



Association
Jeunes et Nature
Caps, Sables, Terres & Marais d'Opale
(Calais, Boulogne-sur-mer, Dunkerque, Saint-Omer)

Programme des activités **2023**



« 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 2023
55^{ème} année de Randonnées pédestres

Site internet :

Toutes les photos de nos randonnées, et nos parcours, sur :
www.jeunesetnature.com

Renseignements : Attention : nouveaux emails !

PRESIDENT	Patrick BARDIAUX Mail : courrier@jeunesetnature.com Port : 06.22.37.47.52 Adresse : 5 rue Tom Souville, 62100 Calais
VICE-PRESIDENTE	Marie-Thérèse BOUIN Port : 06.31.22.84.80 Adresse : 31 rue Leavers, 62100 Calais
RESERVATION des Excursions	Joël BOCQUILLON Port : 06.72.85.07.22 Mail : reservation@jeunesetnature.com
PHOTOS :	Mail : photo@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 :

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

Attention,
En cas d' Alerte orange ou rouge «Météo France» , ou défaillance exceptionnelle d'un animateur, la randonnée peut être annulée !
Consultez notre site internet, qui sera mis à jour en temps réel.

L'association « Jeunes et Nature » organise pour les personnes de 7 à 77 ans, selon un programme préétabli, des randonnées pédestres dans le Calaisis, le Boulonnais, le Dunkerquois, l'Audomarois, mais également dans les régions et pays voisins... pour faire connaître les richesses naturelles : dunes, falaises, zones humides, forêts, faune et flore...

Sur un rythme raisonnable, en toutes saisons, en tous temps, vous découvrirez de grands espaces, dans des milieux environnementaux variés, les petites pauses permettant 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, pour vous faire découvrir la richesse de la nature, les points intéressants, pour répondre à vos questions, remarques, tout en vous sensibilisant à la protection de la nature au cours d'une promenade agréable. Le but de l'association est de faire connaître et respecter la nature, tout en marchant. 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 ...

L'association réalise des photographies au cours de ses activités pour les diffuser sur son site Internet. Cette publication, non protégée, est destinée à constituer un album souvenirs. Si un participant ne souhaite pas figurer lui-même et/ou voir figurer des membres de sa famille dans cet album, il suffit d'en informer le reporter photographe de l'association ou d'envoyer un message à l'association. En l'absence de toute recommandation, l'accord sera réputé acquis.

Les participants aux différentes activités sont tenus de se conformer aux instructions données par les animateurs, en particulier sur les règles de sécurité. Ils doivent être respectueux de l'environnement, des propriétés privées et des autres marcheurs.

L'asso accepte quelques participants randonnant avec leur chien. L'animal doit être tenu en laisse et ne doit pas perturber les autres randonneurs en marchant en début ou en fin de groupe. Tout propriétaire de chien est tenu pour responsable des accidents et dégâts occasionnés par son animal. L'association décline toute responsabilité pour les dommages qui seraient causés par les chiens; il appartient aux propriétaires de contracter l'assurance adéquate.

L'adhésion J&N 2023 :

Bien qu'elle ne soit pas obligatoire pour participer aux activités, notre adhésion annuelle vous donne droit à la gratuité de nos randos à 3€, et couvre votre responsabilité civile lors de nos randonnées. Attention, notre association n'inclut pas, dans son adhésion, la licence de la Fédération Française de Randonnée.

Bulletin à renvoyer avec un chèque, à l'ordre de « Jeunes et Nature » à M. Patrick Bardiaux : 5 rue Tom Souville, 62100 Calais

ADHESION J&N		Année 2023	
Nom	:	
Prénom(s)	:	
Adresse	:	
	:	
Code Postal	:	Ville :
Téléphone	: / / /	
Né(e) le	: / /	
Email	:	
Je déclare être en bonne condition physique pour la marche.			
le	: / /	
Signature	:	
Je verse une cotisation de :			
<input type="checkbox"/>	15 € : Adhésion JN Adulte (+16 ans).		
<input type="checkbox"/>	28 € : Adhésion JN Famille (même adresse)		
<input type="checkbox"/> € : Adhésion JN «membre bienfaiteur»		