



RABAT

CONSEIL REGIONAL DU TOURISME

RABAT • SALE • KENITRA

*explorez
un patrimoine universel
— qui se vit au présent —*



MOROCCO

visitmorocco.com

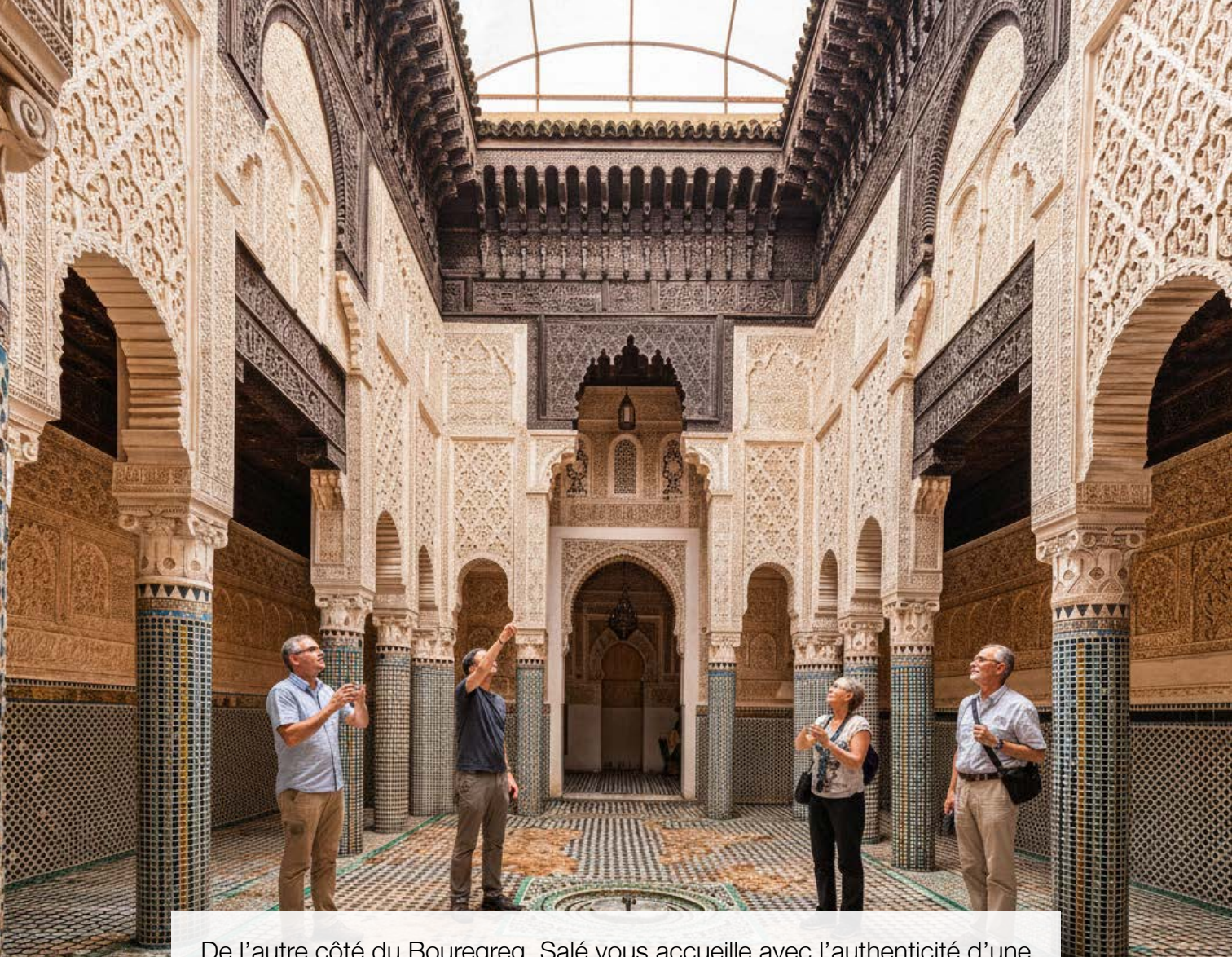
The background of the page is a photograph of a historic stone wall, likely part of a fortification or palace. The wall is made of large, weathered stone blocks and features several arched windows. In the foreground, a tall palm tree stands on a paved area. The sky is blue with some white clouds. The title 'Voyage au coeur des siècles' is written in a white, cursive font across the top left of the image.

