

I Walk With Her

1000 kilomètres à pied à la rencontre des femmes



Après avoir parcouru 1000 km à pied au Maroc consacrés à la rencontre des femmes de mon pays, me revoilà toujours à pied sous le ciel tunisien pour une nouvelle aventure à la découverte des femmes tunisiennes.

A handwritten signature in black ink, located in the bottom right corner of the page.



Sortir de mon quotidien à la découverte d'autres quotidiens, oublier mes repères et m'en créer de nouveaux, me détacher de ma zone de confort afin de l'élargir.

C'est ainsi que s'est nourrie l'envie de s'évader, d'aller explorer le monde et enfin de faire le grand pas vers l'inconnu à la recherche de connexion avec la nature et les Hommes, de moments de solitude et de méditation.

En allant voir la société de plus près pour analyser son rapport aux femmes, son évolution et ses changements, j'ai voulu m'évader pour trouver ma propre identité à travers les femmes de mon pays, et la compléter à travers les femmes d'ailleurs.

Avec I Walk With Her, c'est avec ELLES que je veux sillonner le monde !



Sommaire

Présentation du projet	4
I Walk With Her	5
I Walk With Her Morocco	6
I Walk With Her Tunisia	8
Productions	10
Domaines associés	11
Femmes	12
Société	13
Tourisme et Ecotourisme	14
Sport et Philosophie	15
Porteurs du projet	16
Qui suis-je ?	17
Je vais marcher avec elle !	18
Témoignages	19
Détails Techniques	20
Communication	21
Itinéraire	22
Contacts	25
Annexes	26

Porteurs de Projet



Loubna BENSALAH

Je suis une **jeune marocaine** assoiffée de savoir et de connaissance, persuadée que le meilleur **apprentissage** se fait sur la **route**, dans le **partage**, les **rencontres** et le **contact** avec la **nature**.

En quête de **sagesse**, je veux **sillonner le monde à pied**, aller au plus proche de ces sociétés, comprendre les rapports de l'Homme d'aujourd'hui avec la nature, **découvrir** des **cultures** et surtout la **situation** des **femmes** dans **différents pays**.



Née le 17 janvier 1992



Marocaine



Diplômée en Management et Gestion d'Entreprise



Professeur vacataire en communication professionnelle à l'Université Mohammed V de Rabat



Secrétaire générale de l'association Maroc Art Chimiste



Parle l'arabe, le français, l'anglais, ...



Sports : Marche, chasse, escalade, yoga, surf, ...

Prix remportés



1er prix TOYP 2017 de la JCI Morocco dans la catégorie développement personnel et/ou réalisation personnelle



Prix Early Makers de l'EM Lyon

Loubna vue par Belkiss

I WALK WITH HER UNE GRANDE AVENTURE HUMAINE

J'ai suivi les 1000km de Loubna au Maroc, j'ai adoré le concept. J'ai appris par la suite qu'elle avait pour projet de faire la même chose en Tunisie, je l'ai donc contacté pour participer et l'accompagner. Aujourd'hui je suis rentrée chez moi après un mois et demi intense, à vagabonder entre villes et villages du nord-ouest tunisien. C'était une aventure didactique car j'ai appris beaucoup sur mon pays, sur moi-même et j'ai fait connaissance avec Elle:

Il est très difficile de la décrire, je dirais qu'elle est inspirante, unique dans son genre et qu'elle a un grand cœur avec la volonté de changer les choses, elle sait s'y prendre pour faire bouger les mentalités qui existent dans nos sociétés. Loubna une âme pure et un esprit d'analyse infailible qui lui permet de comprendre en un tour de main les gens qu'elles croisent et de gérer les différentes situations qu'elle vit, cette combinaison fait d'elle un profil de leader qui fera de grandes choses dans le futur.

Présentation du projet



I Walk With Her

Une aventure sans limites ...

Après une aventure de **1000 Km à pied** au Maroc en 2016, *I Walk With Her* s'est envolé pour explorer la Tunisie en 2017 et compte **sillonner le monde** dans la même perspective.

J'ai su que j'étais sur le bon chemin depuis le jour où quelqu'un que j'ai croisé m'a dit :

« **Continue** et n'aies pas peur. C'est bien que tu sois **sortie de chez toi** : **la Terre est ronde, tu y reviendras** »

Étant sensible aux sujets qui touchent aux **femmes**, en voyage, mon regard se porte sur la **société**, la **culture**, les **traditions**, les **modes de vie** et leurs rapports aux femmes.

