MAHAJ RYAD RABAT



Staff

ÉDITEUR
JL EDITIONS

IF
66041590

PATENTE
13205905

PRÉSIDENT
JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

DIRECTEUR
JOSÉ QUESADA

DIRECTEUR COMMERCIAL
YASSIN EL-ASRI

RÉDACTEUR EUROPE
CARLOS GARRIDO

DESIGNER
WE PUB AGENCY
ANDREE MONTESINOS

DÉPÔT LÉGAL
SUR DEMANDE

GUÍA
TOURISTIQUE

PUBLICITÉ
HIBA BOUHIR
HAJAR
IKRAME MOUSTARIH
SALMA SAMIRI
ILHAM



ADRESSE: JL EDITIONS SARL AU - 42, AV. ABDELKHALEK TORRES, 5 ÉME ÉTAGE - BUR. 30 (PRINTEMPS BUR) 30050 FES - MAROC

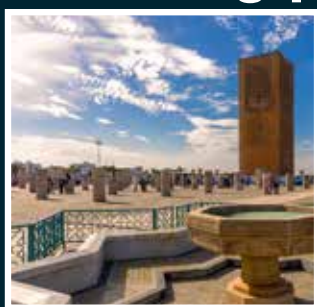
T: 212 660 - 283029

E-MAIL: INFO@JLEDITIONS.MA

WEB: WWW.JLEDITIONS.MA

[Contenu]

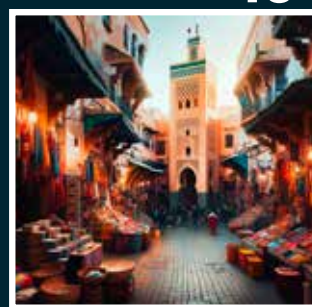
04



10



16



22



28



34



40



DISTRIBUTION

MAGAZINE GRATUITE EN:

RESTAURANTS

HÔTELS

AÉROPORTS

CENTRES SPORTIFS

CABINETS D'AVOCATS

CLINIQUES

ET DANS LES POINTS LES PLUS

STRATÉGIQUES PRÉALABLEMENT

SELECTIONNÉS D'INTÉRÊT COMMERCIAL

ANNONCEZ VOUS

T: 212 660 - 283029



RESEAUX SOCIAUX

HAUTE DIFFUSION

EN PLEIN EPOQUE DIGITALE ET COMME IL SE DOIT, NOUS INVESTISSONS UNE GRANDE PARTIE DE NOTRE BUDGET DANS LA PROMOTION DE NOS MAGAZINES SUR TOUS LES RÉSEAUX SOCIAUX, C'EST POURQUOI NOUS AVONS ÉGALEMENT CRÉÉ CETTE PUBLICATION EN VERSION DIGITALE, SOUTENUE PAR LES RÉSEAUX SOCIAUX: FACEBOOK, INSTAGRAM, TIKTOK ET YOUTUBE . VOUS POUVEZ PROFITER ET/OU PARTAGER LA LECTURE DE CETTE PUBLICATION EN LIGNE D'UN SIMPLE CLIC DEPUIS DIFFÉRENTS APPAREILS TABLETTE, ORDINATEUR PORTABLES, ETC.



DÉCOUVRIR

L'ESSENCE DE RABAT

UNE VILLE CALME ET CHARMANTE

DÉCOUVRIR
L'ESSENCE DE RABAT
UNE VILLE CALME ET CHARMANTE

Rabat, la capitale du Maroc, offre une expérience unique et paisible à ceux qui cherchent à découvrir le pays sans l'intensité touristique d'autres villes comme Marrakech ou Fès.

Avec son atmosphère sereine, ordonnée et sécurisée, Rabat est l'endroit idéal pour explorer le Maroc avec calme et authenticité, entouré d'histoire, de culture et d'un mode de vie moderne qui ne perd pas ses racines. Cette capitale, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO en 2012, est une ville qui harmonise naturellement la modernité et l'héritage de son passé.

La Tour Hassan, l'un des monuments les plus importants de Rabat, a été conçue au XIIe siècle par le sultan almohade Yacoub Al Mansur pour être le minaret le plus haut du monde. Bien que le projet n'ait pas été achevé à la suite de la mort du sultan, la tour reste un symbole emblématique de la ville, ainsi que la grande esplanade de colonnes et le Mausolée de Mohammed V, qui rend hommage à la dynastie alaouite et abrite les restes du roi Mohammed V et de ses fils. Ce mausolée, construit en marbre blanc avec une décoration exquise, est un exemple

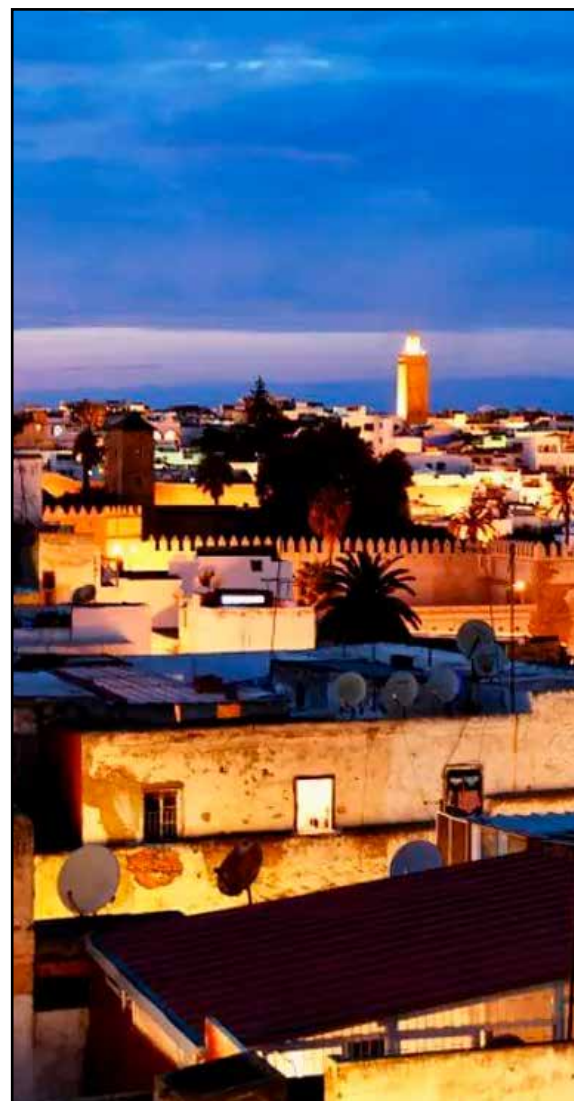
DESCUBRE
LA ESENCIA DE RABAT
UNA CIUDAD TRANQUILA Y ENCANTADORA

Rabat, la capital de Marruecos, ofrece una experiencia única y apacible a quienes buscan descubrir el país sin la intensidad turística de otras ciudades como Marrakech o Fez. Con su atmósfera serena, ordenada y segura, Rabat es el lugar ideal para explorar Marruecos con calma y autenticidad, rodeado de historia, cultura y un estilo de vida moderno que no pierde sus raíces. Esta capital, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 2012, es una ciudad que armoniza con naturalidad la modernidad y el legado de su pasado.

La Torre Hassan, uno de los monumentos más importantes de Rabat, fue ideada en el siglo XII por el sultán almohade Yacub Al-Mansur para ser el minarete más alto del mundo. Aunque el proyecto no se completó debido a la muerte del sultán, la torre sigue siendo un símbolo icónico de la ciudad, junto con la gran explanada de columnas y el Mausoleo de Mohammed V, que rinde homenaje a la dinastía alauita y guarda los restos del rey Mohammed V y sus hijos. Este mausoleo, construido en mármol blanco con una decoración exquisita, es un ejemplo de la arquitectura marroquí más fina, y el detalle

DISCOVER
THE ESSENCE OF RABAT
A QUIET AND CHARMING CITY

Rabat, the capital city of Morocco, provides a unique and tranquil experience for individuals wishing to explore the country without encountering the intense tourism characteristic of cities such as Marrakech or Fez. With its serene, orderly, and safe atmosphere, Rabat is the ideal place to explore Morocco at a relaxed pace and with authenticity, surrounded by history, culture, and a modern lifestyle that retains its roots. This capital, designated a UNESCO World Heritage site in 2012, is a city that naturally harmonizes modernity with the legacy of its past. The Hassan Tower, a prominent landmark in Rabat, was envisioned in the 12th century by the Almohad sultan Yacoub Al-Mansur to become the tallest minaret in the world. Although the project was left incomplete following the sultan's death, the tower endures as a symbolic icon of the city. It is accompanied by a vast esplanade of columns and the Mausoleum of Mohammed V, which commemorates the Alaouite dynasty and houses the remains of King Mohammed V and his sons. This mausoleum, built of white marble with exquisite decoration, is an example of





de la plus belle architecture marocaine, et les détails de ses carreaux et de son bois sculpté reflètent la richesse culturelle du Maroc. Une autre étape incontournable est la nécropole de Chellah, un site chargé d'histoire et de mystère, qui, dans l'Antiquité, était un établissement romain appelé Sala Colonia. Aujourd'hui, on peut y voir à la fois des ruines romaines et des constructions islamiques, y compris des tombeaux, une mosquée et un minaret en ruines entourés de jardins luxuriants. Ce lieu attire les visiteurs par son atmosphère tranquille, embellie par les bruits des cigognes et les jardins qui entourent les ruines, créant un espace idéal pour la contemplation et la découverte de l'histoire du Maroc. Rabat se distingue également par son organisation urbaine moderne, fruit de sa transformation en capitale administrative pendant le protectorat français au XXe siècle. Cette planification lui confère de larges avenues, des bâtiments de style colonial et des espaces verts qui embellissent et rafraîchissent la ville. Les jardins des Oudayas, avec leurs vues sur le fleuve Bou Regreg et l'océan Atlantique, offrent une expérience unique, où le visiteur peut profiter de la nature dans un cadre soigné. Le jardin andalou des Oudayas est un autre lieu emblématique qui permet de se détendre tout en observant l'architecture traditionnelle et le rythme paisible de la vie locale. Tout au long de la côte atlantique, Rabat dispose de plages spacieuses et de zones récréatives populaires auprès des habitants et des touristes. La plage de Rabat et la zone de la Corniche, près du fleuve, permettent de profiter d'activités de plein air et sont parfaites pour se détendre après une visite de la ville. De plus, Rabat dispose d'un système de tramway moderne, un avantage par rapport à d'autres villes du Maroc, qui facilite l'accès aux différents points de la ville et relie Salé, sa voisine historique. En somme, Rabat est une ville qui préserve son authenticité tout en s'adaptant à la modernité. Ici, le passé et le présent se combinent dans un équilibre harmonieux, permettant aux visiteurs d'explorer la riche histoire et culture du Maroc dans un environnement calme et accueillant.

de sus azulejos y madera tallada refleja la riqueza cultural de Marruecos. Otra parada esencial es la Necrópolis de Chellah, un sitio cargado de historia y misterio, que en la antigüedad fue un asentamiento romano llamado Sala Colonia. Hoy en día, se pueden ver tanto las ruinas romanas como las construcciones islámicas, que incluyen tumbas, una mezquita y un minarete en ruinas rodeado de exuberantes jardines. Este lugar atrae a los visitantes con su atmósfera tranquila, embellecida por los sonidos de las cigüeñas y los jardines que rodean las ruinas, creando un espacio ideal para la contemplación y el descubrimiento de la historia marroquí. Rabat también destaca por su organización urbana moderna, fruto de su transformación en capital administrativa durante el protectorado francés en el siglo XX. Esta planificación le otorga amplias avenidas, edificios de estilo colonial y espacios verdes que embellecen y refrescan la ciudad. Los Jardines de los Oudayas, con sus vistas al río Bou Regreg y al océano Atlántico, ofrecen una experiencia única, donde el visitante puede disfrutar de la naturaleza en un entorno cuidado. El jardín andalusí de los Oudayas es otro lugar emblemático que permite relajarse mientras se observa la arquitectura tradicional y el ritmo pausado de la vida local. A lo largo de la costa atlántica, Rabat cuenta con playas amplias y zonas recreativas que son populares entre locales y turistas. La playa de Rabat y el área de Corniche, cerca del río, permiten disfrutar de actividades al aire libre y son perfectas para relajarse tras un recorrido por la ciudad. Además, Rabat cuenta con un moderno sistema de tranvía, una ventaja en comparación con otras ciudades de Marruecos, que facilita el acceso a diferentes puntos de la ciudad y conecta con Salé, su vecina histórica. En definitiva, Rabat es una ciudad que preserva su autenticidad mientras se adapta a la modernidad. Aquí, el pasado y el presente se combinan en un equilibrio armonioso que permite al visitante explorar la rica historia y cultura de Marruecos en un ambiente tranquilo y acogedor.

the finest Moroccan architecture, and the detail of its tiles and carved wood reflects Morocco's rich cultural heritage. Another essential stop is the Chellah Necropolis, a site full of history and mystery, which was once a Roman settlement known as Sala Colonia. Today, visitors can see both Roman ruins and Islamic structures, including tombs, a mosque, and a ruined minaret surrounded by lush gardens. This place attracts visitors with its tranquil atmosphere, enhanced by the sounds of storks and the gardens that surround the ruins, creating an ideal space for contemplation and discovery of Moroccan history. Rabat is also known for its modern urban planning, a result of its transformation into the administrative capital during the French protectorate in the 20th century. This planning gives the city wide avenues, colonial-style buildings, and green spaces that beautify and refresh the city. The Oudayas Gardens, with views of the Bou Regreg River and the Atlantic Ocean, offer a unique experience where visitors can enjoy nature in a well-maintained setting. The Andalusian Garden of the Oudayas is another iconic spot where one can relax while admiring traditional architecture and the slow pace of local life. Along the Atlantic coast, Rabat boasts wide beaches and recreational areas popular with both locals and tourists. The Rabat Beach and the Corniche area, near the river, offer opportunities for outdoor activities and are perfect for relaxing after exploring the city. Additionally, Rabat features a modern tram system, an advantage over other cities in Morocco, which makes it easy to access various parts of the city and connects with Salé, its historic neighbor. In short, Rabat is a city that preserves its authenticity while adapting to modernity. Here, the past and present combine in a harmonious balance, allowing visitors to explore Morocco's rich history and culture in a peaceful and welcoming environment.