Voyage au coeur des siècles

Plongez dans une terre où chaque pierre, chaque geste, chaque parfum raconte une histoire. De la préhistoire aux dynasties islamiques, des influences andalouses aux apports du Protectorat, la région Rabat–Salé–Kénitra s'est façonnée comme une mosaïque vivante. En flânant dans ses cités, vous ressentez la force des civilisations maurétaniennes et romaines, l'élégance des héritages andalous, la profondeur spirituelle des médinas, et la modernité d'un urbanisme pensé au XX^e siècle. Avancez, et vous verrez comment les époques dialoguent, comment le passé s'entrelace à l'avenir.

Rabat, capitale politique et culturelle, partez à la découverte des trésors classés à l'UNESCO. Marchez le long des remparts, admirez la Tour Hassan, perdez-vous dans la Kasbah des Oudaias, ou visitez ses musées modernes.





De l'autre côté du Bouregreg, Salé vous accueille avec l'authenticité d'une médina millénaire, l'animation de ses souks vibrants et le souvenir des cités corsaires qui ont marqué son histoire.

Entre remparts, médersas, foundouks et demeures traditionnelles, la ville dévoile un patrimoine remarquable témoignant de son passé maritime et spirituel. Les sites historiques de Salé invitent ainsi à un véritable voyage dans le temps, à la découverte d'une cité fière de ses racines et résolument tournée vers la préservation de son héritage culturel.

Plus au nord, Kénitra bat au rythme de ses vastes plaines fertiles et de son dynamisme économique. La ville et sa région recèlent également un riche patrimoine à découvrir, à travers ses sites historiques, la majestueuse Kasbah de Mehdiya dominant l'embouchure du Sebou, et le site archéologique de Banassa, ancienne cité romaine et maurétanienne établie sur les rives de l'Oued Sebou, témoin précieux d'un passé millénaire.



Aux alentours, Sidi Kacem et Sidi Slimane vous invitent à explorer un territoire où traditions agricoles, spiritualité et patrimoine archéologique s'entremêlent harmonieusement, offrant un aperçu authentique de la vie rurale et de la richesse culturelle de la région.

Plus au sud, Khémisset, au cœur du pays des Zemmours, est réputée pour ses tapis traditionnels aux motifs authentiques et pour les sources d'Oulmès, véritables trésors naturels nichés dans un environnement préservé.





Le patrimoine s'incarne aussi dans les mains des artisans. Rencontrez-les, regardez leurs gestes, touchez les étoffes et laissez-vous émerveiller : tapis de Rabat, broderies fines, tissages de soie, poteries et dinanderies perpétuent un savoir-faire transmis de génération en génération.

Votre voyage ne s'arrête pas là. Parcourez des circuits urbains et historiques, empruntez des routes archéologiques, vivez une balade écotouristique ou savourez des étapes gourmandes. Ici, le patrimoine n'est pas un décor figé : c'est une expérience vivante, une promesse de découvertes et de rencontres.

*Rabat-Salé-Kénitra
vous attend. Un territoire de
patrimoines vivants,
fait de pratiques culturelles, de
gestes, de paroles et de savoirs
transmis,
ancrés dans l'histoire et
pleinement vécus au présent.*

Le patrimoine culturel de la région

Rabat : Capitale Moderne et Ville Historique : Un patrimoine en partage.

Capitale politique du Royaume et ville impériale, Rabat conjugue mémoire et modernité. Parcourez une cité qui a su préserver son authenticité tout en s'ouvrant aux courants contemporains. Découvrez un ensemble exceptionnel inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 2012 : la Médina, la Kasbah des Oudaias, la Tour Hassan, le Mausolée Mohammed V, le site archéologique du Chellah, les jardins historiques dont le jardin d'Essais, les remparts et portes Almohades, les musées, les institutions culturelles, tel que le Théâtre Mohammed V, ainsi que des grands équipements culturels, comme le Grand Théâtre Royal de Rabat.

Profitez de la ville verte, fluide, cosmopolite, où chaque pas invite au dialogue entre héritage ancestral et dynamique urbaine. Remontez au XII^e siècle. Autour du Ribat al-Fath, les Almohades fondent une cité militaire et spirituelle destinée aux conquêtes en Andalousie. Levez les yeux vers la Tour Hassan, symbole d'une ambition impériale.