Lors de cette marche, je suis **en quête** de différences, de similitudes, de complémentarités qui existent, eu égard à **l'évolution des droits des femmes** selon les pays et les modes de vie.

Ma philosophie de voyage repose sur **la découverte et le partage**, en mettant l'accent sur le rôle des femmes dans l'histoire de leur pays, ses coutumes, ses arts et ses spécificités. Je veux transmettre ceci avec mon **regard de femme**.

I Walk With Her Maroc

Départ : Casablanca

Durant l'été 2016 j'ai longé la côte atlantique marocaine à pied, en compagnie d'une jeune compatriote courageuse. Sac et tente sur le dos, nous sommes parties à la découverte de nous-même à travers les femmes de notre pays.

32 familles familles d'accueil,
44 personnes compagnons
de route

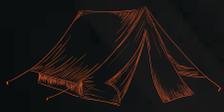


1076 Km parcourus
avec une moyenne de
25 Km / jour



Certains jours nous avons
marché 36 Km,
d'autres que 6

J'ai porté
un sac à dos
de 15 Kg
et j'ai utilisé
3 paires de chaussures



Nous avons dormi 51 nuits
chez l'habitant et
12 sous la tente

plus de 500 rencontres dont
une centaine de femmes, aboutissant
à refaire le monde avec
elles et échanger lors de plus
de 250 grandes discussions

Plus de 7000 personnes
suivent l'aventure sur
Facebook et j'ai
eu l'occasion d'en parler dans
9 conférences au Maroc et
en Tunisie

Durant ce voyage j'ai tenu un journal
de bord de plus de 1000 pages , j'ai
pris plus de 5000 photos dont 100
portraits de femmes



J'ai pour projet, sur cette base,
de réaliser une BD qui relate
le périple et un guide
du marcheur qui retrace
la marche



**arrivée :
Plage Blanche**



À la découverte des femmes tunisiennes

Après un parcours de 1000 Km au long de la côte atlantique Marocaine en 2016, *I Walk With Her* a visé la Tunisie en 2017, un pays du Maghreb avec lequel nous partageons une histoire et des origines.

Le projet s'intéresse particulièrement au-delà de ces similitudes, à la situation des femmes y a évolué différemment, en particulier récemment.

Tout en mesurant ces différences, sentir l'évolution dans les modes de vie et dans les rapports hommes/femmes dans ce pays, dans une démarche sociale et anthropologique.

De mi-août jusqu'à
demi-novembre 2017,
3 mois de marche à
la rencontre
des femmes tunisiennes

**Étape 2 : Itinéraire
Sud- Grand Sud**
Un trajet de
1278 Km

Point d'arrivée :
1066 Km

**Étape 1 : Itinéraire
1000 Km à pied**

Point de départ



Ce circuit n'a malheureusement
pas été fait,
faut de moyens financiers



Détails Techniques



Les productions de I Walk With Her

Reportages



L'image est très importante dans la transmission d'informations. Je compte produire des reportages sur les sujets les plus frappants et les découvertes que je fais en chemin.

Journal de bord



Écrire tout ce que je vis. Mettre à l'écrit mon expérience jour après jour me donnera un support et une référence pour mes productions futures.

Conférences



Partager mon expérience via des prises de parole en public pour porter la voix des femmes et faire découvrir une certaine manière de voir les choses.

Photos et Vidéos

Partager avec les followers *IWWH* des photos et des vidéos tout au long de la route, pour qu'ils puissent suivre le voyage.



I WALK
WITH HER

Bande Dessinée

Transformer les récits du journal de bord en BD pour illustrer l'expérience *IWWH* et la transmettre via un art qui reste à développer au Maroc, en Afrique et dans le monde arabe.



Exposition photo

Réaliser 1000 portraits de femmes et les associer à leur histoire, dans le but de créer une exposition à mon retour.

Guide de Marcheur

Produire un guide qui retrace l'itinéraire *IWWH* avec les découvertes, les photographies et une description des régions selon mon vécu.

Articles du blog



Partager avec les internautes les expériences du voyage via des articles qui racontent mon quotidien et d'autres qui traitent des sujets phares du projet.

Recherche



Mener une recherche sociale suivant une démarche académique sur les femmes et le développement de leurs droits en Tunisie.

Les réseaux sociaux sont aujourd'hui incontournables, *I Walk With Her* est un concept jeune qui opte pour ces **moyens de communication 2.0**, et compte appliquer une stratégie qui repose sur l'apport d'un **contenu régulier** en se basant sur la règle de 3 :

- **Expression** : s'exprimer sur les sujets qui sont au cœur du projet.
- **Partage** : diffuser le contenu et appeler à l'action pour répandre l'information.
- **Réseau** : créer une communauté réactive, intéressée et concernée.

