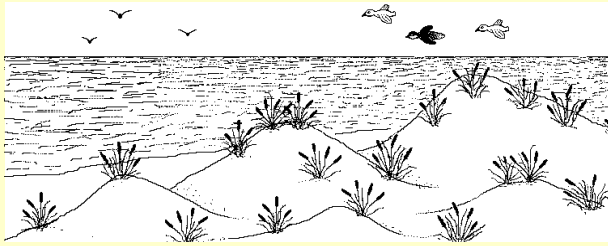




Association  
**Jeunes et Nature  
de Calais**

**Programme des activités 2012**



« des Randonnées pédestres ... en pleine Nature »  
pour tous les Jeunes d'esprit, de 7 à 77 ans et d'âme très Nature

mai 1968 – mai 2012  
**44<sup>ème</sup> année**  
de randonnées pédestres

**Renseignements :**

<b>PRESIDENT :</b> <b>Patrick BARDIAUX</b> 5 rue Tom Souville, 62100 Calais Tél. : <b>03.21.97.96.30</b> jeunesetnature@aol.com	<b>VICE-PRESIDENTE :</b> <b>Marie Thérèse BOUIN</b> 31 rue Leavers, 62100 Calais Tél. : <b>03.21.36.49.62</b> Port : <b>06.31.22.84.80</b>
---	--

**Site internet :**

Toutes les photos de nos randonnées, et nos parcours, sur :

**www.jeunesetnature.com**

**Quelques conseils pour bien randonner :**

- Ayez de bonnes chaussures de marche (montantes de préférence), pour éviter les entorses. ... et de bonnes chaussettes épaisses afin d'éviter les échauffements.
- Pensez au petit casse-dalle, même pour les petites randos.
- Prévoyez un minimum d' 1,5 litre de boisson, par personne, lors des longues randonnées d'été.
- N'oubliez pas les vêtements de pluie (et de la crème solaire).

**La Légende de notre programme d'activités :**

<b>Le Kilométrage</b> = 11 kilomètres.	<b>La Participation :</b> = 3 Euros pour les non-adhérents(+ 16 ans). = Non définie, lors de la parution du programme.
<b>Le Moment :</b> = à l'aurore. = en matinée. = en journée. = au crépuscule = en nocturne	<b>La Difficulté :</b> = Parcours facile. = Parcours avec quelques petites difficultés. = Parcours nécessitant une bonne condition physique. = Parcours réservé aux randonneurs avertis.

**Des Randonnées dans le Calaisis :**

L'association "Jeunes et Nature" organise pour les personnes de 7 à 77 ans, en toutes saisons, selon un programme préétabli, des randonnées pédestres dans le calaisis, le boulonnais, mais également dans les régions et pays voisins... pour faire connaître les richesses naturelles : Dunes, Falaises, Zones humides, Forêts, Faune et Flore...

Elle le fait, sous forme de circuits empruntant des chemins, des sentiers balisés, s'éloignant volontairement des routes habituelles.

Que ce soit, printemps, été, automne ou hiver, soleil, nuage ou brume, pluie ou vent, soir ou matin, en chemin, vous lierez conversations, ferez échanges d'informations, de connaissances avec celui ou celle qui comme vous, vient régulièrement ou occasionnellement marcher sur nos chemins.

L'association vous propose des randonnées de découvertes. Sur un rythme vif mais raisonnable, vous découvrirez de grands espaces, dans des milieux environnementaux variés. Les petites pauses permettent de conserver l'unité du groupe. Au fil de la randonnée, selon l'allure de chacun, vous serez, si vous le désirez, amené en marchant à lier connaissance avec d'autres participants, tout en vous oxygénant physiquement et mentalement.

L'animateur a parfait sa connaissance du milieu; il est là, à chaque instant, pour répondre sur le vif à vos questions, remarques et vous signaler les choses intéressantes à découvrir ou à savoir, là où vous passez. Il vous montre, explique et fait comprendre la richesse de la nature, les dangers qui la guettent afin de mieux la protéger. C'est l'occasion, en même temps, de faire une promenade éducative et agréable.

Lorsque vous serez venu avec nous, une fois, 2 fois... vous y reviendrez, c'est sûr ! avec plaisir, content d'y retrouver des visages connus sans que cela en soit le but. Celui de l'association étant de faire connaître et respecter la nature, tout en marchant.

**Citation :** « De Calais à Boulogne, la route court à travers les plus beaux paysages du monde. Les vallées s'enflent et s'abaissent en ondulations magnifiques. (...) Je suis ébloui, chaque jour, de toutes les merveilles que Dieu a faites avec du vert et du bleu. »  
**Victor Hugo**

**L'adhésion J&N 2012 :**

Bien qu'elle ne soit pas obligatoire pour participer aux activités, notre adhésion vous donne droit à la gratuité de nos randonnées (à 3€), et nous permet aussi de financer nos autres activités environnementales... Une assurance est également souscrite pour les risques encourus.

Attention, en désaccord avec les tarifs sans cesse en augmentation, de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre, notre association J&N n'inclut plus, dans son adhésion, la licence de la FFRP. ...

Bulletin à renvoyer avec la cotisation, en chèque, à l'ordre de « Jeunes et Nature de Calais », à : Patrick Bardiaux, 5 rue Tom Souville, 62 100 Calais

<b>ADHESION J&amp;N</b>		<b>Année 2012</b>	
<b>Nom</b>	:	.....	
<b>Prénom</b>	:	.....	
<b>Adresse</b>	:	.....	
	:	.....	
<b>Code Postal</b>	:	<b>Ville</b>	:
	:	.....	
<b>Téléphone</b>	:	..... / ..... / ..... / .....	
<b>Né(e) le</b>	:	..... / ..... / .....	
<b>Email</b>	:	.....	
Je verse une cotisation de :			
<input type="checkbox"/>	<b>15 €</b>	Adhésion <b>JN Adulte</b> (+16 ans).	
<input type="checkbox"/>	<b>8 €</b>	Adhésion <b>JN Enfant</b> (- 16 ans).	
<input type="checkbox"/>	<b>28 €</b>	Adhésion <b>JN Famille</b> (même adresse)	
<input type="checkbox"/>	<b>..... €</b>	Adhésion <b>JN «membre bienfaiteur»</b>	