Prolongez la visite au Site archéologique de Chellah :

Les traces maurétaniennes et romaines y demeurent visibles à travers les vestiges du forum, des thermes et de l'organisation urbaine de la cité antique. À ces héritages s'ajoute la période islamique, marquée par la présence mérinide, qui transforma le site en nécropole dynastique et en lieu de recueillement.



Mosquée, médersa, remparts et espaces funéraires témoignent d'un lieu où l'histoire, les usages spirituels et les pratiques culturelles se sont superposés, faisant du Chellah un espace de mémoire vivante toujours habité par les récits et les traditions. Flânez ensuite entre l'ancienne médina et la ville européenne.

Au XVII^e siècle, les Morisques expulsés d'Espagne redonnent forme à la médina, en y insufflant leurs savoir-faire artisanaux, leurs modes de vie et une culture urbaine toujours vivante. À partir de 1912, sous le Protectorat, Rabat devient capitale du Maroc. La ville nouvelle émerge alors : larges boulevards, bâtiments publics, jardins et équipements modernes, conçus dans un dialogue respectueux avec l'intégrité et l'authenticité de la médina. Terminez par l'équilibre qui fait l'identité de Rabat. Ville historique et capitale moderne, elle réunit remparts Almohades et institutions contemporaines, musées et lieux culturels, Kasbah des Oudaias et Site historique du Chellah, vestiges antiques maurétaniens et romains. Vivez une expérience où le passé éclaire l'avenir et emportez une image forte d'une ville résolument tournée vers demain.

Salé : Cité corsaire et spirituelle au patrimoine vivant

Fondée au XI^e siècle par les Banou Achara, Salé s'impose très tôt comme une cité rayonnante, à la fois spirituelle, intellectuelle et commerçante. Installée face à Rabat, sur la rive droite du Bouregreg, elle profite de sa position stratégique pour devenir un centre d'échanges rivalisant avec les cités andalouses.

Parcourez aujourd'hui encore ses médersas, son maristane, son ancien arsenal naval, ses remparts et ses mosquées, autant de témoins d'un passé prestigieux.

Revivez les grandes heures de son histoire. En 1260, la ville est pillée par les Castillans, avant de retrouver sa grandeur sous les Mérinides. Salé devient alors un foyer religieux et mystique, marqué par de grandes figures soufies, elle se transforme en cité corsaire redoutée, symbole de résistance et de liberté face aux puissances maritimes européennes. Imaginez ces épopées maritimes, en marchant dans ses ruelles encore habitées par cette mémoire. L'arrivée des morisques expulsés d'Espagne vient enrichir la cité de savoir-faire artisanaux et d'une identité religieuse affirmée.

Flânez dans sa médina authentique et vivante, protégée par ses remparts et portes monumentales telles que Bab Lamrissa, Bab Fes, Bab Sanâa et Bab Maalqa.





Skhirate-Témara : Rivages atlantiques et échappées vertes

À quelques minutes seulement de Rabat, Skhirate-Témara séduit par sa position unique, ouverte sur l'océan Atlantique et connectée aux grands axes routiers et ferroviaires. Véritable trait d'union entre la capitale et les provinces du sud, cette préfecture conjugue dynamisme économique, attractivité résidentielle et charme naturel. Laissez-vous surprendre par un territoire qui s'impose comme une escale incontournable.

Découvrez ses mosquées : La Grande Mosquée Almohade « Jamaâ Al-Aâdam », deuxième plus vieille Mosquée du royaume après celle d'Al Quaraouiyine de Fès, d'une superficie de 5 070 m², (cette mosquée possède neuf portes dont la principale perce le mur de la qibla). Imprégnez-vous de son atmosphère où le patrimoine matériel et immatériel se rencontrent. Parmi ses traditions les plus vibrantes, la célèbre procession des cierges du Mawlid, classée comme un patrimoine spirituel et festif unique au Maroc, reste un moment fort à partager.