Dans le but de **favoriser les échanges** avec les followers, les **faire participer et contribuer** au développement du concept, nous allons créer un espace collaboratif via un groupe facebook ou des jeunes **créatifs** et intéressés par le projet et sujets qu'il traite, peuvent s'exprimer.



Facebook

<https://goo.gl/yjLCWf>

La page Facebook du projet compte près de 5000 **abonnés**, un chiffre qui ne cesse d'**augmenter**, avec une **portée** de publication qui dépasse les **10.000 personnes** et **6000** d'entre elles ont montré un **intérêt sur les publications**.

Un groupe facebook sera créé pour favoriser l'interaction et ouvrir un espace d'échange et de débat.



Blog

À l'aide d'un **professionnel**, nous sommes en phase de **développement d'un site web** riche, actif et actualisé qui comportera toutes les informations sur le projet, **photos, vidéos, articles** ... etc.



Instagram

<https://goo.gl/DAPrKq>

Le compte **@iwalkwithher** est relativement bien suivi, et le sera d'autant plus avec le lancement de l'aventure suite au **partage des photos** et des vidéos **lives**.



Medias

I Walk With Her a fait couler l'encre des **médias marocains, tunisiens et maghrébins**.

Ils s'intéressent beaucoup au projet et veulent **suivre l'aventure de près** à partir de fin Août.

Les **vidéos et reportages** qui ne datent que de quelques jours sur le sujet ont dépassés les **50.000 vues**.

Etape 1 : 1000 kilomètres à pied



VILLE	Distance	Eljem	15 Km
Tabarka	Départ	Elhencha	20 Km
Ain Drahem	26 Km	Sfax	42 Km
Bni M'tir	12 Km	ils de kerkenah	Bateau
Fernana	15 Km	Mahdia	117 Km
Bouherma	06 Km	Bekalta	15 Km
Bulla regia	22 Km	Monastir	30 Km
Jendouba	09 Km	Sousse	24 Km
Thibar	37 Km	Hergla	28 Km
Teboursouk	20 Km	Enfidha	21 Km
Nabeur	67 Km	Takrouna	03 Km
Le Kef	25 Km	Zriba	23 Km
Sers	35 Km	Zriba Alia	17 Km
Makhtar	34 Km	Hamman Zriba	05 Km
Siliana	34 Km	Zaghouan	11 Km
Sidi hmada	25 Km	Sidi Medyen	30 Km
Oueslatia	27 Km	Tunis	50 Km
Ain jloula	24 Km	Cap Farina	58 Km
Kirouan	34 Km	Cap Zbib	24 Km
ouled chamekh	30 Km	Bizerte	24 Km
Essaussi	27 Km	Total	1066 Km

Etape 2 : 1200 km, pour les femmes du Sud

VILLE	Distance	Zaroua	40 Km
Tataouine	P.D	Douz	83 Km
Ksar ouled soltan	24 Km r	Zaafrane	13 Km
Ksar ouled debbab	29 Km	Sabria	26 Km
Douiert	13 Km	Blidet	39 Km
Chenini	20 Km	Kelibi	20 Km
Guemrassa	27 Km	Tozeur	93 Km
Ghomrassen	12 Km	Nefta	25 Km
Ksar Hadada	08 Km	As-sabikha	78 Km
Ksar Ghilane	92 Km	Tameqzah	14 Km
Ksar khrachfa	80 Km	Mides	09 Km
Zammour	07 Km	Metlaoui	72 Km
Sommet Mzenzen	-	Gafsa	39 Km
Ksar hallouf	06 Km	Bouhedma	82 Km
Mednine	40 Km	Gabes	114 Km
Toujane	40 Km	Total	1226 Km
Ejjafra	05 Km		
Techine	24 Km		
Haddej	21 Km		
Tamezret	19 Km		
Matmata	12 Km		

A LA DÉCOUVERTE DES FEMMES DU SUD ET DU GRAND SUD :

Ce circuit permettra de découvrir l'**autre moitié de la Tunisie** " le sud et le grand sud ", la **culture**, les **traditions** et surtout **les femmes du sud**.