Centre Culturel

LOUIS GABRIEL

WWW.CENTRELUISGABRIEL.COM

المركز الثقافي لتعليم اللغات



EXCELLENCE ÉDUCATIVE À
CHAQUE ÉTAPE



Robotique



Calcul mental



Activités para-scolaire (adaptées à la méthode Montessori)

ETS TOEFL

ETS TOEIC

IELTS

0671248284

0537530896

CENTRELUISGABRIEL

LUIS GABRIEL SALA AL JADIDA

1009 LOT, SALE JADIDA SAL



**Marassa Sky
Tours**
Transport touristique

Votre sécurité est
notre priorité

TRANSPORT TOURISTIQUE

La passion du voyage

CONTACTEZ-NOUS

-  **0537203233**
-  **0669-602222**
-  **MARASSASKY-TOURS.MA**
-  **MARASSA SKY TOURS**
-  **MARASSA_SKY_TOURS**
-  **AVENUE EGYPTE MAGASIN N°22
MARASSA RABAT**





FÊTES ET CÉLÉBRATIONS À RABAT

DES TRADITIONS QUI UNISSENT

À Rabat, la capitale du Maroc, les festivités et célébrations font partie intégrante de la vie culturelle. La ville, avec son mélange de traditions islamiques et modernes, accueille une grande variété d'événements qui reflètent à la fois son héritage ancestral et son caractère cosmopolite. Des fêtes religieuses profondément spirituelles et festivals de musique et de danse, Rabat est un lieu vibrant où chaque célébration rassemble ses habitants et reflète la diversité culturelle de la ville. L'une des fêtes les plus importantes est l'Aïd al-Fitr, qui marque la fin du mois sacré du Ramadan, une période de jeûne et de réflexion pour les musulmans. L'Aïd al-Fitr est un moment de réunion familiale, de générosité et de gratitude, où les familles se rassemblent pour partager un repas spécial et donner de la charité aux plus démunis. À Rabat, les rues se remplissent d'une atmosphère festive, et il est d'usage de porter des vêtements neufs et de rendre visite à la famille et aux amis pour échanger des salutations de paix et de bénédictions. Les mosquées se remplissent de fidèles qui participent à des prières spéciales, reflétant le sens de l'unité et de la spiritualité qui caractérise cette célébration. Une autre

FIESTAS Y CELEBRACIONES EN RABAT

TRADICIONES QUE UNEN

En Rabat, capital de Marruecos, las festividades y celebraciones forman una parte fundamental de la vida cultural. La ciudad, con su mezcla de tradiciones islámicas y modernas, celebra una amplia variedad de eventos que reflejan tanto su patrimonio ancestral como su carácter cosmopolita. Desde festividades religiosas profundamente espirituales hasta festivales de música y danza, Rabat es un lugar vibrante donde cada celebración une a sus habitantes y refleja la diversidad cultural de la ciudad. Una de las festividades más importantes es Eid al-Fitr, que marca el final del mes sagrado del Ramadán, un periodo de ayuno y reflexión para los musulmanes. Eid al-Fitr es un momento de reunión familiar, generosidad y gratitud, donde las familias se congregan para compartir una comida especial y dar caridad a los más necesitados. En Rabat, las calles se llenan de un ambiente festivo, y es costumbre vestir ropa nueva y visitar a familiares y amigos para intercambiar saludos de paz y bendiciones. Las mezquitas se llenan de fieles que participan en oraciones especiales, reflejando el sentido de unidad y espiritualidad que caracteriza esta celebración. Otra celebración religiosa significativa es Eid al-Adha, también



PARTIES AND CELEBRATIONS IN RABAT

TRADITIONS THAT UNITE

In Rabat, the capital city of Morocco, festivities and celebrations play a fundamental role in cultural life. The city, characterized by a blend of Islamic and modern traditions, hosts a wide range of events that highlight both its ancestral heritage and cosmopolitan identity. From deeply spiritual religious holidays to lively music and dance festivals, Rabat is a vibrant hub where every celebration fosters unity among its people and showcases the city's cultural diversity. One of the most significant holidays is Eid al-Fitr, marking the end of Ramadan, a sacred month of fasting and reflection for Muslims. This occasion is centered on family reunions, acts of generosity, and expressions of gratitude. Families come together to share special meals and give charity to those in need. In Rabat, the streets are imbued with a festive spirit, and it is customary for individuals to wear new clothes and visit family and friends to exchange greetings of peace and blessings. Mosques are filled with worshippers participating in special prayers, embodying the unity and spirituality that define this celebration. Eid al-Adha, also known as the Festival of Sacrifice, is another key religious observance. This holiday commemorates the Prophet Abraham's willingness to sacrifice his son in obedience to God. In Morocco, many









célébration religieuse importante est l'Aïd al-Adha, également connue sous le nom de la Fête du Sacrifice. Cette fête commémore l'histoire du prophète Abraham, qui était prêt à sacrifier son fils en obéissance à Dieu. Au Maroc, l'Aïd al-Adha est un moment où de nombreuses familles sacrifient un mouton, distribuant la viande entre les membres de la famille et les personnes dans le besoin, dans un acte de générosité et d'engagement envers les principes de la foi islamique. À Rabat, l'atmosphère est empreinte de solennité et de gratitude, et les familles consacrent la journée à la prière, à la réflexion et au partage, en se rappelant les valeurs de sacrifice et de solidarité. En plus de ces célébrations religieuses, Rabat se distingue par son ouverture à des événements multiculturels, le Festival Mawazine étant l'un des plus importants du Maroc et de l'Afrique. Créé en 2001, Mawazine réunit des artistes du monde entier pendant une semaine de spectacles de musique et de danse, allant des rythmes traditionnels marocains à la pop, le jazz et le rock. Ce festival, sponsorisé par la monarchie marocaine, cherche à promouvoir la tolérance et la coexistence entre les cultures et a attiré des stars internationales telles que Shakira, Rihanna et Bruno Mars, ainsi que des artistes arabes de renom. Avec des scènes réparties dans toute la ville, le festival met non seulement en valeur la musique marocaine, mais célèbre aussi la diversité et l'ouverture de Rabat à différentes expressions culturelles. Un autre aspect marquant de la culture festive à Rabat est les mariages traditionnels marocains, des événements pleins de couleurs et de musique. Les mariages à Rabat combinent des traditions ancestrales avec des influences modernes et durent généralement plusieurs jours. Lors de ces cérémonies, les mariés et leurs familles participent à des rituels tels que le "hammam" ou bain rituel, et la cérémonie du "henné", au cours de laquelle les mains de la mariée sont décorées. La célébration comprend des danses traditionnelles accompagnées de tambours et de musique en direct, créant une atmosphère festive et joyeuse qui symbolise l'union de deux familles. Rabat accueille également des célébrations locales moins connues mais tout aussi significatives. Dans le quartier des Oudayas, des festivités populaires sont organisées en l'honneur de saints locaux, incluant des processions, de la musique et des actes de dévotion qui relient la communauté à ses racines et à son patrimoine. Bien que ces célébrations soient moins connues, elles témoignent du fort sentiment d'appartenance et d'identité qui caractérise la société marocaine et soulignent l'importance des traditions et du mysticisme dans la vie quotidienne de la ville. En résumé, Rabat est un véritable creuset de célébrations qui reflètent la richesse culturelle du Maroc, des fêtes religieuses aux événements multiculturels. La diversité de ses célébrations, unies par l'esprit d'hospitalité et de générosité, fait de la capitale un lieu spécial où modernité et tradition se rencontrent à chaque fête.



conocida como la Fiesta del Sacrificio. Esta festividad conmemora la historia del profeta Abraham, quien estuvo dispuesto a sacrificar a su hijo en obediencia a Dios. En Marruecos, Eid al-Adha es un momento en el que muchas familias sacrifican un cordero, distribuyendo la carne entre familiares y personas necesitadas, en un acto de generosidad y compromiso con los principios de la fe islámica. En Rabat, el ambiente es de solemnidad y gratitud, y las familias dedican el día a la oración, la reflexión y el compartir, recordando los valores de sacrificio y solidaridad. Además de estas celebraciones religiosas, Rabat se destaca por su apertura a eventos multiculturales, siendo el Festival Mawazine uno de los más importantes de Marruecos y de África. Mawazine, creado en 2001, reúne a artistas de todo el mundo en una semana de espectáculos de música y danza que incluyen desde ritmos tradicionales marroquíes hasta pop, jazz y rock. Este festival, patrocinado por la monarquía marroquí, busca promover la tolerancia y la convivencia entre culturas y ha atraído a estrellas internacionales como Shakira, Rihanna y Bruno Mars, además de importantes artistas árabes. Con escenarios repartidos por toda la ciudad, el festival no solo realza la música marroquí, sino que también celebra la diversidad y apertura de Rabat a distintas expresiones culturales. Otro aspecto destacado de la cultura festiva en Rabat son las bodas tradicionales marroquíes, eventos llenos de color y música. Las bodas en Rabat combinan tradiciones ancestrales con influencias modernas y suelen extenderse durante varios días. En estas ceremonias, los novios y sus familias participan en rituales como el "hammam" o baño ceremonial, y la "henna", en la que se decoran las manos de la novia. La celebración incluye danzas tradicionales al ritmo de tambores y música en vivo, creando un ambiente festivo y alegre que simboliza la unión de dos familias. Rabat también cuenta con celebraciones locales menos conocidas, pero igualmente significativas. En el barrio de los Oudayas, se celebran festividades populares en honor a santos locales, que incluyen procesiones, música y actos de devoción que conectan a la comunidad con sus raíces y su patrimonio. Estas festividades, aunque menos conocidas, son una muestra del fuerte sentido de pertenencia e identidad que caracteriza a la sociedad marroquí y resaltan la importancia de las tradiciones y el misticismo en la vida cotidiana de la ciudad. En resumen, Rabat es un crisol de celebraciones que reflejan la riqueza cultural de Marruecos, desde festividades religiosas hasta eventos multiculturales. La diversidad de sus celebraciones, unidas por el espíritu de hospitalidad y generosidad, convierte a la capital en un lugar especial donde la modernidad y la tradición se encuentran en cada fiesta.



families sacrifice a lamb, distributing the meat to relatives and those in need, as a demonstration of generosity and adherence to Islamic principles. In Rabat, the day is marked by an atmosphere of solemnity and gratitude, with families dedicating time to prayer, reflection, and sharing. The celebration emphasizes the values of sacrifice and solidarity, deeply rooted in the cultural and spiritual fabric of the city. generosity and commitment to the principles of the Islamic faith. In Rabat, the atmosphere is one of solemnity and gratitude, and families dedicate the day to prayer, reflection, and sharing, remembering the values of sacrifice and solidarity. In addition to its religious celebrations, Rabat is renowned for its embrace of multicultural events, with the Mawazine Festival standing as one of the most significant cultural gatherings in Morocco and across Africa. Established in 2001, Mawazine unites artists from around the globe for a week-long celebration of music and dance, featuring performances that range from traditional Moroccan rhythms to genres such as pop, jazz, and rock. Sponsored by the Moroccan monarchy, the festival aims to foster tolerance and coexistence among cultures. It has hosted internationally acclaimed stars such as Shakira, Rihanna, and Bruno Mars, alongside prominent Arab artists. With stages set up throughout the city, the festival not only highlights the richness of Moroccan music but also underscores Rabat's commitment to celebrating diversity and openness to various cultural expressions. Another notable aspect of festive culture in Rabat is the traditional Moroccan weddings, which are events filled with color and music. Weddings in Rabat combine ancient traditions with modern influences and often last for several days. In these ceremonies, the bride and groom, along with their families, participate in rituals such as the "hammam" or ceremonial bath, and the "henna" ceremony, where the bride's hands are decorated. The celebration includes traditional dances accompanied by drums and live music, creating a festive and joyful atmosphere that symbolizes the union of two families. Rabat is also home to lesser-known local celebrations that hold significant cultural and spiritual value. In the Oudayas neighborhood, festivals are organized to honor local saints, featuring processions, musical performances, and acts of devotion that deeply connect the community to its heritage and traditions. While these events may not receive widespread recognition, they exemplify the profound sense of belonging and identity inherent in Moroccan society. These celebrations underscore the enduring importance of tradition and mysticism in the daily life of the city, reflecting a rich cultural tapestry rooted in Rabat's historical and spiritual legacy. In summary, Rabat is a melting pot of celebrations that reflect the cultural richness of Morocco, from religious holidays to multicultural events. The diversity of its celebrations, united by a spirit of hospitality and generosity, makes the capital a special place where modernity and tradition meet in every festivity.