Kénitra : Entre littoral, nature et vitalité durable

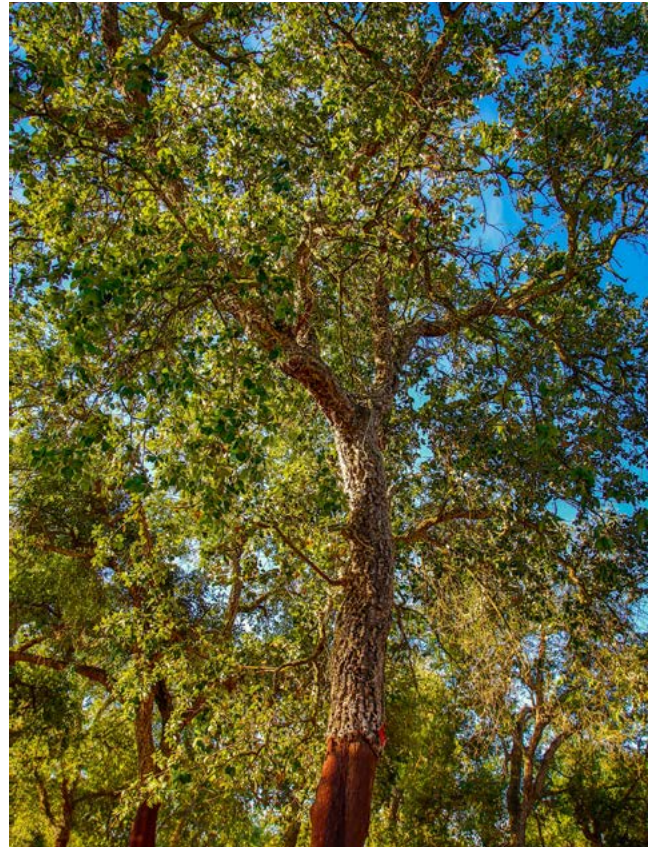
Située au nord-ouest du Maroc, la province de Kénitra s'étend sur plus de 3 000 km², soit près de 17 % de la superficie de la région. Bordée par l'Atlantique et voisine immédiate de Salé, elle bénéficie d'une localisation stratégique, reliée par les grands axes routiers, ferroviaires et la Ligne à Grande Vitesse (LGV). Dynamique et jeune, elle incarne un véritable moteur de croissance, où l'urbanisation et la vitalité démographique s'accompagnent d'une volonté de développement durable.

La Kasbah de Témara bâtie par les almohade, est un centre militaire bâti au XII^e siècle, sur un espace de 72 hectares, entouré par un grand mur d'une hauteur de 6,5 mètres, ce site abrite en son sein l'École Royale de Cavalerie, des écuries ainsi qu'une mosquée Almohade.

Partez explorer son littoral qui déroule de longues plages réputées, de Témara à Harhoura en passant par Skhirate. Baignades, balades au coucher du soleil, activités nautiques ou instants de farniente, chaque rivage vous invite à vivre une expérience différente. Offrez-vous un moment de liberté au bord de l'océan, avant de plonger dans l'arrière-pays.

En retrait du littoral, promenez-vous dans les forêts et espaces naturels qui abritent une biodiversité exceptionnelle. Entre pins, eucalyptus et sentiers sauvages, ces écrins de verdure vous invitent à marcher, courir ou simplement respirer à plein poumons.

Skhirate-Témara, c'est aussi un patrimoine écologique précieux, où mer et nature se rencontrent pour offrir un cadre idéal à ceux qui rêvent d'un tourisme durable, en harmonie avec l'environnement.





Partez à la rencontre d'un territoire façonné par l'eau, la forêt et la biodiversité. Avec ses 140 km de littoral préservé, la province offre un cadre naturel d'une grande diversité. Marchez sous les chênes-lièges de la forêt de la Maâmora, l'une des plus vastes au monde, respirez l'air pur des zones humides

de la lagune de Sidi Boughaba ou de la Merja Zerga, véritables sanctuaires pour les oiseaux migrateurs. Irriguée par le bassin du Sebou et ses affluents, la province dispose de ressources hydriques abondantes qui nourrissent son agriculture et enrichissent ses paysages.

Khémisset : Territoire de nature, d'agriculture et de traditions

La province de Khémisset déploie des paysages variés où se succèdent plaines fertiles, plateaux, collines et massifs boisés. Parcourez ses forêts de chênes, véritables havres de biodiversité, qui invitent à la randonnée, à l'écotourisme et aux activités de plein air. Ici, chaque sentier est une invitation à s'évader et à renouer avec la nature.

Cœur agricole du pays, Khémisset séduit aussi par la générosité de ses terres. Céréales, cultures maraîchères, vergers fruitiers et élevage rythment la vie locale. Découvrez le dynamisme des coopératives qui valorisent ces productions et engagez-vous dans un voyage au plus près des traditions rurales, où innovation et durabilité accompagnent la fertilité des sols et la richesse du terroir.

