

GUIDE ESTAMINETS RANDONNÉE

2008



23 estaminets en
Caps et Marais d'Opale



Parc
naturel
régional
des Caps et
Marais d'Opale

ÉDITORIAL



Depuis quelques années, l'estaminet est redevenu, pour les gens du Nord Pas-de-Calais, une institution, le reflet d'une culture, d'une identité et d'un art de vivre !

A l'image de la pratique de la randonnée pédestre, équestre, V.T.T ou cyclotouristique, l'estaminet répond à nos aspirations d'évasion, de rencontres, de jeu, de cuisine « couleur terroir » et d'inattendu !

Ne perdez pas de temps et vous aussi, après votre balade, poussez la porte des Estaminets Randonnée des Caps et Marais d'Opale.

Daniel Percheron

Président du Parc naturel régional
des Caps et Marais d'Opale,

Over recent years, the estaminet has once again become part of local life in the Nord Pas-de-Calais region, a real institution and reflection of the area's culture, with a distinct art de vivre!

An estaminet is a perfect stop-off point during a hiking tour, whether on foot, horse-back, or cycling, fulfilling our every desire for evasion and providing the perfect setting to gather round in a convivial setting to play games and taste local culinary specialties.

After your walk, push open the door of one of the Caps et Marais d'Opale's Estaminets Randonnée to see what unexpected delights await you.

Daniel Percheron

Chairman of the Caps et Marais d'Opale
Regional Nature Park,



Les estaminets randonnée de quoi s'agit-il ?



Ces bistrotts de pays sont situés dans les petites communes du Parc naturel régional des Caps et Marais d'Opale, à proximité de parcours de randonnée pédestre, équestre, V.T.T. ou cyclotouristique.

Véritables relais multiservices à destination des randonneurs mais aussi des touristes de passage, ce sont aussi des lieux animés où il fait bon vivre, grâce aux échanges avec les propriétaires, des animations avec les jeux anciens, dans une convivialité et une authenticité certaine.

What exactly is an estaminet randonnée?

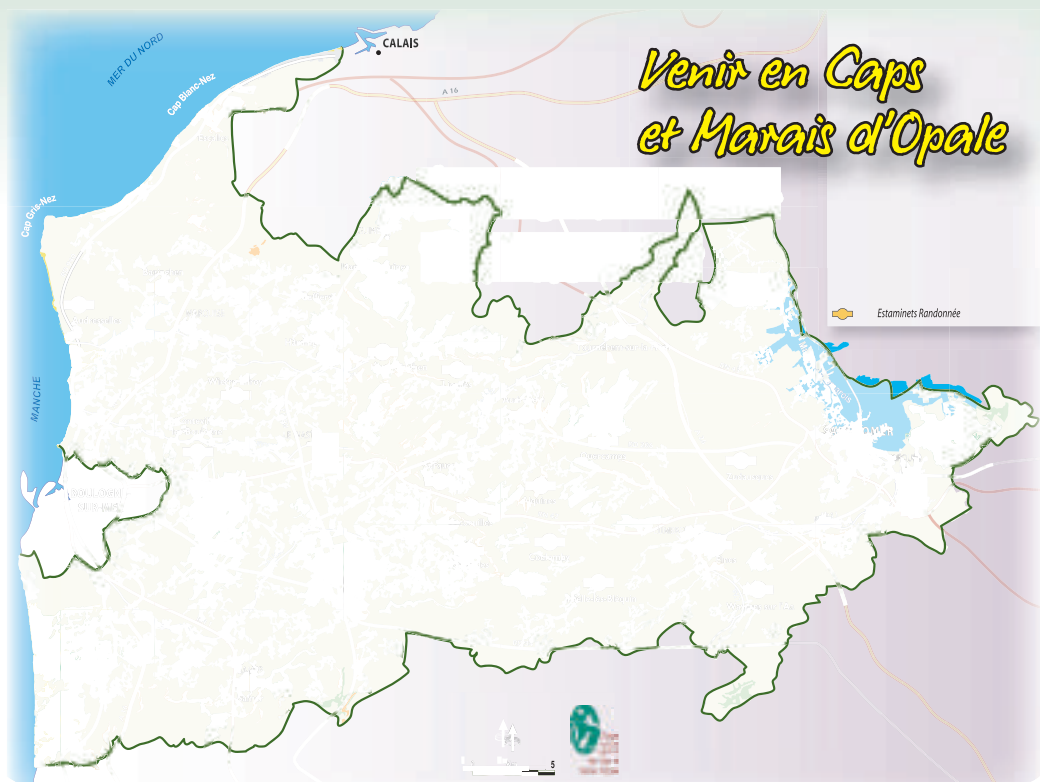
An estaminet randonnée is a rural tavern-style establishment, set in the small country villages in the Caps et Marais d'Opale Regional Nature Park, close to hiking, horse-back, mountain-biking, or tourist cycling trails.