BY
FATIMAZAHRA
ROUCHAD

NEGGAFZA ZARA

- TANGUIF
- MAQUILLAGE
- ORGANISATION
DE MARIAGE

CONTACTEZ-NOUS

06 11 21 58 98
06 66 67 33 23

NEGAFZA_ZARA
18 RUE AIN BOUALI HAY NAHDA KARIA
SALÉ



KHATIR - DESIGNS

KHATIR-DESIGN UNE
EXCLUSIVITÉ DE
CRÉATIONS DES
ŒUVRES DISTINCTIVES,
AVEC DES NUMÉROS DE
SÉRIE ET DES
CERTIFICATS
D'AUTHENTICITÉ

SCANNER POUR
NOUS LOCALISER



Scan Me!

📞 0661923478

📷 KHATIR DESIGNS

LA MEDINA DE RABAT

UNE PROMENADE À TRAVERS L'HISTOIRE ET LE COMMERCE

THE MEDINA OF RABAT

A WALK THROUGH HISTORY AND TRADE

LA MEDINA DE RABAT

UN PASEO POR LA HISTORIA Y EL COMERCIO

LA MEDINA DE RABAT

UNE PROMENADE À TRAVERS L'HISTOIRE ET LE COMMERCE

The Medina of Rabat, designated as a UNESCO World Heritage Site in 2012, offers a glimpse into Morocco's past and serves as a reflection of its contemporary daily life. Unlike the larger and more bustling medinas of Fez or Marrakech, Rabat's medina is smaller and more tranquil, providing an opportunity for a leisurely exploration of its labyrinthine streets and a chance to appreciate its traditional charm in a serene setting. Functioning as the historical heart of the city, the medina represents a harmonious blend of history, culture, and commerce within a uniquely picturesque environment.

The medina's current form dates back to the 17th century, shaped by Andalusian refugees who settled in Rabat after fleeing Spain. Their influence is still evident in the medina's architecture, with characteristic features such as inner courtyards, horseshoe arches, and whitewashed walls accented with blue details that evoke a coastal aesthetic. This contrasts with the vibrant hues found in other Moroccan cities. Elements of both Arab and Andalusian styles are preserved in the carved wooden doors, iron-grilled windows, and flower-adorned terraces, creating an inviting and authentic atmosphere.

A highlight of the medina is its bustling market, a haven for enthusiasts of traditional craftsmanship. Stalls brim with handwoven rugs, painted ceramics, intricate jewelry, and finely crafted leather goods. Spices add another layer of sensory allure, with vivid colors and rich aromas transporting visitors to the essence of Moroccan culinary traditions. Among the offerings are cumin, turmeric, saffron, and the ever-popular Moroccan mint tea, a symbol of the nation's hospitality. Along Souika Street, the medina's primary commercial thoroughfare, vendors sell everyday necessities, while boutique shops feature traditional clothing and accessories, allowing visitors to take home a tangible piece of Moroccan culture.

In addition to its commercial offerings, the medina of Rabat is surrounded by walls that were built in the 12th century during the reign of the Almohad sultan Yaqub al-Mansur. These walls not only provided protection to the city but also stand out for their architectural strength and beauty. The walls include several monumental gates, such as Bab El Had and Bab Oudaïa, which mark the entrances to the medina. Bab El Had, in particular, is known for hosting a famous weekly market where Rabat residents sell fresh and handmade products, bringing

La Medina de Rabat, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 2012, es una ventana al pasado y un reflejo de la vida cotidiana en Marruecos. A diferencia de otras medinas marroquíes, como las de Fez o Marrakech, la de Rabat es más pequeña y menos caótica, lo que permite disfrutar de un paseo tranquilo entre sus calles laberínticas y descubrir su encanto tradicional sin agobios. Esta medina es, en esencia, el corazón histórico de la ciudad, donde convergen la historia, la cultura y el comercio en un entorno único y pintoresco.

La estructura de la medina actual data del siglo XVII, cuando refugiados andalusíes que huían de España se establecieron en Rabat y contribuyeron a darle su identidad actual. Aún hoy, se pueden ver elementos arquitectónicos que reflejan esta influencia andalusí, como los característicos patios interiores y los arcos de herradura. Los callejones están revestidos con casas de paredes blancas y detalles en azul, una estética que le da a la medina un aire costero y fresco, en contraste con los colores intensos de otras ciudades marroquíes. Esta mezcla de elementos árabes y andalusíes se mantiene en las puertas de madera tallada, las ventanas enrejadas y las terrazas adornadas con flores, que crean un ambiente acogedor y auténtico.

Uno de los aspectos más atractivos de la medina es su mercado, un verdadero paraíso para los amantes de la artesanía. Los puestos ofrecen una variedad de productos tradicionales, desde alfombras tejidas a mano y cerámicas pintadas hasta joyas y artículos de cuero. Las especias son otro de los grandes atractivos, con colores y aromas que transportan a un Marruecos de sabores intensos. Los visitantes pueden adquirir comino, cúrcuma, azafrán, y, por supuesto, el té de menta, que es símbolo de la hospitalidad marroquí. En la calle Souika, una de las principales arterias comerciales de la medina, los comerciantes venden productos de uso cotidiano, mientras que las pequeñas boutiques ofrecen ropa y accesorios típicos que permiten llevarse a casa una parte de la cultura marroquí. Además de la oferta comercial, la medina de Rabat está rodeada por murallas que fueron construidas en el siglo XII, durante la época del sultán almohade Yaqub al-Mansur. Estas murallas no solo proporcionaban protección a la ciudad, sino que también destacan por su arquitectura de gran solidez y belleza. La muralla incluye varias puertas monumentales, como Bab El Had y Bab Oudaïa, que marcan los accesos a la medina. Bab El Had, en particular, es conocida por albergar un famoso mercado semanal donde los residentes de Rabat

La médina de Rabat, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO en 2012, est une fenêtre sur le passé et un reflet de la vie quotidienne au Maroc. Contrairement à d'autres médinas marocaines, comme celles de Fès ou de Marrakech, celle de Rabat est plus petite et moins chaotique, ce qui permet de profiter d'une promenade tranquille dans ses rues labyrinthiques et de découvrir son charme traditionnel sans être accablé.

Cette médina est, en essence, le cœur historique de la ville, où l'histoire, la culture et le commerce convergent dans un cadre unique et pittoresque. La structure actuelle de la médina remonte au XVIIe siècle, lorsque des réfugiés andalous fuyant l'Espagne se sont installés à Rabat et ont contribué à lui donner son identité actuelle. Aujourd'hui encore, on peut voir des éléments architecturaux reflétant cette influence andalouse, comme les cours intérieures caractéristiques et les arcs en fer à cheval.

Les ruelles sont bordées de maisons aux murs blancs et de détails bleus, une esthétique qui confère à la médina une ambiance côtière et fraîche, en contraste avec les couleurs vives d'autres villes marocaines.

Ce mélange d'éléments arabes et andalous se retrouve dans les portes en bois sculpté, les fenêtres grillagées et les terrasses ornées de fleurs, créant une atmosphère accueillante et authentique. L'un des aspects les plus attractifs de la médina est son marché, un véritable paradis pour les amateurs de l'artisanat.

Les étals proposent une variété de produits traditionnels, de tapis tissés à la main de céramiques peintes, bijoux et articles en cuir. Les épices sont un autre grand attrait, avec des couleurs et des arômes qui transportent les visiteurs dans un Maroc aux saveurs intenses.

On y trouve du cumin, du curcuma, du safran et, bien sûr, le thé à la menthe, symbole de l'hospitalité marocaine. Dans la rue Souika, l'une des principales artères commerciales de la médina, les marchands vendent des produits de consommation quotidienne tandis que les petites boutiques proposent des vêtements et accessoires typiques permettant d'emporter chez soi un morceau de la culture marocaine.

En plus de son offre commerciale, la médina de Rabat est entourée de murailles construites au XIIe siècle, à l'époque du sultan almohade Yaqub al-Mansur. Ces murailles servaient non seulement à protéger la ville, mais se distinguent également par leur architecture imposante et leur beauté. La muraille comporte plusieurs portes







monumentales, comme Bab El Had et Bab Oudaïa, qui marquent les entrées de la médina. Bab El Had, en particulier, est connue pour abriter un célèbre marché hebdomadaire où les habitants de Rabat vendent des produits frais et artisanaux, animant le lieu chaque dimanche et le remplissant de vie et de couleurs.

Une promenade dans la médina de Rabat permet de découvrir la vie quotidienne de ses habitants et de s'imprégner de son riche patrimoine culturel.

En plus de ses marchés et de ses murailles, la médina abrite des souks et des recoins moins connus qui révèlent un côté plus calme et authentique de la ville. Les voyageurs peuvent y trouver des cafés traditionnels où déguster la pâtisserie marocaine telle que la chebakia ou le baghrir, tout en observant la vie qui s'écoule dans l'animation des rues. La médina de Rabat est, en définitive, un lieu où le temps semble suspendu, invitant ceux qui la parcourent à découvrir l'histoire du Maroc dans une atmosphère unique, où le passé et le présent se rencontrent en parfaite harmonie. Explorer la médina de Rabat est une expérience enrichissante et essentielle pour ceux qui souhaitent comprendre l'essence de la ville et son rôle dans la culture marocaine. Sa combinaison d'histoire, de commerce et de tranquillité fait que chaque recoin a quelque chose de spécial à raconter, et transforme la médina en un lieu inoubliable dans le paysage du Maroc.



venden productos frescos y artesanales, lo que hace que el lugar cobre vida cada domingo y se llene de actividad y colores. Un recorrido por la medina de Rabat permite experimentar la vida diaria de sus habitantes y descubrir su rica herencia cultural.

Además de sus mercados y murallas, la medina cuenta con zocos y rincones menos conocidos que revelan una faceta tranquila y auténtica de la ciudad. Los viajeros pueden encontrar cafés tradicionales donde degustar dulces marroquíes como la chebakia o el baghrir, mientras observan la vida pasar en el bullicio de las calles. La medina de Rabat es, en definitiva, un lugar donde el tiempo parece detenerse, invitando a quienes la recorren a conocer la historia de Marruecos en un ambiente único, donde el pasado y el presente se encuentran en perfecta armonía.

Explorar la medina de Rabat es una experiencia enriquecedora y esencial para quienes deseen comprender la esencia de la ciudad y su papel dentro de la cultura marroquí.

Su combinación de historia, comercio y tranquilidad, hace que cada rincón tenga algo especial que contar y convierte a la medina en un lugar inolvidable dentro de los hermosos paisajes los cuales componen Marruecos.



the area to life every Sunday with activity and vibrant colors.

A walk through the medina of Rabat allows visitors to experience the daily life of its inhabitants and discover its rich cultural heritage. In addition to its markets and walls, the medina is home to souks and lesser-known corners that reveal a quieter, more authentic side of the city. Travelers can find traditional cafes where they can enjoy Moroccan sweets such as chebakia or baghrir, while watching life unfold in the bustling streets. The medina of Rabat is, in essence, a place where time seems to stand still, inviting those who wander through it to learn about Morocco's history in a unique atmosphere, where the past and present come together in perfect harmony.

Exploring the medina of Rabat is an enriching experience and an essential journey for anyone wanting to understand the essence of the city and its role within Moroccan culture. Its combination of history, commerce, and tranquility means that every corner has a special story to tell, making the medina an unforgettable place in the Moroccan landscape.