Mais Khémisset ne se limite pas à l'agriculture. Vivez une expérience dans un territoire qui mise

sur le développement durable : agriculture biologique, gestion forestière raisonnée, écotourisme respectueux... autant de projets qui témoignent d'une vision équilibrée, entre exploitation et préservation.

La province devient ainsi un modèle de ruralité durable et innovante, ouvert aux voyageurs curieux de découvrir un Maroc authentique et tourné vers l'avenir.



Ce territoire offre également des expériences emblématiques : le site naturel de Dait Erroumi, véritable pôle d'écotourisme, propice aux activités sportives, de détente et de loisirs en plein air ; la ville d'Oulmes, réputée pour ses sources d'eaux minérales, ses élevages et ses vergers de pommes nichés dans un environnement verdoyant ; et enfin Rommani, au cœur des hauts plateaux des Zaers, connue pour ses vastes cultures céréalières et ses activités d'élevage qui perpétuent un savoir-faire agricole ancestral.



Sidi Kacem : Entre plaines fertiles et héritage antique

Sidi Kacem se dévoile comme une terre agricole par excellence. Ses vastes plaines, irriguées par le fleuve Sebou, s'étendent à perte de vue, couvertes de champs de céréales, d'agrumes et d'oléagineux qui prospèrent sous un climat généreux. Osez explorer ces paysages nourriciers où la fertilité des sols raconte, à elle seule, l'histoire d'un territoire profondément lié à la terre et aux traditions.

Mais elle n'est pas qu'une terre d'abondance, c'est aussi un témoin du passé. Offrez-vous une véritable plongée dans l'histoire en visitant le site antique de Banasa, l'un des plus remarquables vestiges romains du Maroc. En parcourant ses ruines, vous découvrirez l'organisation d'une cité, ses mosaïques encore visibles et des fragments de vie quotidienne qui transportent le visiteur des siècles en arrière.

Entre nature généreuse, savoir-faire agricole et patrimoine archéologique, la province vous invite à vivre une expérience unique : celle d'un voyage où se mêlent authenticité rurale et mémoire antique.

Sidi Slimane : Entre richesse agricole, héritage ancien et avenir durable

Se dévoile comme une terre fertile, Sidi Slimane est reconnue comme l'un des véritables greniers du Maroc. Partez à la découverte de ses terres fertiles où s'étendent, à perte de vue, champs de céréales, vergers verdoyants et plaines animées par l'élevage. Traversée par l'Oued Beht, la province dévoile des paysages généreux qui nourrissent autant les habitants que l'imaginaire des voyageurs.

Mais la découverte ne s'arrête pas aux champs : partez explorer le site archéologique de Rirha. Ce lieu chargé d'histoire, riche en vestiges préhistoriques et antiques, vous invite à imaginer la vie d'autrefois dans une cité qui fut jadis un carrefour de civilisations.



Aujourd'hui, Sidi Slimane regarde aussi vers l'avenir. Entre projets novateurs en énergie et initiatives écologiques, la province affirme son rôle de territoire en plein essor, résolument tourné vers un développement durable.





L'artisanat

Un art en mouvement

Dans les médinas bruisantes ou au détour d'ateliers discrets, l'artisanat s'offre à vous comme un livre ouvert sur l'âme de la région. Héritiers des dynasties successives et enrichis par les échanges andalous et méditerranéens, ces savoir-faire se transmettent de génération en génération avec la même passion et la même minutie.

Poussez la porte d'un atelier, profitez des tapis de Rabat, suivez des yeux l'aiguille qui dessine des broderies fines, ou écoutez le cuivre résonner sous les gestes précis des dinandiers. Chaque pièce raconte une histoire, unique et singulière, entre héritage ancien et création contemporaine.



Rien n'est figé : ici, tradition et modernité dialoguent en permanence. Offrez-vous un moment d'échange avec les artisans, découvrez leurs secrets, et repartez avec une œuvre qui ne sera pas seulement un souvenir, mais un fragment authentique de la culture vivante du Maroc.

Des savoir-faire emblématiques

Entrez dans les médinas, poussez la porte des ateliers et laissez vos sens s'imprégner du travail patient des artisans : chaque geste, chaque matière raconte une histoire que vous pouvez toucher, voir et emporter avec vous.





Le tissage de la soie à Salé :

Transmis par les morisques expulsés d'Andalousie, il incarne l'une des expressions les plus délicates et raffinées de l'art textile marocain.