These multi-service relay points are designed for hikers and passing tourists alike, providing a window onto local cultural life where you can chat with owners and locals, partake in traditional games and taste the local fare, all in a setting where an authentic spirit of conviviality reigns.





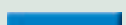
Liste des estaminets

- Alquines
- Audrehem
- Audresselles
- Bazinghen
- Caffiers
- Conteville-lès-Boulogne
- Elnes
- Escoeuilles
- Guînes
- Hardinghen
- Hermelinghen
- Coulomby
- Licques
- Nielles lès Bléquin
- Quercamps
- Quesques
- Samer
- Surques
- Tournehem sur la Hem
- Wavrans sur l'Aa
- Wierre Effroy
- Zudausques



CODES COULEURS DES SENTIERS

situés au départ ou à proximité
des Estaminets Randonnée :

	Pédestre		VTT
	Equestre		Cyclotourisme



Estaminet Randonnée, mais aussi épicerie, café-tabac, boulangerie et ... agence postale ! Alain et Evelyne DESCHAMPS sont installés depuis 20 ans au cœur du village d'Alquines. La réputation du pain et des brioches cuits au feu de bois a dépassé les frontières du village, niché au cœur du Pays de Lumbres.

This Estaminet doubles up as a mini supermarket, café-tabacconist, bakery and post office! Alain and Evelyne Deschamps have been running this establishment in the village of Alquines for 20 years. The reputation of their bread and brioches, baked in wood-burning stoves, has spread beyond the borders of their village which nestles at the heart of the Lumbres country.




• **Accès** par RN 42 entre Boulogne et Saint-Omer
Access via RN 42 between Boulogne and Saint-Omer
Ouvert tous les jours, sauf le lundi, de 8h30 à 20h. Fermé en été 3 semaines début août.

• **Spécialités** : planche du terroir (sur réservation),
- tarte au papin, tarte à gros bord,
- brioche à l'ancienne, sandwichs maison, pain de campagne cuit au feu de bois, crêpes et pain perdu, le dimanche entre 16 et 19h.
Tarif de 3 € à 12 €

• **Capacité** : 70 places

• **Jeux** : billard Nicolas et jeu de Puces

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Sentier de l'Ecliette – 4,5 km
-  Le Sentier du Mont Vert – 13 km
-  La Fosse du Hêtre – 27 km



AUDREHEM

A la Détente

Madame CLIPET
288 rue Principale, 62890 AUDREHEM
Tél : 03.21.35.06.44

- **Accès** par la D217 depuis Licques
Access via the D217 from Licques
Ouvert tous les jours de 8h à 21h
- **Spécialités** : Poulet fermier et lapin aux pruneaux (sur réservation)
Tarif de 8 € à 18 €
- **Capacité** : 60 places
- **Jeux** : Jeu de Grenouille, jeu de giroulette.



LE SENTIER - THE TRAIL

La Ligne d'Anvin – 9 km

Ce café de campagne qui a gardé tout son caractère rural, est niché au milieu de la vallée de la Hem ou Mme CLIPET sait vous accueillir avec sa bonne humeur. Et l'été n'oubliez pas de vous approvisionner en fraises de pays de la production familiale.

This country café, with its authentic rural spirit, nestles in the middle of the Hem valley. Madame Clipet reserves a warm welcome for her guests. Don't forget to stock up on local strawberries from the family's fruit farm.

AUDRESSELLES

Chez Eric

Monsieur CONTOU, 68 rue Edmond Marin
La Meslée, 62164 AUDRESSELLES
Tél : 03.21.32.98.79
Courriel : contou.fanny@orange.fr

- **Accès** par la D940 entre Boulogne et Calais
Access via the D940 between Boulogne and Calais
Ouvert tous les jours de 8h à 20h
sauf le mardi après-midi en saison estivale.
D'octobre à mars, ouvert en semaine, sauf le mardi, et le week-end de 8h à 20h.
- **Spécialités** : tartines campagnardes ou soupe de poisson avec rouille et croûtons, (tarif de 6,50 € à 7 €)
- **Capacité** : 50 places et terrasses de 10 tables en été.
- **Jeux** : billard Nicolas et une Giroulette

Sur la place animée de cet ancien village de pêcheurs, ou trônent parfois des flobarts, embarcations traditionnelles, ce café vous propose une halte chaleureuse après de belles promenades sur le littoral.