HOUSE OF CURVES

november, 2024

Le Centre d'Amincissement et d'Esthétique à Rabat : L'Adresse Incontournable pour Minceur et Bien-Être à Hay Riyad

Nichée dans le quartier exclusif de Hay Riyad à Rabat, cette adresse de renom pour la minceur et l'esthétique attire une clientèle marocaine et internationale en quête de raffinement et de résultats durables. Alliant technologies de pointe et expertise en nutrition, le centre s'impose comme une référence pour ceux qui cherchent à sculpter leur silhouette et revitaliser leur bien-être. Des Solutions de Minceur et de Soin de Haut Niveau Le centre propose une gamme complète de traitements alliant efficacité et sécurité. Après une évaluation personnalisée de la composition corporelle et des besoins nutritionnels, des programmes adaptés sont mis en place pour cibler la cellulite, réduire la rétention d'eau et raffermir la peau. Les techniques de pointe incluent l'Exilis et l'Icoone, des appareils combinant ultrasons et radiofréquence pour traiter les zones de graisse rebelle et améliorer la fermeté de la peau. La maderothérapie, un soin manuel reconnu pour ses bienfaits anti-cellulite, figure aussi parmi les options les plus populaires, garantissant des résultats visibles.



Une Approche Holistique avec un Accompagnement Nutritionnel

Une Approche Holistique avec un Accompagnement Nutritionnel Ce centre d'exception ne se limite pas aux soins esthétiques ; il propose également un accompagnement nutritionnel pour un bien-être complet. Les nutritionnistes élaborent des plans alimentaires sur-mesure et des recommandations en suppléments, favorisant la perte de poids et la vitalité. Des solutions spécifiques sont également disponibles pour divers profils, comme les femmes en ménopause ou celles souffrant de rétention d'eau, avec des traitements tels que le drainage lymphatique pour améliorer l'apparence et le confort corporel. Un Havre de Paix pour un Bien-Être Total Au-delà de l'efficacité des soins, le centre se distingue par son atmosphère apaisante et son équipe attentive. Ici, chaque visiteur est accueilli chaleureusement, dans un espace dédié à la détente et au soin personnalisé. L'objectif est de créer une expérience unique, où bien-être et revitalisation se conjuguent harmonieusement pour des résultats visibles et durables. Un Passage Obligé pour les Amateurs de Bien-Être à Rabat Pour ceux en quête de transformation corporelle et de détente, ce centre de Hay Riyad est une escale bien-être inoubliable. Facilement accessible, il est devenu un lieu de référence pour les visiteurs et résidents de Rabat qui souhaitent s'offrir une pause régénérante. Chaque soin est pensé pour offrir un moment de pure relaxation et des effets durables sur l'apparence et le bien-être général. En somme, ce centre d'amaicissement et d'esthétique s'affirme comme l'allié bien-être des clients exigeants de Rabat, où technologies de pointe et approche personnalisée se marient pour offrir des résultats à la hauteur des attentes. Une adresse exclusive, parfaite pour se ressourcer et repartir avec une sensation de renouveau.

www.houseofcurves-center.com

+212 636-052405

 [houseofcurves.center](https://www.instagram.com/houseofcurves.center)

 Villa numéro 24, Av. Attannoub, Rabat

Mr TATTOO

Tattoo - Piercing - BodyArt

L'adresse du tatouage professionnel à Rabat

Notre équipe diplômée vous offre une expérience exceptionnelle d'art et de créativité et de bien être

Nos Services:

- ✓ Tatouage Permanent
- ✓ Tatouage temporaire
- ✓ Cover up
- ✓ Piercings
- ✓ Scar Camouflage

Nous Contacter



☎ 0661434014

📷 mrtattoo.ma

📍 MR Tattoo

🌐 www.mrtattoo.ma



DÉCOUVRIR L'ESSENCE DE RABAT

UN MÉLANGE DE TRADITIONS ET DE MODERNITÉ

DÉCOUVRIR L'ESSENCE DE RABAT

UN MÉLANGE DE TRADITIONS ET DE MODERNITÉ



🇫🇷 Rabat, la capitale du Maroc, est une ville qui incarne une fascinante combinaison de tradition et de modernité. Avec un caractère cosmopolite et accueillant, sa vie culturelle reflète à la fois les racines historiques du Maroc et son ouverture sur le monde moderne. À travers son architecture, ses festivals, ses musées et ses événements, Rabat se positionne comme un centre culturel dynamique qui attire aussi bien les visiteurs nationaux qu'internationaux.

L'un des symboles les plus remarquables de la culture contemporaine à Rabat est le Musée d'Art Moderne et Contemporain Mohammed VI. Inauguré en 2014, ce musée a été pionnier dans la promotion de l'art moderne au Maroc, offrant un espace où l'art marocain et international coexistent. Ses expositions présentent des œuvres d'artistes locaux explorant des thèmes sociaux et culturels marocains, ainsi que des expositions itinérantes qui enrichissent le paysage artistique de la ville. Ce musée, au style architectural moderne, symbolise la connexion de Rabat aux courants artistiques mondiaux, consolidant la ville en tant que capitale culturelle en pleine croissance.

Le caractère ouvert et multiculturel de Rabat se manifeste chaque année lors du Festival Mawazine – Rythmes du Monde, l'un des festivals de musique les plus importants du Maroc et du continent africain. Créé en 2001, cet événement est un spectacle à grande échelle qui réunit des artistes de renommée internationale ainsi que des talents locaux, dans une célébration de la diversité musicale.

DESCUBRE

LA ESENCIA DE RABAT

UNA CIUDAD TRANQUILA Y ENCANTADORA



🇪🇸 Rabat, la capital de Marruecos, es una ciudad que encarna una fascinante combinación de tradición y modernidad. Con un carácter cosmopolita y acogedor, su vida cultural refleja tanto las raíces históricas de Marruecos como su apertura al mundo moderno. A través de su arquitectura, festivales, museos y eventos, Rabat se posiciona como un centro cultural vibrante que atrae a visitantes nacionales e internacionales por igual.

Uno de los símbolos más destacados de la cultura contemporánea en Rabat es el Museo de Arte Moderno y Contemporáneo Mohammed VI. Inaugurado en 2014, este museo ha sido pionero en la promoción del arte moderno en Marruecos, brindando un espacio donde conviven el arte marroquí e internacional. Sus exposiciones incluyen obras de artistas locales que exploran temas sociales y culturales marroquíes, además de presentar exposiciones itinerantes que enriquecen el panorama artístico de la ciudad. Este museo, de estilo arquitectónico moderno, simboliza la conexión de Rabat con las corrientes artísticas globales, consolidándola como una capital cultural en crecimiento.

El carácter abierto y multicultural de Rabat se hace evidente cada año en el Festival Mawazine – Ritmos del Mundo, uno de los festivales de música más importantes de Marruecos y del continente africano. Creado en 2001, este evento es un espectáculo a gran escala que reúne a artistas de renombre internacional, así como a talentos locales, en una celebración de diversidad musical. Desde

DISCOVER

THE ESSENCE OF RABAT

A QUIET AND CHARMING CITY



🇬🇧 Rabat, the capital of Morocco, exemplifies a captivating synthesis of tradition and modernity. With its cosmopolitan and welcoming character, the city's cultural landscape reflects Morocco's deep historical roots while embracing its openness to contemporary influences. Through its architecture, festivals, museums, and events, Rabat establishes itself as a dynamic cultural hub, attracting visitors from both within the country and abroad.

A key emblem of modern cultural expression in Rabat is the Mohammed VI Museum of Modern and Contemporary Art. Since its inauguration in 2014, the museum has been instrumental in advancing modern art in Morocco, serving as a platform where Moroccan and international art converge. Its exhibitions showcase works by local artists addressing social and cultural themes unique to Morocco, alongside traveling exhibitions that enhance the city's artistic repertoire. The museum's contemporary architectural design reflects Rabat's integration into global artistic movements, reinforcing its status as an emerging cultural capital.

Rabat's multicultural and inclusive ethos is also prominently displayed during the annual Mawazine – Rhythms of the World Festival, one of the most significant music festivals in Morocco and Africa. Established in 2001, this large-scale event brings together internationally acclaimed artists and local performers, celebrating the richness of musical diversity. Spanning genres from traditional African and Arab rhythms to







Des rythmes traditionnels africains et arabes aux genres internationaux tels que le pop et le rock, le festival attire des milliers de visiteurs qui profitent d'une ambiance de coexistence et d'ouverture culturelle. Mawazine est un reflet de l'hospitalité et du cosmopolitisme de Rabat, qui favorise l'échange culturel et la compréhension entre les nations. En plus de son art et de sa musique, Rabat montre également une riche influence coloniale française, héritage de son passé en tant que protectorat français de 1912 à 1956. Cette influence se manifeste non seulement dans son architecture, avec des bâtiments administratifs et des résidences de style art déco, mais aussi dans la vie quotidienne. Il est fréquent de trouver à Rabat des cafés de style parisien qui contrastent avec les traditionnelles maisons de thé marocaines.

Ce contraste crée une atmosphère unique, où les visiteurs peuvent profiter à la fois d'un café sur une terrasse à l'européenne et d'un thé à la menthe servi dans une théière traditionnelle marocaine. La Médina de Rabat, bien que plus petite et plus calme que celles d'autres villes marocaines, est un centre névralgique de la vie locale. Ses ruelles sont remplies de magasins et de stands qui vendent des objets artisanaux, des vêtements, des épices et des produits locaux. Dans la Médina, le passé et le présent se rencontrent de manière particulière : les artisans continuent à fabriquer des articles en cuir, des céramiques et des textiles selon des techniques traditionnelles, tandis que les habitants et les touristes profitent d'une atmosphère authentique, loin de l'agitation touristique des autres villes. Ce marché est l'un des meilleurs moyens de découvrir le mode de vie marocain et d'apprécier l'artisanat transmis de génération en génération. La vie culturelle de Rabat est également enrichie par d'autres événements et festivals, tels que le Festival International du Film d'Auteur et la Biennale de Rabat, qui soulignent l'importance de l'expression artistique et de la créativité dans la ville. À travers ces initiatives, Rabat préserve non seulement ses traditions, mais s'adapte aussi aux tendances modernes, renforçant ainsi son rôle de pont culturel entre le Maroc et le reste du monde. Dans son ensemble, Rabat est une ville qui invite à la découverte de son âme à travers ses expressions culturelles.

Son mélange d'influences islamiques, berbères, arabes et européennes fait que chaque recoin de la ville a une histoire à raconter. De ses musées et festivals à ses rues et marchés, Rabat représente une fusion harmonieuse entre l'ancien et le contemporain, où les visiteurs peuvent apprécier à la fois le Maroc traditionnel et son côté moderne et cosmopolite.



ritmos tradicionales africanos y árabes hasta géneros internacionales como el pop y el rock, el festival atrae a miles de visitantes que disfrutan de un ambiente de convivencia y apertura cultural. Mawazine es un reflejo del carácter hospitalario y cosmopolita de Rabat, que promueve el intercambio cultural y el entendimiento entre las naciones.

Además de su arte y música, Rabat muestra una rica influencia colonial francesa, resultado de su pasado como protectorado francés desde 1912 hasta 1956. Esta influencia se observa no solo en su arquitectura, con edificios administrativos y residencias de estilo art déco, sino también en su vida cotidiana. Es común encontrar en Rabat cafeterías de estilo parisino que contrastan con las tradicionales casas de té marroquíes. Este contraste crea un ambiente único, donde los visitantes pueden disfrutar tanto de un café en una terraza al estilo europeo como de un té a la menta servido en una tetera tradicional marroquí. La Medina de Rabat, aunque más pequeña y tranquila que las de otras ciudades marroquíes, es un centro neurálgico de la vida local. Sus callejones están repletos de tiendas y puestos que venden artesanías, ropa, especias y productos locales. En la Medina, el pasado y el presente se encuentran de una manera especial: los artesanos siguen elaborando productos de cuero, cerámica y textiles según las técnicas tradicionales, mientras que los residentes y turistas disfrutan de una atmósfera auténtica sin el bullicio turístico de otras ciudades.

Este mercado es una de las mejores maneras de conocer el estilo de vida marroquí y de apreciar la artesanía que se ha transmitido de generación en generación. La vida cultural en Rabat también se enriquece con otros eventos y festivales, como el Festival Internacional de Cine de Autor y la Bienal de Rabat, que destacan la importancia de la expresión artística y la creatividad en la ciudad. A través de estas iniciativas, Rabat no solo preserva sus tradiciones, sino que también se adapta a las tendencias modernas y fortalece su papel como puente cultural entre Marruecos y el resto del mundo.

En conjunto, Rabat es una ciudad que invita a descubrir su alma a través de sus expresiones culturales. Su mezcla de influencias islámicas, bereberes, árabes y europeas hace que cada rincón de la ciudad ofrezca una historia por descubrir. Desde sus museos y festivales hasta sus calles y mercados, Rabat representa una fusión armoniosa entre lo antiguo y lo contemporáneo, donde el visitante puede apreciar tanto el Marruecos tradicional como su lado moderno y cosmopolita.



global styles such as pop and rock, the festival draws thousands of attendees, fostering an atmosphere of cultural exchange and openness. Mawazine encapsulates Rabat's hospitable and cosmopolitan spirit, promoting dialogue and understanding among nations through the universal language of music.

In addition to its art and music, Rabat also displays a rich French colonial influence, a legacy of its time as a French protectorate from 1912 to 1956. This influence is seen not only in its architecture, with administrative buildings and art deco-style residences, but also in everyday life.