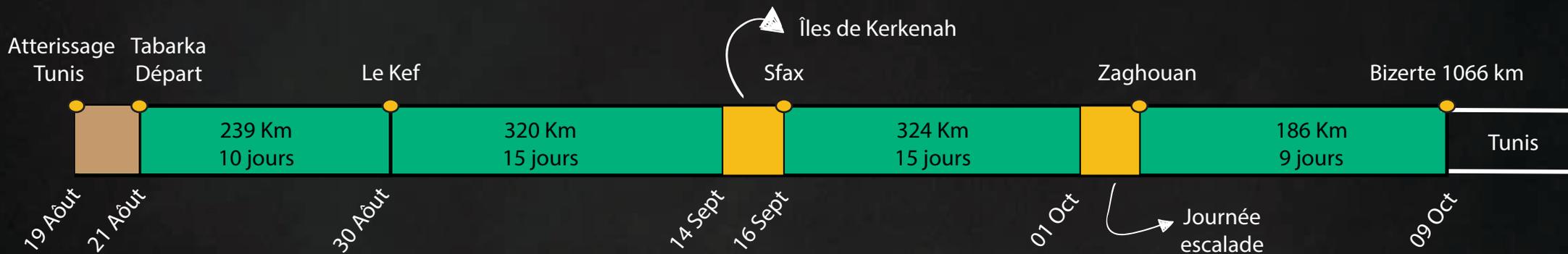
Une partie de ce trajet se fera **à pied**, une autre partie **à vélo** (une nouvelle expérience pour moi), et le reste se fera en voiture au vu des conditions difficiles (chaleur, distance à parcourir dans des paysages désertiques, ...).



Timeline | Walk With Her Tunisia

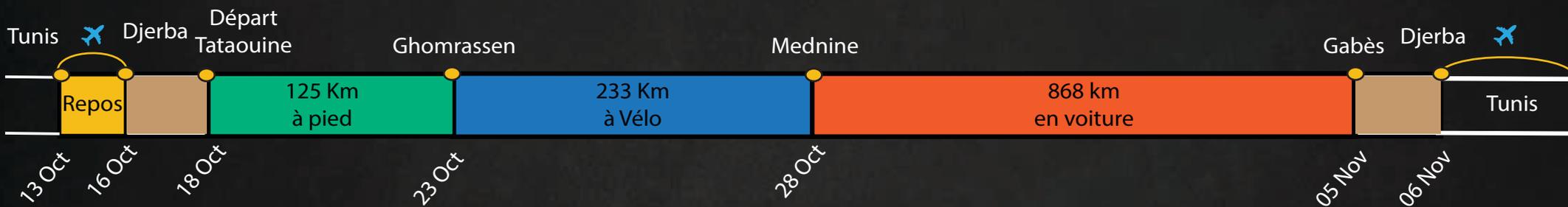
Le circuit 1000 Km à pied

: Ce circuit a heureusement été fait en 3 mois, au lieu d'un mois et demi.

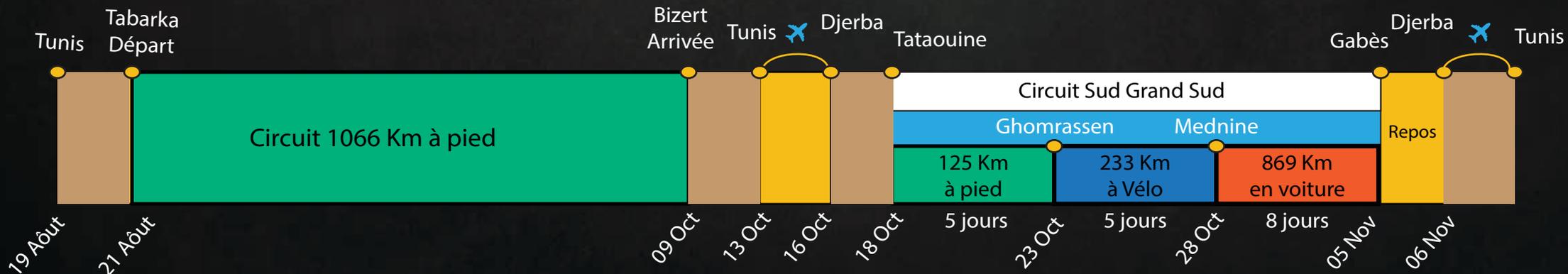


Le circuit du Sud et Grand Sud

: Ce circuit n'a malheureusement pas été fait, faut de moyens financiers



I Walk With Her Tunisia



Domaines associés



Les femmes

I Walk With Her est à la recherche des **femmes, uniques et plurielles** : leurs identités, leurs cultures, leurs modes de vie qu'ils soient ruraux ou citadins. C'est d'abord pour redéfinir **le Monde au féminin** : l'idée est de mettre l'accent **sur la vie des femmes, leurs combats** du quotidien, **leurs intérêts**, et aussi de mettre en lumière **leurs contributions dans la société**. C'est également pour pouvoir mieux analyser ce qui différencie ces femmes selon leur environnement, ce qu'elles ont vu, ce qu'on leur a permis de voir de par leur éducation.