Les broderies et tapis de Rabat :

Réputés pour la finesse de leurs motifs et la subtilité de leurs couleurs, ils perpétuent la renommée des ateliers féminins.

Le cuir et la maroquinerie :

Héritiers d'un savoir-faire séculaire, ils occupent une place de choix dans les souks et les coopératives, où l'odeur du cuir tanné emplit l'air.





La poterie et la céramique :

Produites en ville comme à la campagne, elles reflètent une créativité constante, alliant formes traditionnelles et touches contemporaines.



La sculpture sur pierre :

Entre robustesse et finesse, elle illustre un savoir-faire discret mais essentiel au patrimoine architectural.



La ferronnerie et la dinanderie :

Associées aux portes monumentales, luminaires et objets décoratifs, elles témoignent d'un art du métal profondément enraciné.

Goûtez à l'histoire dans chaque bouchée

Partez à la découverte de la région aussi avec vos papilles. Ici, chaque recette est une mémoire vivante, héritée des influences andalouses, méditerranéennes et maritimes. Goûtez aux dorades grillées délicatement relevées d'épices, savourez un couscous aux sept légumes qui réunit toute la famille autour de la table, laissez-vous surprendre par les tajines parfumés qui mijotent lentement jusqu'à révéler toute leur richesse. Et pour finir, craquez pour des pâtisseries aux amandes et au miel, si fondantes qu'elles vous feront oublier le temps.

Promenez-vous dans les souks, laissez-vous guider par les effluves de coriandre, de menthe et de cannelle, arrêtez-vous devant les étals colorés et cédez à l'envie de goûter. Installez-vous ensuite dans une petite gargote animée ou dans un restaurant raffiné : chaque table devient une invitation à partager l'authenticité et la créativité d'une gastronomie généreuse et raffinée.



Produit du terroir : authenticité et fraîcheur

Voyager dans la région, c'est aussi savourer une richesse agricole et marine qui fait battre son cœur. Chaque produit est une invitation à goûter l'authenticité, à rencontrer des producteurs passionnés et à ramener avec vous un souvenir gourmand. Laissez vos sens vous guider, entre marchés colorés, coopératives accueillantes et tables familiales généreuses.





Les huiles d'olive de Khémisset et de Sidi Kacem :

Goûtez leur finesse par leur arôme fruité et emportez-en une bouteille, symbole d'un savoir-faire ancestral.

Les agrumes et primeurs de Sidi Slimane et de la plaine du Gharb :

Croquez dans une orange fraîchement cueillie, promenez-vous dans les souks animés de couleurs et parfums de saison.

Les céréales, betteraves et légumes variés :

Dégustez un couscous préparé avec ces produits locaux et ressentez, à chaque bouchée, la générosité de ce « grenier du Maroc ».

Les produits de la mer du littoral atlantique :

Asseyez-vous face aux vagues à Rabat, Skhirat ou Kénitra, savourez une dorade grillée ou des sardines toutes fraîches et découvrez la mer dans votre assiette.



Une cuisine entre héritage et créativité

Que vous choisissiez un restaurant traditionnel, une table familiale ou un établissement contemporain au cœur de la capitale, chaque repas devient une expérience qui marie l'authenticité du terroir à la créativité d'aujourd'hui. Imprégnez-vous par vos sens et partez à la découverte de saveurs où la mémoire des ancêtres rencontre l'innovation culinaire.

La cuisine régionale est une véritable passerelle entre hier et aujourd'hui. Les recettes ancestrales, héritées des grandes traditions marocaines, se transmettent encore avec passion, tandis que de nouveaux chefs et maisons d'hôtes les réinventent pour séduire les palais modernes.





À déguster absolument

- La pastilla feuilletée au pigeon ou au poisson, véritable emblème de finesse
- Le couscous aux sept légumes, symbole des repas conviviaux
- Tajine de boulettes kefta parfumé aux herbes et épices locales
- Le kebab maghdour aux arômes généreux
- La rezzat el cadî
- Le maâssal
- Lamdarbal
- La rfissa



Contact

Conseil Régional du Tourisme
Rabat-Salé-Kénitra

22, avenue d'Alger siège
de la Délégation Régionale du
Tourisme, Hassan-Rabat.
Tél : + 212 37 72 59 44
info@visitrabat.com
www.visitrabat.com