It's common to find Parisian-style cafés in Rabat, which contrast with traditional Moroccan tea houses. This contrast creates a unique atmosphere where visitors can enjoy both a coffee on a European-style terrace and a traditional Moroccan mint tea served in a teapot.

The Medina of Rabat, though smaller and quieter than those in other Moroccan cities, is a hub of local life. Its narrow streets are filled with shops and stalls selling handicrafts, clothing, spices, and local products. In the Medina, the past and present meet in a special way: artisans still make leather goods, ceramics, and textiles using traditional techniques, while both locals and tourists enjoy an authentic atmosphere without the overwhelming tourist crowds found in other cities.

This market is one of the best ways to experience the Moroccan way of life and appreciate the craftsmanship that has been passed down through generations.

Rabat's cultural life is also enriched by other events and festivals, such as the International Author's Film Festival and the Rabat Biennale, which highlight the importance of artistic expression and creativity in the city. Through these initiatives, Rabat not only preserves its traditions but also adapts to modern trends, strengthening its role as a cultural bridge between Morocco and the rest of the world.

Together, Rabat is a city that invites discovery through its cultural expressions.

Its mix of Islamic, Berber, Arab, and European influences means that every corner of the city has a story to tell. From its museums and festivals to its streets and markets, Rabat represents a harmonious fusion of the ancient and the contemporary, where visitors can appreciate both traditional Morocco and its modern, cosmopolitan side.



Mora Bureau

Le partenaire du bureau

NOS DOMAINES D'ACTIVITÉS



Fourniture de bureau



Mobilier de bureau



Consommable informatique



Matériel informatique

LE FOURNISSEUR PRO

- Un service rapide, personnalisé et toujours attentionné.
- Des engagements toujours honorés.
- Une clarté des offres et des situations
- Un confort et une facilité de gestion

nous contacter

✉ morabureau@gmail.com

☎ 06 62 84 00 88

📍 AV AL MAJD RESIDENCE ALBAHJA

☎ 06 61 17 29 68

MAGASIN N°7 YAACOUB MANSOUR RABAT

📷 morabureau

🌐 WWW.MORABUREAU.COM

NOTRE MISSION

Notre raison d'être consiste à procurer une satisfaction maximale à nos clients :

* nous visons à leur procurer des produits de qualité, leur apportant tout le confort, la détente ainsi que l'apparence recherchés;

* nous visons à leur procurer, par la qualité des produits et de notre service, une tranquillité («zéro souci»).

Notre gestion s'appuie sur la rigueur, le respect mutuel, le travail en équipe et le développement continu de chaque membre de notre équipe au sein de l'entreprise.

MA

MAISON ALAMI
HAUTE COUTURE

MAISON ALAMI

Découvrez la beauté et l'élégance des vêtements traditionnels marocains, fabriqués avec passion et précision. Nos collections allient héritage et modernité, parfaites pour toutes les occasions.

Démarquez-vous avec un style unique

TOUS CE QUI
EST BELDI
HOMME ET
FEMME



NOUS CONTACTER

📍 SECTEUR 9 N°46 HAY SALAM SALE

☎ 06 61 34 28 35

📘 MAISON ALAMI

📷 MAISONALAMI



BY HIBA

BIBA BEAUTY



ANGLERIE
MAKE UP ARTISTE
MICRO BLADING
COIFFURE
ESTHETIQUE FORMATION
D'ANGLERIE.





CONTACTEZ NOUS

- 0700904409
- SALON_BIBA_BEAUTY1
- BIBA BEAUTY
- YAACOUB MANSOUR A COTE
DE PHARMACIE KIFAH RABAT






MEUBLE AMAQRAN

0698180414 / 0605322096

meuble.amaqran

LOT LALLA MERYEM LOT 21 HAY EL AMAL SALE

À TRAVERS RABAT

MÉTÉO

UNE VILLE CALME ET CHARMANTE



RABAT A TRAVÉS DEL TIEMPO

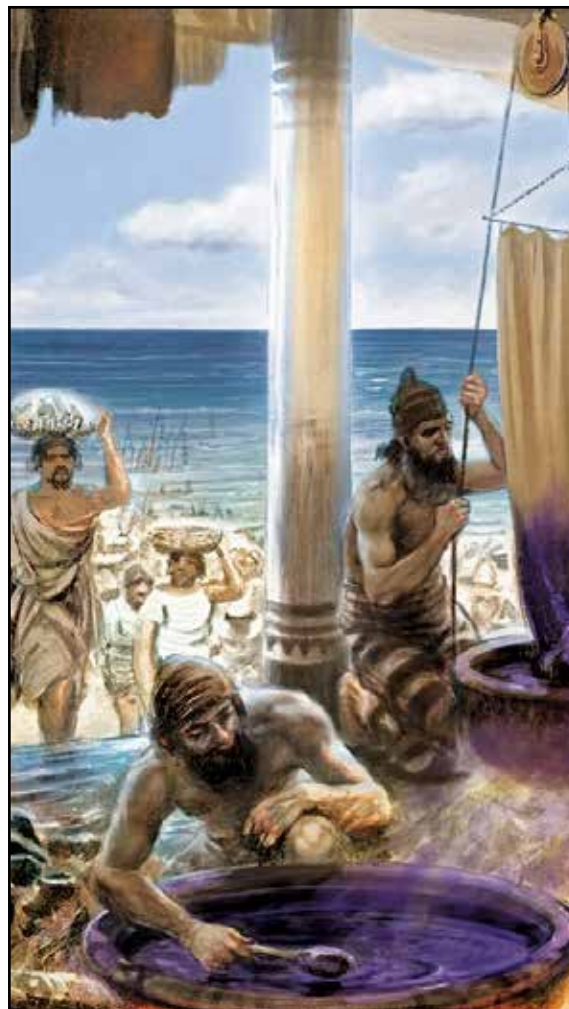
UNA CIUDAD TRANQUILA Y ENCANTADORA

Rabat, la capitale du Maroc, est une ville avec un riche passé qui s'étend sur plusieurs siècles, laissant un héritage mélange des influences de diverses cultures et époques. Située sur la côte atlantique, elle a été un passage stratégique pour le commerce et la culture depuis ses premiers établissements au VIII^{ème} siècle avant J.C., lorsque les Phéniciens sont arrivés et ont fondé l'une des premières communautés commerciales de la région. Plus tard, au III^{ème} siècle avant J.C., les Romains ont consolidé leur domination sur la zone, la renommant Sala Colonia et l'intégrant à la province romaine de Maurétanie Tingitane. Des vestiges de cette époque romaine sont toujours présents dans la ville, comme dans la nécropole de Chellah, un site archéologique important qui témoigne de la splendeur de cette période. Le Moyen Âge transforma Rabat en une forteresse du pouvoir islamique. Avec l'ascension des Almoravides au XI^{ème} siècle, la ville, alors appelée Ribat al-Fath, devint un centre de savoir islamique. Cette prospérité se poursuivit sous les Almohades au XII^{ème} siècle, lorsque le sultan Yacoub Al-Mansur lança des constructions majeures, dont la Tour Hassan, destinée à être le minaret le plus haut du monde islamique. Bien que la



DISCOVER THE ESSENCE OF RABAT

A QUIET AND CHARMING CITY



Rabat, la capital de Marruecos, es una ciudad con una rica historia que se extiende por siglos, dejando un legado que combina influencias de diversas culturas y épocas. Situada en la costa atlántica, ha sido un punto de encuentro estratégico para el comercio y la cultura desde sus primeros asentamientos en el siglo VIII a.C., cuando los fenicios llegaron y establecieron una de las primeras comunidades comerciales en la región. Más adelante, en el siglo III a.C., los romanos consolidaron su dominio sobre la zona, nombrándola Sala Colonia, e integrándola a la provincia romana de Mauretania Tingitana. Los restos de esta era romana aún se encuentran en la ciudad, como en la Necrópolis de Chellah, un importante yacimiento arqueológico que revela el esplendor de aquel periodo. La Edad Media transformó a Rabat en un baluarte del poder islámico. Con el ascenso de los almorávides en el siglo XI, la ciudad, entonces llamada Ribat al-Fath, se convirtió en un núcleo de conocimiento islámico. Este auge continuó bajo el dominio de los almohades en el siglo XII, cuando el sultán Yacub Al-Mansur impulsó importantes construcciones, incluyendo la Torre Hassan, que estaba destinada a ser el minarete más

Rabat, the capital of Morocco, is a city with a rich history that spans centuries, leaving a legacy that blends influences from various cultures and eras. Located on the Atlantic coast, it has been a strategic meeting point for trade and culture since its early settlements in the 8th century BC, when the Phoenicians arrived and established one of the first commercial communities in the region. Later, in the 3rd century BC, the Romans consolidated their rule over the area, naming it Sala Colonia, and integrating it into the Roman province of Mauretania Tingitana. Remnants from this Roman era can still be found in the city, such as in the Chellah Necropolis, an important archaeological site that reveals the splendor of that period. The Middle Ages transformed Rabat into a stronghold of Islamic power. With the rise of the Almoravids in the 11th century, the city, then called Ribat al-Fath, became a center of Islamic knowledge. This growth continued under the Almohads in the 12th century, when Sultan Yacub Al-Mansur commissioned important constructions, including the Hassan Tower, which was intended to be the tallest minaret in the Islamic world. Although the tower was never completed, it still stands as an iconic symbol of the city, alongside the





tour n'ait jamais été achevée, elle demeure un symbole emblématique de la ville, aux côtés des vestiges de la grande mosquée qu'elle était censée abriter.

Au cours des siècles suivants, Rabat connut des périodes de déclin et de renaissance. Au XVIII^{ème} siècle, sous la dynastie Alaouite, le sultan Mohamed Ben Abdallah entreprit la récupération de la ville, la revitalisant et restaurant son importance stratégique. Cependant, ce fut au XX^{ème} siècle, avec l'arrivée du protectorat français en 1912, que Rabat connut une transformation décisive en devenant la capitale administrative du Maroc, remplaçant Fès. Ce transfert fut essentiel pour le développement politique et urbain de Rabat, lui conférant la prééminence qu'elle conserve aujourd'hui en tant que siège des pouvoirs gouvernementaux du Maroc. Aujourd'hui, Rabat est une ville qui allie tradition et modernité.

En 2012, l'UNESCO l'a inscrite au patrimoine mondial de l'humanité en reconnaissance de ses monuments historiques, de son urbanisme harmonieux et de ses jardins d'influence andalouse qui ornent des lieux comme la Kasbah des Oudayas.

Ce quartier fortifié, avec ses ruelles blanchies à la chaux et ses vues sur l'Atlantique, est un symbole du riche patrimoine culturel de Rabat et un lieu touristique populaire. À côté de la Tour Hassan se trouve le Mausolée de Mohammed V, un chef-d'œuvre de l'architecture marocaine qui abrite les dépouilles du roi Mohammed V et de son fils, Hassan II, qui ont conduit le pays à l'indépendance en 1956. La ville abrite également des institutions culturelles de premier plan, comme le Musée Mohammed VI d'Art Moderne et Contemporain, qui présente une vaste collection d'art marocain et africain, et le Musée de la Monnaie, qui raconte l'histoire de la monnaie au Maroc et dans d'autres civilisations. Rabat, avec sa médina vibrante, ses monuments historiques et sa scène culturelle en pleine expansion, est un témoignage vivant de l'histoire du Maroc et un symbole de la fusion entre le passé et le présent qui définit l'identité du pays.



alto del mundo islámico. Aunque la torre nunca se completó, aún se erige como un ícono de la ciudad, junto con los restos de la gran mezquita que alguna vez pretendió alojar.

Durante los siglos siguientes, Rabat vivió periodos de declive y renacimiento. En el siglo XVIII, bajo la dinastía alauí, el sultán Mohamed Ben Abdallah emprendió la recuperación de la ciudad, revitalizándola y restaurando su importancia estratégica. Sin embargo, fue en el siglo XX, con la llegada del protectorado francés en 1912, cuando Rabat experimentó un cambio trascendental al ser designada capital administrativa de Marruecos en lugar de Fez. Este traslado fue decisivo para el crecimiento político y urbano de Rabat, dándole la relevancia que mantiene hasta hoy como sede de los poderes gubernamentales de Marruecos.

Actualmente, Rabat es una ciudad que fusiona tradición y modernidad. En 2012, la UNESCO la declaró Patrimonio de la Humanidad en reconocimiento a sus monumentos históricos, la armoniosa planificación urbana, y sus jardines de influencia andalusí, que embellecen lugares como la Kasbah de los Udayas. Este barrio fortificado, con sus callejuelas encaladas y vistas al Atlántico, es un emblema de la rica herencia cultural de Rabat, así como un popular destino turístico. Junto a la Torre Hassan, se encuentra el Mausoleo de Mohammed V, una obra maestra de la arquitectura marroquí que alberga los restos del rey Mohammed V y de su hijo, Hassan II, quienes lideraron al país hacia la independencia en 1956.