La marche vise à **porter** la voix de ces femmes, **raconter** leurs histoires et **lutter** pour leurs droits.

Le projet a pour but de **changer l'image reçue des femmes**, dans le monde et en particulier dans les pays du Maghreb, en incarnant **la femme capable de voyager** seule, d'**explorer le monde** et qui est à la recherche de réponses à ses questions.

La volonté est de donner la parole aux femmes **rencontrées sur la route**, à travers la réalisation de **1000 portraits de femmes**, accompagnés de leurs **histoires respectives**. Ce sera un support qui permettra d'analyser les rapports que ces femmes ont avec différents domaines (**l'éducation**, l'art, l'agriculture, la politique, la famille, le sport, la nature, la religion, leur **culture** et leurs **traditions**, leur place dans la société ...) à travers des **reportages**. Tout en restant loin du jugement et de la critique, je veux amener ces femmes à **révéler comment elles se positionnent dans leur environnement**.

L'objectif étant de se pencher sur différents sujets qui concernent les **droits des femmes**, principalement les droits auxquels elles ont effectivement accès mais desquels elles se privent elles-mêmes pour suivre **le modèle que leur dicte la société** dans laquelle elles vivent.

L'avenir leur appartient ! Elles éduqueront à leur tour la génération suivante...

La société et les Hommes

L'environnement dans lequel les Hommes vivent construit leur identité : **une identité** bien spécifique à leur région d'attache, marquée par tous **les mouvements culturels, les civilisations** qui sont passées et qui ont laissé leurs traces : cela se manifeste à travers leurs **modes de vie, leurs traditions, leurs religions, leurs métiers, leur gastronomie, leur style vestimentaire, leurs valeurs**, etc.

I Walk With Her veut aller à la découverte de cette **identité multiple** et pouvoir mesurer la place qu'y occupe l'**identité d'origine Amazighe**. Tout en étant intéressé, particulièrement, par **le rôle déterminant des femmes dans la préservation de cette culture** ancestrale.

La marche servira à construire un **travail de recherche** sociale avec une **démarche académique** en tenant compte du fait que dans les sociétés, les hommes et les femmes ont toujours eu **des statuts et des rôles bien spécifiques**. C'est seulement depuis quelques années que les femmes **ont commencé à chercher une forme d'égalité**.

C'est pour cela, qu'il est important de **s'immerger dans la vie** des femmes pour voir comment **elles sont perçues** par la société et par les hommes. Mais aussi et surtout pour voir **comment elles se perçoivent entre elles** et comment ces femmes **se perçoivent elles-mêmes**.

Tourisme et écotourisme

Tourisme

I Walk With Her touche par essence au domaine touristique. c'est une bonne occasion de promouvoir une forme de **tourisme conscient** et d'encourager le **tourisme interne** en partageant les découvertes avec un **regard de femme** backpacker pour faire ressortir les **richesses matérielles et immatérielles** locales.

Ce regard particulier sera retranscrit dans un **guide du marcheur** qui retrace mon itinéraire, ainsi que des petites **vidéos-reportage** donnant un regard complet sur chaque région traversée, leurs **sites remarquables**, la **culture** et les **traditions** qui leur sont rattachées.

Écotourisme

IWWH s'inscrit dans une **dynamique écotouristique** et met l'accent sur le **patrimoine naturel**, en encourageant toutes formes de **tourisme durable** et **solidaire** qui fait profiter les populations hôtes.

Avec un moyen de transport doux et un hébergement chez l'habitant, ce type de voyage **sensibilise** les gens sur les problématiques liées à l'**environnement**, enrichit leurs connaissances et leur fait découvrir de près les **modes de vie** des locaux et leur **quotidien**.



Sport et philosophie

Sport

Durant mon périple je mets en avant les sports que je pratique : la **randonnée**, le surf, l'**escalade**, le **yoga**, et d'autres **sports en nature** pour inciter les jeunes à **aller vers l'aventure** et à la découverte des atouts naturels de leurs régions.

