

Vous venez passer la journée ou quelques heures sur nos parcours:

Nous sommes en Belgique, climat tempéré, informez vous de la météo pour porter la tenue confortable adéquate.

Tout au long des parcours prévus, la bonne humeur est de mise MAIS vous devez respecter impérativement les consignes de sécurité qui vous sont données.
Vous êtes encadré, équipé, sécurisé et avec le sourire!

On pense :

basket,
chaussures de marche,
vêtements confortables et vêtements de rechange au cas où et vêtements de pluie si la météo est changeante.
Même si il fait chaud, un pantalon léger ainsi qu'un tshirt sont préférables au short et petit top.
Si vous avez les cheveux longs ou mi-longs : prenez un élastique.
Suivant la saison: lotion anti-insectes et lotion solaire

On oublie:

tongs,
chaussures ouvertes,
escarpins et tailleurs Chanel, ce n'est pas adapté et vous risquez d'abîmer.

On laisse également dans le bus ou dans la voiture ou même à la maison :

MP3,
broches,
bijoux,
bref, tout ce qui a de la valeur.

GSM et clé de voiture peuvent être remis à un moniteur: pas de risque de chute et de blessure si vous êtes en hauteur pour les moniteurs qui assurent du sol.

On évitera aussi les vêtements blancs immaculés.

Votre sécurité:

Respectez les consignes et conseils donnés par les moniteurs (bilingue), si un casque vous est remis pour votre activité, ce n'est pas sexy mais portez le.

On ne fume pas sur les parcours, vous êtes en zone boisée, risque de départ feu par temps sec, risque de se brûler ou de brûler le matériel mis à votre disposition. Tout matériel qui "disparait" vous sera facturé.

Vous avez glissé, vous êtes coincé: gardez votre calme, laissez nous intervenir et vous remettre au sol ou en piste en toute sécurité.

Nous vous accueillons et attendons de vous un comportement respectueux pour notre équipe et infrastructures, toute personne mettant le groupe ou se mettant en danger inutilement se verra interdire la suite de son activité et sans remboursement possible.



[On a faim et on a soif:](#)

Possibilité de vous restaurer sur place (+ de 10pers, merci de réserver) et de vous désaltérer. La cafétéria du "Cœur de l'Ardoise" se fait un plaisir de vous accueillir.

!!!Attention!!! : la consommation d'alcool ou produits illicites est interdite sur le parcours et avant de monter sur les parcours, toute personne sous influence de ces produits se verra refuser les activités et ne sera pas remboursée.

Après votre activité, pour vous remettre de vos émotions, libre à vous de déguster une bonne Morépire mais toujours avec sagesse.

Vous avez vos sandwiches et vos boissons? vous pouvez manger sur place sans problème.

[Le site de la Morépire:](#)

Entre Zone Natura 2000 et patrimoine de la pierre, ce site remarquable vous accueille mais tient à rester propre. Déposez vos papiers, cannettes et autres dans les poubelles prévues à cet effet.

Notre geste pour la planète de nos Enfants:

Bientôt, des "toilettes vertes" seront à votre disposition (en plus des toilettes classiques). Pas d'eau mais de la sciure à la place, à raison de bonne pellette. Résultat : un compost naturel et une économie d'eau pour tous.

Pour la gente féminine, Dame Nature et ses obligations iront dans une poubelle prévue à cet effet (et pas ailleurs! merci)

[Où que vous soyez en vacances, en voyage, si vous désirez vous promener dans les bois ou partir à la découverte, quelques conseils de base:](#)

En général, pour votre sécurité, les sentiers sont balisés: suivez les.

Nos massifs forestiers sont régulièrement entretenus, ce qui change la vision connue d'une région ou d'une promenade: les syndicats d'Initiatives offrent ou vendent des cartes +/- détaillées (+/- entre 7 et 10€), c'est un petit investissement qui peut vous éviter quelques belles prises de tête.

- Adaptez ci dessous suivant les saisons:

Prenez avec vous de l'eau en suffisance, quelques snacks énergétiques, de bonnes chaussures et pantalon plutôt que short pour éviter les tiques. Une lotion solaire, un anti-insectes et le bandanas (plus pratique qu'un chapeau). Attachez un polaire ou un survêt à la taille: on transpire et quand on s'arrête, on se refroidi vite.

Les tout petits qui suivent en buggy ou en sac à dos ont aussi faim, soif ou même plus froid que vous car inactifs.

Un sifflet ne prend pas de place et peut vous rendre service, personne n'est à l'abri d'une chute en contre bas ou d'une foulure (même sur sentiers balisés) qui vous bloque sur place pdt quelques heures et le GSM ne passe pas encore partout à 100% (ou peut se casser dans une chute).

On trouve de petite trousse de premiers soins sous forme de sac banane, peu encombrant mais réconfortant pour les petits bobos.

On ne fume pas dans les bois, c'est la cause de trop nombreux départs de feux.

" Vous savez lire une carte et souhaitez partir en découverte"

Les conseils ci dessus et en plus : prévenez l'hôtel, vos proches ou autre que vous partez marcher avec la direction que vous prenez ainsi qu'un n° de téléphone, le vôtre et celui d'un proche.

Prévoyez l'imprévisible et pensez "Règle des 3" :

on survit 3 secondes avec l'accident bête, 3 minutes sans oxygène dans nos centres vitaux, 3 heures sans réguler sa température, 3 jours sans boire... Et 3 semaines sans manger..

Dixit Ron Hood, instructeur survie aux USA

Et pour les jeunes qui se sentent l'âme d'un Robinson :

Dites toujours à vos parents où et avec qui vous partez.

On vous donne une heure de retour, respectez la, ce n'est pas pour vous embêter mais pour réagir à temps si jamais vous rencontrez un soucis.

En forêt, on ne mange pas tout ce qu'on voit: les beaux petits fruits bien rouges sont parfois du poison. Vous croisez quelqu'un avec un chien (ou un autre animal): ce n'est pas une peluche, on respecte l'animal et on demande au propriétaire si on peut le caresser.

Les inconnus qui connaissent votre Papa et votre Maman, vous en connaissez beaucoup vous? moi, non. Vos parents n'enverront JAMAIS un inconnu vous chercher si ils ont un problème.

Vous vous retrouvez en mauvaise posture et le copain menace de vous abandonner au milieu de la campagne, il est 2h du mat? Et bien tant pis pour le petit copain, il vaut mieux réveiller vos parents, ils ne vous laisseront pas seule et viendront toujours vous rechercher (avec un remontage de bretelles à la clé mais, ça, ce n'est pas mortel :-)

Un minimum de civisme, de réflexion ou de politesse peuvent vous sortir d'un mauvais pas.