La ciudad también alberga instituciones culturales destacadas, como el Museo Mohammed VI de Arte Moderno y Contemporáneo, que exhibe una amplia colección de arte marroquí y africano, y el Museo de la Moneda, que narra la historia de la moneda en Marruecos y otras civilizaciones.

Rabat, con su vibrante medina, monumentos históricos y una creciente escena cultural, es un testimonio viviente de la historia de Marruecos y un símbolo de la mezcla entre el pasado y el presente que define la identidad del país.



remains of the grand mosque that it was supposed to house.

During the following centuries, Rabat experienced periods of decline and revival. In the 18th century, under the Alaouite dynasty, Sultan Mohamed Ben Abdallah began the recovery of the city, revitalizing it and restoring its strategic importance. However, it was in the 20th century, with the arrival of the French protectorate in 1912, that Rabat underwent a profound transformation when it was designated the administrative capital of Morocco instead of Fez. This move was crucial for the political and urban development of Rabat, giving it the prominence it maintains today as the seat of Morocco's governmental powers.

Today, Rabat is a city that blends tradition and modernity. In 2012, UNESCO declared it a World Heritage Site in recognition of its historical monuments, harmonious urban planning, and its gardens influenced by Andalusian design, which adorn places such as the Kasbah of the Udayas. This fortified neighborhood, with its whitewashed alleys and views of the Atlantic, is a symbol of Rabat's rich cultural heritage and a popular tourist destination. Alongside the Hassan Tower stands the Mausoleum of Mohammed V, a masterpiece of Moroccan architecture that houses the remains of King Mohammed V and his son, Hassan II, who led the country to independence in 1956.

The city also hosts notable cultural institutions, such as the Mohammed VI Museum of Modern and Contemporary Art, which displays a vast collection of Moroccan and African art, and the Coin Museum, which tells the story of currency in Morocco and other civilizations.

Rabat, with its vibrant medina, historical monuments, and a growing cultural scene, is a living testament to Morocco's history and a symbol of the fusion between the past and present that defines the country's identity.





DÉCORATEUR
RABAT



contact

0615508138

DÉCORATEUR_RABAT

DÉCORATEUR_RABAT

DÉCORATEUR_RABAT

sala eljadid. Salé.rabat

GYM FITNESS

NO PAIN NO GAIN



BODY MASTER

ADRESSE	SIDI MOUSSA SALE
NUM	0770043607
INSTAGRAM	BODYMASTER
FACEBOOK	BODYMASTER



BODY MASTER
GYM

FITNESS

WARD
SPA
by hanae



RÉSERVER

06 99 54 19 34

WARDSPA

WARDSPA

RUE MELWIYA IMM28 APPRT N°2 RABAT

- Massages
- Face Treatment
- Body Mask
- Pedicure
- hamam
- soin protien







Hôtel, école &
clinique

IMEUBLE

VILLA

**Nous construisons votre
vision**

TramcoTech

0625330782

0616314712

TRAMCOTECH

TRAM COTECH

www.Tramcotech.com

RUE AGUELMANE SIDI ALI, APPT.
22. 43 AGDAL RABAT



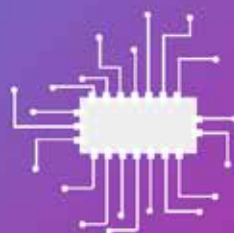
WWW.AIRPLUS.MA

AIRPLUS

contactez nous

0675364682

OBTENEZ LES MEILLEURES OFFRES SUR NOS PRODUITS.



Chez AIRPLUS, nous proposons des produits 100% originaux certifiés par l'ANRT, avec une garantie supérieure à un an, le meilleur rapport qualité/prix du marché, un code-barres international et un prix unifié auprès de nos revendeurs.



CENTRE COMMERCIAL KAYS STORE .43 .RABAT



DAR EROMAISSAE

Since 1993

Dar Eromaisae vous propose des vêtements faits main uniques et des formations en stylisme et modélisme. Combinez créativité et expertise pour exprimer votre style et bâtir votre avenir

Nous Contacter



0672177635



DAREROMAISSAE



CENTREDAREROMAISSAE



www.dareromaissae.com



105 LOT EL FOUTOUH AVENU DU CAIRE TEMARA





RABAT

CURIOSITÉS QUE VOUS NE CONNAISSEZ PAS SUR LA CAPITALE MAROCAINE

RABAT

CURIOSITÉS QUE VOUS NE CONNAISSEZ PAS SUR LA CAPITALE MAROCAINE

La charmante ville de Rabat est pleine d'histoires et de secrets qui ne sont pas toujours évidents pour les touristes. Bien que sa renommée soit plus discrète comparée à Marrakech ou Fès, Rabat possède une profondeur historique et culturelle qui la rend unique parmi les villes marocaines. Voici quelques curiosités qui vous aideront à découvrir un côté méconnu de la capitale du Maroc.

L'une des perles architecturales de la ville est la Tour Hassan, construite au XII^e siècle pendant le règne du sultan almohade Yacoub Al-Mansur. Son projet ambitieux était de créer le minaret le plus haut du monde islamique, avec une hauteur prévue de 86 mètres. Cependant, la mort du sultan laissa la tour inachevée, atteignant seulement 44 mètres. Malgré son état inachevé, la Tour Hassan est devenue un symbole de Rabat et représente la grandeur de l'empire almohade. Sa structure, entourée de colonnes inachevées, transmet une sensation d'histoire inachevée et de mystère. Aujourd'hui, elle est l'un des principaux points d'intérêt de la ville et a été inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Une autre curiosité de Rabat est qu'à la différence d'autres grandes villes du Maroc, elle est connue pour être l'une des villes les plus propres et les plus sûres du pays. L'ambiance à Rabat est beaucoup plus détendue et

RABAT

CURIOSIDADES QUE NO SABÍAS SOBRE LA CAPITAL MARROQUÍ

La encantadora ciudad de Rabat está llena de historias y secretos que no siempre son evidentes para los turistas. Aunque su fama es más discreta comparada con Marrakech o Fez, Rabat tiene una profundidad histórica y cultural que la hace única entre las ciudades marroquíes. Aquí te comparto algunas de las curiosidades que te ayudarán a descubrir un lado desconocido de la capital de Marruecos. Una de las joyas arquitectónicas de la ciudad es la Torre Hassan, construida en el siglo XII durante el reinado del sultán almohade Yacub Al-Mansur. Su ambicioso plan era crear el minarete más alto del mundo islámico, con una altura proyectada de 86 metros. Sin embargo, la muerte del sultán dejó la torre a medio construir, alcanzando solo 44 metros. A pesar de su inacabado estado, la Torre Hassan se ha convertido en un símbolo de Rabat y representa la grandeza del imperio almohade. Su estructura, rodeada de columnas inacabadas, transmite una sensación de historia inacabada y misterio. Hoy en día, es uno de los principales puntos de interés de la ciudad y ha sido declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Otra curiosidad de Rabat es que, a diferencia de otras grandes urbes de Marruecos, es conocida por ser una de las ciudades más limpias y seguras del país. El ambiente en Rabat es mucho más relajado y ordenado, lo

RABAT

CURIOSITIES YOU DIDN'T KNOW ABOUT THE MOROCCAN CAPITAL

The charming city of Rabat is full of stories and secrets that are not always obvious to tourists. Although its fame is more discreet compared to Marrakech or Fes, Rabat has a historical and cultural depth that makes it unique among Moroccan cities. Here are some curiosities that will help you discover a lesser-known side of the capital of Morocco.

One of the architectural gems of the city is the Hassan Tower, built in the 12th century during the reign of the Almohad sultan Yacoub Al-Mansur. His ambitious plan was to create the tallest minaret in the Islamic world, with a projected height of 86 meters. However, the death of the sultan left the tower half-built, reaching only 44 meters.

Despite its unfinished state, the Hassan Tower has become a symbol of Rabat and represents the grandeur of the Almohad empire.

Its structure, surrounded by unfinished columns, conveys a sense of unfinished history and mystery.

Today, it is one of the main points of interest in the city and has been designated a UNESCO World Heritage site.

Another curiosity about Rabat is that, unlike other large cities in Morocco, it is known for being one of the cleanest and safest cities in the country. The atmosphere in Rabat is





ordonnée, ce qui en fait une excellente option pour les voyageurs à la recherche d'un endroit calme pour explorer. De plus, son urbanisme moderne, avec de larges avenues et des espaces verts, est en partie dû à sa transformation sous le protectorat français au XX^e siècle. C'est aussi l'une des villes les plus vertes du Maroc, avec des parcs et des jardins comme le Jardin des Oudayas et le Parc Hilton, qui offrent des espaces idéaux pour échapper à l'agitation et se connecter avec la nature.

Au cœur historique de la ville se trouve la Médina de Rabat, qui est remarquablement plus petite et plus calme que celles de Marrakech ou Fès. La Médina de Rabat offre une expérience plus authentique, permettant aux visiteurs de se promener sans le même niveau de pression pour acheter que l'on trouve dans d'autres villes. À travers ses ruelles, on peut voir la vie quotidienne de ses habitants, des artisans travaillant jusqu'aux petits stands vendant des produits traditionnels. Les marchés, appelés souks, sont remplis de textiles colorés, de tapis et d'épices, et l'expérience de parcourir la Médina de Rabat est bien plus détendue et accessible que dans d'autres régions du Maroc.

Un autre lieu chargé d'histoire est la Nécropole de Chellah, un site archéologique qui se distingue à la fois par sa valeur historique et son atmosphère mystique. À ses débuts, Chellah était un établissement romain connu sous le nom de Sala Colonia, mais avec le temps, il est devenu une nécropole islamique lorsque les Mérinides prirent le contrôle de la région au XIV^e siècle. Aujourd'hui, Chellah est un endroit paisible et verdoyant, avec des jardins qui abritent diverses espèces d'oiseaux, notamment des cigognes, qui nichent dans les ruines. Les vues des ruines, mêlées aux minarets des mosquées et aux tombes islamiques, offrent une expérience fascinante pour ceux qui recherchent une connexion avec le passé ancien du Maroc. Enfin, Rabat est une ville où modernité et tradition coexistent harmonieusement. Son mode de vie, son architecture et sa diversité culturelle en font un lieu qui invite à découvrir ses recoins les moins connus et ses histoires secrètes. Rabat offre une perspective différente du Maroc, où il est possible d'explorer le passé tout en profitant d'une capitale moderne et en constante évolution, qui ne perd pas ses racines culturelles. Explorer Rabat, c'est s'immerger dans un environnement où l'histoire et la vie contemporaine se rencontrent, offrant une expérience enrichissante à ceux qui cherchent à comprendre l'essence du Maroc à partir de sa capitale.



que la convierte en una excelente opción para los viajeros que buscan un lugar tranquilo para explorar. Además, su planificación urbana moderna, con avenidas amplias y zonas verdes, se debe en parte a su transformación bajo el protectorado francés en el siglo XX. Es también una de las ciudades más verdes de Marruecos, con parques y jardines como el Jardín de los Oudayas y el Parque Hilton, que ofrecen espacios ideales para escapar del bullicio y conectar con la naturaleza. En el corazón histórico de la ciudad se encuentra la Medina de Rabat, que es notablemente más pequeña y tranquila que las de Marrakech o Fez. La Medina de Rabat ofrece una experiencia más auténtica, permitiendo a los visitantes pasear sin el mismo nivel de presión para comprar que se puede encontrar en otras ciudades. A través de sus callejones, se puede ver la vida diaria de sus habitantes, desde artesanos trabajando hasta pequeños puestos que venden productos tradicionales. Los mercados, conocidos como souks, están llenos de coloridos textiles, alfombras y especias, y la experiencia de recorrer la Medina de Rabat es mucho más relajada y accesible que en otras partes de Marruecos. Otro lugar cargado de historia es la Necrópolis de Chellah, un sitio arqueológico que destaca tanto por su valor histórico como por su ambiente místico. En sus orígenes, Chellah fue un asentamiento romano conocido como Sala Colonia, pero con el tiempo se convirtió en una necrópolis islámica cuando los meriníes tomaron el control de la región en el siglo XIV. Hoy en día, Chellah es un lugar tranquilo y lleno de vegetación, con jardines que albergan diversas especies de aves, especialmente cigüeñas, que anidan en las ruinas. Las vistas de las ruinas, mezcladas con las torres de las mezquitas y tumbas islámicas, ofrecen una experiencia cautivadora para quienes buscan una conexión con el pasado antiguo de Marruecos. Por último, Rabat es una ciudad donde la modernidad y la tradición conviven en armonía. Su estilo de vida, su arquitectura y su diversidad cultural hacen de ella un lugar que invita a descubrir sus rincones menos conocidos y sus historias secretas. Rabat ofrece una perspectiva diferente de Marruecos, donde es posible explorar el pasado mientras se disfruta de una capital moderna y en constante crecimiento, que no pierde sus raíces culturales. Explorar Rabat es sumergirse en un entorno donde la historia y la vida contemporánea se encuentran, brindando una experiencia enriquecedora a quienes buscan comprender la esencia de Marruecos desde su capital.



much more relaxed and orderly, making it an excellent choice for travelers looking for a peaceful place to explore. In addition, its modern urban planning, with wide avenues and green spaces, is partly due to its transformation under the French protectorate in the 20th century. It is also one of the greenest cities in Morocco, with parks and gardens such as the Oudayas Garden and the Hilton Park, which provide ideal spaces to escape the hustle and bustle and connect with nature.