Philosophie et spiritualité

Je me suis lancée dans cette aventure à la recherche de **sagesse** et de **paix intérieure** :

- Ce voyage est une **thérapie**, une formation de développement personnel et un **défi** à la fois physique et mental.
- **Une quête** de savoir, de découverte, d'apprentissage, de moments de **solitude** afin de me permettre d'élargir ma **zone de confiance**, d'éclaircir ma **vision du monde**, de répondre à mes questionnements.
- C'est une **liberté** : une marche qui m'ouvre sur **le rêve, l'innovation et la créativité**.



I Walk With Her

Loubna BENSALAH

Enseignante de communication
à l'université MV de Rabat

Globe-trotteuse : Porteuse du projet
" I Walk With HER "



Maroc : +212 6 30 09 71 98

Tunisie : +216 5 33 89 85 2



iwalkwithher@gmail.com

bensalah.loubna@gmail.com



fb.com/iwalkwithher



[@iwalkwithher](https://www.instagram.com/iwalkwithher)



« Leave home, you will come back...

earth is round »



Annexes



On a parlé de I Walk With Her ici



<https://goo.gl/73AeEx>



<https://goo.gl/aTxLG5>
<https://goo.gl/eg7Pw3>



<https://goo.gl/yvJfCR>



<https://goo.gl/akVG6b>
<https://goo.gl/AJxiNe>



Numéro 485
23 Juin 2017



<https://goo.gl/qJTxJ7>



<https://goo.gl/U8reSk>



<https://goo.gl/MttcBz>



Radio Joussour



<https://goo.gl/5pExYm>



<https://goo.gl/2fkSkZ>



Témoignages



Abderrahim Laqadi

Loubna Bensalah, un nom qui s'est gravé dans ma mémoire dès notre première rencontre. Une rencontre par hasard qui s'est transformé en une journée magnifique, je dirais unique : beaucoup d'échanges, plein d'émotions, de joie et d'inspirations. Merci de m'avoir inspiré, merci à Loubna la courageuse, la chère amie et le nouveau membre de la famille.

Rencontre
sur
la route



Allae Hammioui, CEO de DJEBLI CLUB

Voyager est un apprentissage infini du vrai sens de la vie. Ce que Loubna fait est énorme, et s'inscrit directement dans un changement global qu'on souhaite toutes et tous, qui impacte la société. Elle marchera et on la suivra avec nos cœurs, avec nos yeux, et si on a un peu de son courage, même avec nos pieds.

Loubna est une femme époustouflante ! Pleine de vie, pétillante, ouverte d'esprit, toujours dans l'action et le don de soi, elle s'intéresse beaucoup aux faits de société et aux mélanges de cultures. Son projet de marche à la rencontre des femmes du monde est un véritable appel à une prise de conscience globale sur la place des femmes. Elle a raison : la meilleure façon de voyager, c'est à pied, au contact des populations locales et de la nature. Elle mérite vraiment qu'on s'intéresse à son projet de porter la voix de femmes de tous horizons et situations sociales !

Olivier Girard, Ami et Compagnon de route



Nabil Derj, Ami d'enfance

Loubna est programmée pour l'aventure. Sa curiosité la pousse à se dépasser physiquement comme socialement. Que ce soit pour grimper des murs d'escalade ou pour rencontrer de nouvelles personnes aux multiples profils. Je l'ai connue sur un mur d'escalade, dépassant ses limites. Elle a su m'assurer une très belle amitié.



Ibtissam Sakhi, CEO de « elle voyage seule Mag »

J'ai été transportée par la belle énergie de *I Walk With Her* derrière mon écran en suivant au quotidien leurs aventures partagées sur Facebook. Cette force qu'on eu ces 2 marocaines à marcher ensemble et les belles images porteuses de liberté, diversité et beauté naturelle m'ont rassurée et m'ont donné envie de partir. J'attends de visiter la Tunisie à travers les yeux et le cœur de *I Walk With Her*.



Maad Chaara, Compagnon
de route

J'imaginai que marcher 25 km ne serait pas si compliqué. Pourtant j'étais épuisé à mi-chemin et j'avais besoin des encouragements de Loubna et Hind. Je n'oublierais jamais le moment où nous sommes arrivés, on se félicitait en découvrant qu'on était assez forts pour le faire ! Loubna est adorable, très cultivée et ouverte d'esprit. Grâce à nos discussions en marchant, elle m'a appris à croire en moi-même et à ne rien lâcher. Je m'incline devant sa volonté, sa détermination et son savoir-vivre.