In the historic heart of the city lies the Medina of Rabat, which is notably smaller and quieter than those of Marrakech or Fes. The Medina of Rabat offers a more authentic experience, allowing visitors to wander without the same pressure to buy that can be found in other cities. Through its narrow streets, one can see the daily life of its inhabitants, from artisans at work to small stalls selling traditional products. The markets, known as souks, are filled with colorful textiles, carpets, and spices, and the experience of walking through the Medina of Rabat is much more relaxed and accessible than in other parts of Morocco.

Another historically significant site is the Chellah Necropolis, an archaeological site that stands out both for its historical value and its mystical atmosphere.

Originally, Chellah was a Roman settlement known as Sala Colonia, but over time, it became an Islamic necropolis when the Merinids took control of the region in the 14th century. Today, Chellah is a peaceful and lush place, with gardens that house various species of birds, especially storks, which nest in the ruins. The views of the ruins, mixed with the minarets of mosques and Islamic tombs, provide a captivating experience for those seeking a connection with Morocco's ancient past.

Finally, Rabat is a city where modernity and tradition coexist in harmony. Its way of life, architecture, and cultural diversity make it a place that invites you to discover its lesser-known corners and hidden stories.

Rabat offers a different perspective of Morocco, where it is possible to explore the past while enjoying a modern, ever-growing capital that retains its cultural roots.

Exploring Rabat is diving into an environment where history and contemporary life meet, offering an enriching experience for those who seek to understand the essence of Morocco from its capital.





رحلتي عبر المطبخ المغربي

من مواليد مدينة فاس، عائلة كانت فيها كل وجبة احتفالا نشأت مع الروائح الساحرة للمطبخ المغربي كانت أيدي جدتي الخبيرة هي التي عرفتني على فن الطاجين والكسكس والأطباق التي سنكتشفها في هذا الكتاب الصغير

لكن ما لديك بين يديك هو مجرد طعم الكنز الحقيقي لم يأت بعد في كتابي العظيم سنكتشف أسراراً لم يتم الكشف عنها أبداً وتقنيات تنتقل من جيل إلى جيل، وإعادة النظر في الأطباق لإغواء الأذواق الحديثة

:: :: :: :: :: :: :: ::

غزا كمال اللعبي، المعروف أيضاً باسم الشاف كيمو
الشباب المغاربة من خلال دروسه التقليدية في المطبخ المغربي على شبكات التواصل الاجتماعية. في سن 54، فنان الطهي هذا من فاس، مستوحى من تراث طفولته وعائلته، وخاصة والدته وجدته، وجدده الحاج عبد الكريم الرايس، وهو محافظ على الموسيقى العربية الأندلسية. يقوم الشاف كيمو بتحديث المطبخ المغربي مع احترام جوهره، مع تسليط الضوء على الأطباق مثل **الرفيسة و التريد**. تجمع مقاطع الفيديو الشهيرة جداً بين الأصالة وإمكانية الوصول. صاحب رؤية، يريد فتح مدرسة لتعزيز المطبخ المغربي ونقل هذا التراث إلى الأجيال

Kimo :: :: :: :: :: :: :: ::

CENTRE YASSMINE BRETON

Centre de prise en charge pluridisciplinaire de
conseil et de formation



RABAT



+212667529079
+212667529026



RUE AL HOUZALI
VILLA (164) LES
ORANGERS,
AGDAL - RABAT

SALE



+212537856470
+212661340895



2, AVENUE LALLA
AMINA TABRIQUET
SALE

KENITRA



+212610100503
+212610100716



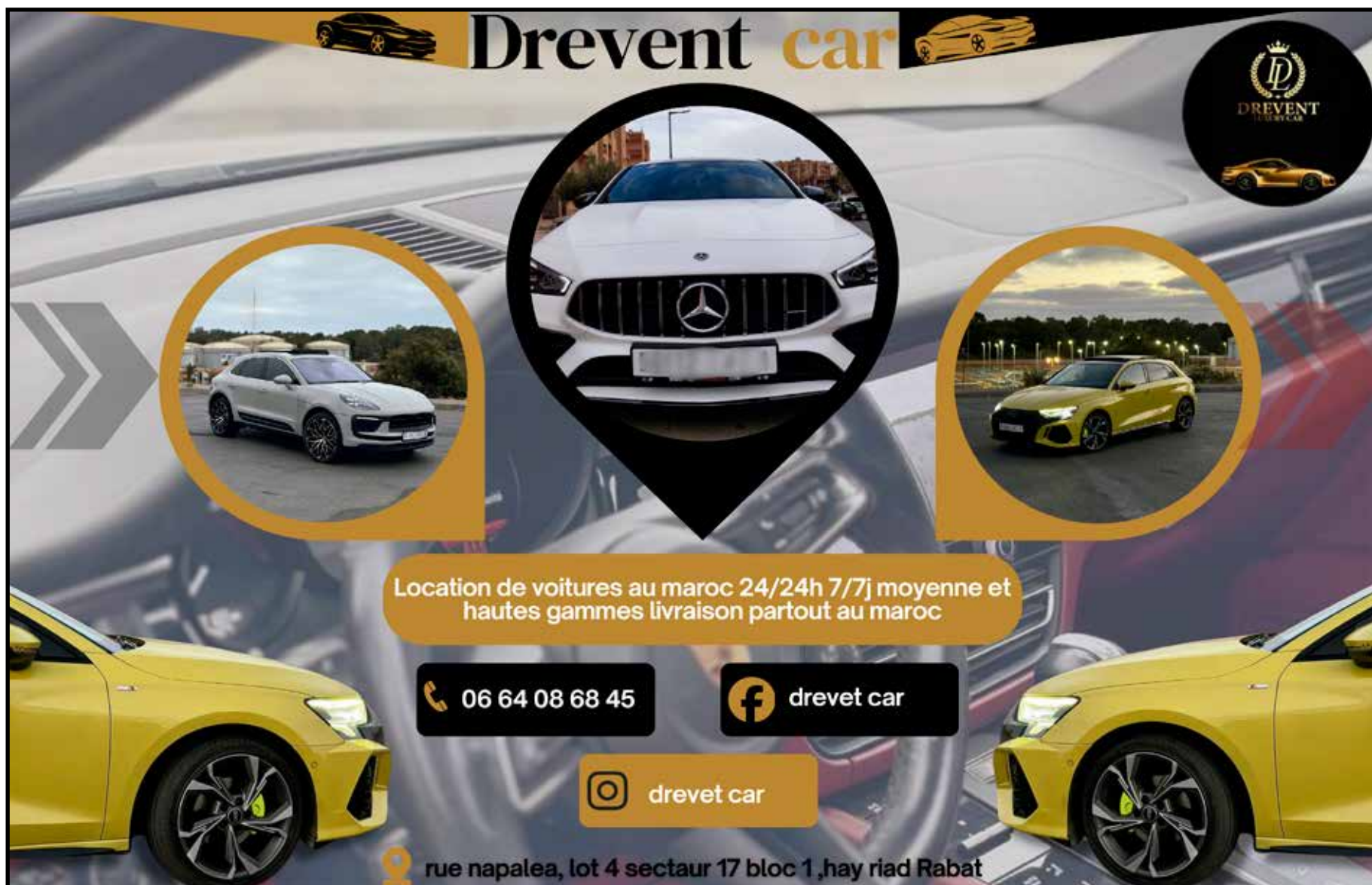
LOTISSEMENT
ISMAILIA, 14000
KENITRA
MAAMORA



CENTREYASSMINEBRETON



CENTREYASSMINEBRETON



Drevent car



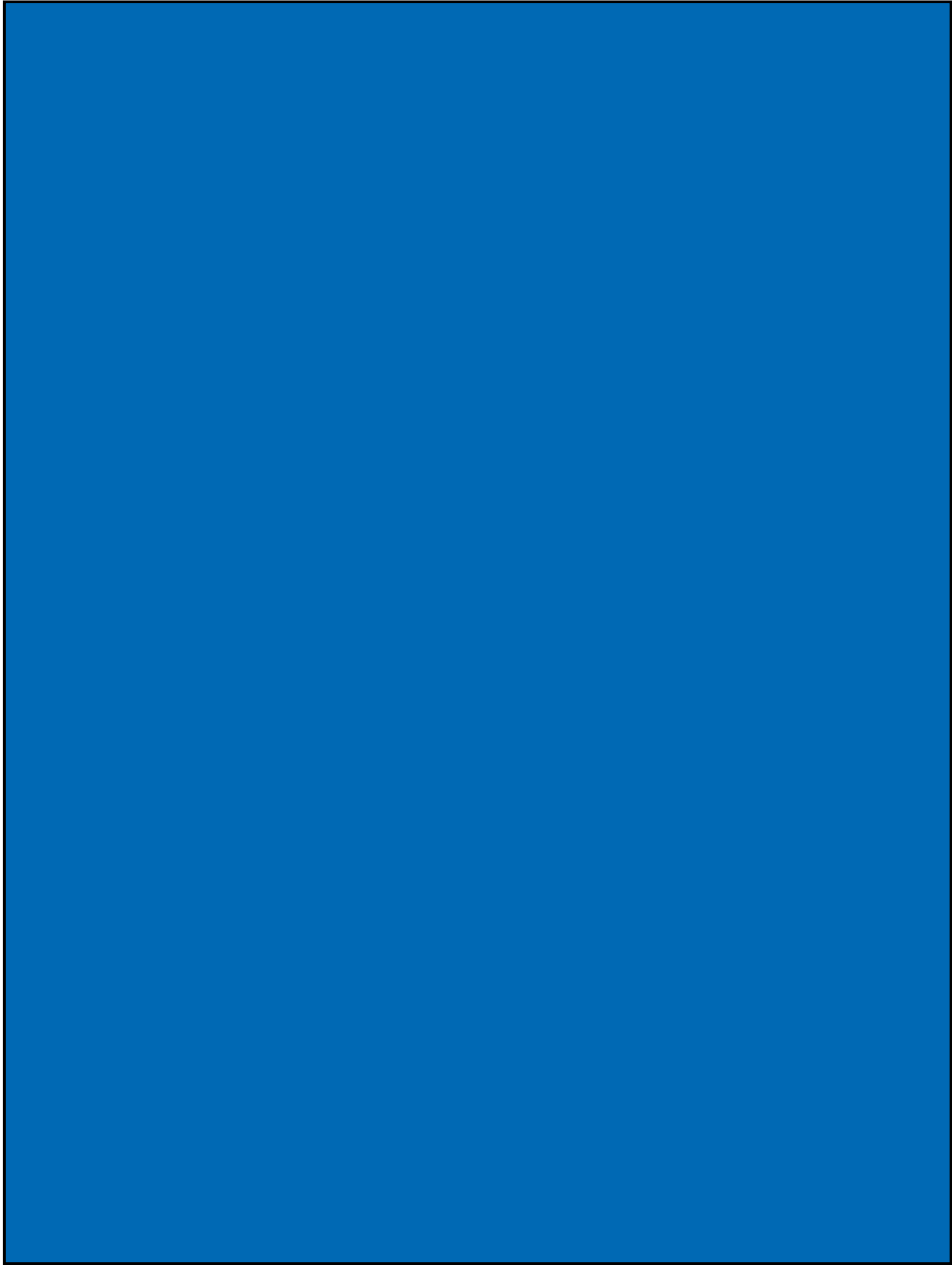
Location de voitures au maroc 24/24h 7/7j moyenne et hautes gammes livraison partout au maroc

 06 64 08 68 45

 drevent car

 drevent car

 rue napalea, lot 4 sectaur 17 bloc 1,hay riad Rabat



SAVEURS DE RABAT

GASTRONOMIE MAROCAINE TRADITIONNELLE

SAVEURS DE RABAT

GASTRONOMIE MAROCAINE TRADITIONNELLE

La gastronomie de Rabat, comme toute la cuisine marocaine, est un mélange fascinant de saveurs, d'arômes et de couleurs. Cette tradition culinaire est le résultat de siècles d'échanges culturels et d'influences, des Phéniciens et des romains, des Arabes et de Andalous. Chaque plat est un reflet de l'histoire et de la richesse culturelle du pays, et Rabat, en tant que capitale, est l'endroit idéal pour savourer les saveurs authentiques du Maroc, tant dans les restaurants raffinés que dans les stands de rue.

L'un des plats emblématiques est le couscous, traditionnellement servi le vendredi dans le cadre de la tradition familiale. Ce plat à base de semoule de blé est accompagné de légumes frais, de viande d'agneau, de boeuf ou de poulet, et d'un mélange d'épices qui lui confèrent sa saveur distinctive.

Le couscous est généralement cuit à la vapeur et nécessite une préparation soignée pour



obtenir la texture aérée parfaite.

Un autre plat incontournable est le tajine, un ragoût qui porte le nom du récipient en terre cuite dans lequel il est cuit. À Rabat, on peut déguster des tajines à base de viande d'agneau, de poulet, de bœuf ou même de poisson, combinés avec des prunes, des olives, des amandes, des raisins secs et une variété de légumes. Les ingrédients sont cuits lentement, permettant aux saveurs de se mélanger et de se renforcer. Ce ragoût est un exemple typique de la cuisine marocaine, où le temps de cuisson et des épices comme le safran, le curcuma, le gingembre et le cumin sont essentiels pour obtenir un équilibre parfait des saveurs.

SABORES DE RABAT

GASTRONOMÍA TRADICIONAL MARROQUÍ

La gastronomía de Rabat, como toda la cocina marroquí, es una mezcla fascinante de sabores, aromas y colores. Esta tradición culinaria es el resultado de siglos de intercambios culturales e influencias, desde los fenicios y romanos hasta los árabes y andaluces. Cada plato es una muestra de la historia y la riqueza cultural del país, y Rabat, siendo la capital, es un lugar ideal para disfrutar de los sabores auténticos de Marruecos, tanto en restaurantes de alta gama como en puestos callejeros.

Uno de los platos más icónicos es el cuscús, el cual se suele servir los viernes como parte de la tradición familiar. Este plato a base de sémola de trigo se acompaña con verduras frescas, carne de cordero o pollo y una mezcla de especias que le otorgan su sabor distintivo. Además, el cuscús se suele cocinar al vapor



y requiere una preparación cuidadosa para lograr la textura esponjosa perfecta.

Otro plato destacado es el tajine, un guiso que toma su nombre del recipiente de barro donde se cocina. En Rabat se pueden probar tajines de carne de cordero, pollo, ternera o incluso pescado, combinados con ingredientes como ciruelas, aceitunas, almendras, pasas y una variedad de verduras. Los ingredientes se cocinan lentamente, permitiendo que los sabores se mezclen y se intensifiquen. Este guiso es un ejemplo claro de la cocina marroquí, en la que el tiempo de cocción y las especias como el azafrán, la cúrcuma, el jengibre y el comino son fundamentales para

FLAVORS OF RABAT

TRADITIONAL MOROCCAN GASTRONOMY

The gastronomy of Rabat, much like Moroccan cuisine as a whole, represents a captivating fusion of flavors, aromas, and colors.

This culinary tradition has evolved over centuries, shaped by cultural exchanges and influences from civilizations such as the Phoenicians, Romans, Arabs, and Andalusians.

Each dish embodies the nation's historical and cultural richness, and as Morocco's capital, Rabat offers an ideal setting to experience these authentic flavors, whether at fine dining establishments or bustling street food stalls.

One of the most emblematic dishes is couscous, traditionally prepared and served on Fridays as part of a familial ritual. Made from semolina wheat, couscous is



accompanied by fresh vegetables, lamb or chicken, and a blend of spices that impart its distinctive flavor. The preparation process, involving steaming the couscous to achieve an ideal fluffy texture, is both meticulous and essential to its quality.

Another iconic dish is tajine, a slow-cooked stew named after the earthenware pot in which it is prepared. In Rabat, tajines feature a variety of ingredients, including lamb, chicken, beef, or fish, paired with elements such as plums, olives, almonds, raisins, and a range of vegetables.

The slow-cooking process allows the flavors to blend and intensify, resulting in a dish







Le mechoui est un autre plat que les amateurs de viande ne peuvent manquer.

Cet agneau est cuit lentement dans un four en terre cuite ou sur une broche, jusqu'à ce que la viande soit tendre et juteuse. Traditionnellement, le mechoui est accompagné de harissa, une pâte de piment qui ajoute une touche épicée, et est servi avec du pain marocain pour savourer chaque bouchée.

Les épices sont l'âme de la cuisine marocaine, et à Rabat, elles se retrouvent dans tous les plats, des plus simples aux plus complexes. Le ras el hanout est un mélange d'épices pouvant contenir jusqu'à 30 ingrédients, dont la cannelle, le clou de girofle, la cardamome et le poivre noir, et il est largement utilisé dans la cuisine marocaine pour rehausser les saveurs. De plus, le pain est un accompagnement essentiel à chaque repas, qu'il s'agisse du khobz, un pain rond et moelleux, ou du msemmen, une sorte de crêpe souvent servie au petit-déjeuner. Le thé vert à la menthe, connu sous le nom d'attay, est une boisson essentielle et un symbole de l'hospitalité marocaine. Préparé traditionnellement avec des feuilles de menthe fraîches, du sucre et du thé vert, ce thé est servi dans de petits verres et avec un certain cérémonial. Au Maroc, boire du thé est un signe de respect et de bienvenue, et il est servi plusieurs fois par jour. Pour terminer un repas, les douceurs marocaines sont incontournables.

À Rabat, vous pourrez déguster des gâteaux comme la chebakia, faite de pâte frite trempée dans du miel, ou les briouats, des triangles de pâte fourrée aux amandes et recouverts de sucre et de cannelle.

Les ghribas, des biscuits à l'amande qui fondent dans la bouche, ainsi que la pastilla, une pâte salée qui combine poulet, amandes et cannelle dans une fine couche de pâte, sont également populaires.

Rabat est le lieu idéal pour découvrir cette diversité culinaire, que l'on trouve non seulement dans ses restaurants, mais aussi dans ses marchés et sa médina, où les arômes des épices et des ragoûts emplissent l'air et créent une atmosphère inoubliable. L'expérience gastronomique à Rabat est une immersion dans l'essence du Maroc, où chaque plat raconte une histoire de tradition et de saveurs.



lograr el equilibrio de sabores.

El mechoui es otro plato que los amantes de la carne no pueden dejar de probar. Este cordero se cocina lentamente en un horno de barro o en un espetón hasta que la carne queda tierna y jugosa.

Tradicionalmente, el mechoui se acompaña con harissa, una pasta de chiles que añade un toque de picante, y se sirve con pan marroquí para disfrutar hasta el último bocado.

Las especias son el alma de la cocina marroquí y, en Rabat, se pueden encontrar en todos los platos, desde los más sencillos hasta los más complejos. El ras el hanout es una mezcla de hasta 30 especias que incluyen canela, clavo, cardamomo y pimienta negra, y es ampliamente utilizado en la cocina marroquí para realzar los sabores. Además, el pan es un acompañamiento esencial en cada comida, ya sea el pan khobz, redondo y esponjoso, o el msemmen, una especie de crepe que se sirve especialmente en desayunos.

El té verde con menta, conocido como attay, es una bebida esencial y una muestra de la hospitalidad marroquí. Preparado tradicionalmente con hojas frescas de menta, azúcar y té verde, este té es servido en pequeños vasos de vidrio y con un toque de ceremonia.

En Marruecos, tomar té es un símbolo de respeto y bienvenida, y se sirve varias veces al día. Para terminar cualquier comida, los dulces marroquíes son una opción imprescindible.

En Rabat, se pueden degustar pasteles como el chebakia, elaborado con masa frita y bañada en miel, y los briouats, triángulos de hojaldre rellenos de almendra y recubiertos de azúcar y canela. También destacan las ghribas, galletas de almendra que se deshacen en la boca, y la pastilla, un pastel salado que combina pollo, almendras y canela en una fina capa de hojaldre.

Rabat es un lugar ideal para disfrutar de esta diversidad culinaria, que no solo se encuentra en sus restaurantes, sino también en sus mercados y en su Medina, donde los aromas de las especias y los guisos llenan el aire y crean una atmósfera inolvidable. La experiencia gastronómica en Rabat es una inmersión en la esencia de Marruecos, donde cada plato cuenta una historia de tradición y sabor.



that is as rich in taste as it is reflective of Moroccan culinary artistry.

This lamb is slow-cooked in a clay oven or on a spit until the meat is tender and juicy.

Traditionally, mechoui is served with harissa, a chili paste that adds a spicy kick, and is accompanied by Moroccan bread to enjoy every last bite.

Spices are the soul of Moroccan cooking, and in Rabat, they can be found in every dish, from the simplest to the most complex. Ras el hanout is a spice blend of up to 30 ingredients, including cinnamon, cloves, cardamom, and black pepper, and is widely used in Moroccan cooking to enhance flavors. Additionally, bread is an essential accompaniment at every meal, whether it's khobz, a round and fluffy bread, or msemmen, a type of crepe often served at breakfast.

Green tea with mint, known as attay, is a fundamental drink and a symbol of Moroccan hospitality.

Traditionally prepared with fresh mint leaves, sugar, and green tea, this tea is served in small glass cups with a touch of ceremony. In Morocco, drinking tea is a sign of respect and welcome, and it is served several times a day. To finish any meal, Moroccan sweets are a must-try.

In Rabat, you can savor pastries like chebakia, made from fried dough soaked in honey, and briouats, triangular filo pastry filled with almonds and coated in sugar and cinnamon.

Also popular are ghribas, almond cookies that melt in your mouth, and pastilla, a savory pastry combining chicken, almonds, and cinnamon wrapped in a delicate layer of filo dough. Rabat is the perfect place to experience Morocco's rich culinary diversity, a vibrant fusion of flavors and influences that reflect the country's deep history and cultural variety.

This diversity can be found not only in its restaurants but also in the bustling markets and Medina, where the air is filled with the tantalizing aromas of spices, freshly baked bread, and simmering stews.

As you wander through the narrow streets, the scent of cumin, saffron, cinnamon, and garlic mixes with the savory notes of tagines, couscous, and grilled meats, creating an unforgettable sensory experience.

CAVERNE ALI BABA

Baz'art

Contact Us :

0661759184 BAZART_officiel RUE LOCEAN JAZIRAT ALAARAB RABAT

CHERKAOUI MALKI CARS

Découvrez notre gamme variée de véhicules de location à des prix compétitifs. Réservez rapidement et profitez d'une conduite confortable et sécurisée

Contact Us

0661132919 CHERKAOUIMALKICAR CHERKAOUI MALKI CAR HAY CHMAO AV OMAR IBN ABDELAZIZ SALE



PRODUITS DU TERROIR
DE HAUTE QUALITÉ

Nous proposons des produits du terroir
Marocains naturels, authentiques avec le
meilleur rapport Qualité/Prix.
Miels, huiles essentiels, produits alimentaires
et cosmétiques.

06 21 43 59 59

28 RUE OMAR SLAOUTI
ANGLE MARSEILLE RABAT

MANAHILALFIRDAOUS

COOPERATIVE AGRICOLE
MANAHILALFIRDAOUS

Huile d'Argan

100%
NATURAL



TAPISSERIE CHIGA

magasin de tapisserie

MASSIRA 2 CHIGA, TEMARA 12000 06 93 63 57 30 | 06 93 63 57 30

TAPISSERIE_CHIGA TAPISSERIE_CHIGA TAPISSERIE_CHIGA



Para Shop
Institut

Des Produits Authentiques
de Parapharmacie à Petit Prix
Chez Para Shop Institut, à Salé

contactez nous

+212 639 85 09 54 Parashopinstitut Parashopinstitut.com

Nos services :

- Parapharmacie
- Soins dermocosmétiques
- Beauté et bien-être

COOPERATIVE HIBAT ERRIDA TAPISSERIE

coopérative Hibat Errida, professionnels ou
particulier notre coopérative vous offre des
designs exceptionnels de produits tapisseries
d'ameublement

ENSEMBLE D'ARTISANAT RABAT ATELIER N°17 TARIQ ALMARSSA
06 70 69 55 77
COOPHIBATERRIDA / HIBATERIDA



AZAFRAN

Restaurant

BIENVENUS À AZAFRÁN, UN RESTAURANT UNIQUE À RABAT-SALÉ, DANS UN CADRE INCOMPARABLE QUI VOUS PERMETTRA DE DÉGUSTER UN MENU SIMPLE MAIS DÉLICIEUX, À BASE DE PRODUITS FRAIS, TRAVAILLÉ AVEC RESPECT ET CRÉATIVITÉ, ET ADAPTÉ AUX GOÛTS DE NOS CLIENTS.



NOUS CONTACTER

0663656056

www.reallygreatsite.com

RESTAURANTAZAFRANSALE

AV. OULJA RABAT RESTAURANT AZZAFRAN SALE



Kd
KHATIR - DESIGNS

KHATIR-DESIGN UNE
EXCLUSIVITÉ DE
CRÉATIONS DES
ŒUVRES DISTINCTIVES,
AVEC DES NUMÉROS DE
SÉRIE ET DES
CERTIFICATS
D'AUTHENTICITÉ



SCANNER POUR
NOUS LOCALISER



 0661923478

 KHATIR DESIGNS