A warm welcome awaits you at this café set on an animated square in the former fishing village, where traditional flobart boats can be spotted. A perfect place to relax after breathtaking coastal walks.



LES SENTIERS - THE TRAILS

- Le Sentier du pêcheur – 1km
- Le Sentier du Cap Gris Nez – 27 km
- Le sentier du Mont de la Louve – 15 km



• **Accès** par Ambleteuse par la D191E
ou par Marquise par la D191
*Access by Ambleteuse via the D191E
or by Marquise via the D191*
Ouvert tous les jours en saison estivale..

• **Spécialités** : moules frites, terrines maison et frites « avec des vraies patates ! » (plat, entrée, dessert de 15 € à 21 €).

• **Capacité** : 100 places

• **Jeux** : Jeu de puces, giroulette, billard Nicolas, une table à palets et de nombreux autres jeux anciens à vendre également.

• **Accessibilité handicapés.**

Cet estaminet communal de création récente a redonné au village un lieu de vie, dans lequel les randonneurs retrouveront l'authenticité et la saveur du terroir

This recently-opened village estaminet has brought a new lease of life to the village, providing a perfect stop-off point for hikers, where they can immerse themselves in local culture and taste local fare.

Jeux de Puces et Giroulette !

Sur la piste hexagonale du Jeu de Puces, 2 à 4 joueurs tentent à tour de rôle d'envoyer une puce (ou jeton) dans la coupelle centrale à l'aide d'une catapulte.




Pour la Giroulette, le joueur lance sur la piste la toupie qui va percuter les billes et les envoyer dans des cavités indiquant des points. Bonne partie !

Jeux de Puces and Giroulette!

On the hexagonal Jeu de Puces board, 2 to 4 players take turns trying to propel a "puce" (or chip) into the centre cup using a catapult.

For Giroulette, the player throws a spinning top onto the board which strikes the marbles, potting them into holes marked with different numbers of points. Your turn!

LES SENTIERS - THE TRAILS

 Le Sentier des Tourelles - 3.5 km

 Le Sentier des Voyettes 3,5 km



CAFFIERS

La Café de la Place

Monsieur ROBBE
13 rue du Fond Adam, 62132 CAFFIERS
Tél : 03.21.36.73.74



L'Estaminet Randonnée du Café de la Place est une des « portes d'entrée » du territoire des Trois Pays (Guînes, Licques et Hardinghen). C'est une base de départ idéal pour découvrir les nombreux sentiers pédestres, équestres et VTT de la forêt de Guînes, laquelle abrite également un parcours « Adventure dans les Arbres ».

The «Café de la Place» estaminet is one of the «starting points» in the «land of the three Countries» (Guînes, Licques and Hardinghen). It is an ideal starting point for the new hiking, horse-back and mountain-bike trails arranged throughout the Guînes forest and also features a tree-top Adventure trail.

• **Accès** depuis la D231 entre Guînes et Marquise
Access from the D231 between Guînes and Marquise


Ouvert toute la semaine de 10 h à 20 h, sauf le lundi. Fermeture annuelle 2^{ème} quinzaine d'août.

• **Spécialités** : blanquette à l'ancienne, bœuf bourguignon, terrine maison, ou laissez-vous tenter par le plat du jour ! (tarifs : de 9 € à 25 €).

• **Capacité** : 40 places

• **Jeux** : billard Nicolas et une table à toupie

LES SENTIERS - THE TRAILS

 Le Sentier des Croisettes – 12 km

 La Colonne Blanchard – 30 km

 Entre les bois – 20 km

Plus d'autres sentiers à proximité dans la forêt domaniale de Guînes.

CONTEVILLE-LES-BOULOGNE

L'Auberge de Conteville

Madame HONVAULT, 98 rue du Centre
62126 CONTEVILLE LES BOULOGNE
Tél : 03.21.83.32.40

• **Accès** depuis Wimereux par la D233, ou depuis la N42 entre Boulogne et Saint-Omer
Access from Wimereux via the D233, or from the N42 between Boulogne and Saint-Omer

Ouvert toute la semaine de 7 h à 20 h 30 **sauf le vendredi**. Fermeture annuelle 3 semaines en juillet.

• **Spécialités** : (sur réservation) pâté de lapin, tarte à la rhubarbe et tarte de campagne (tarifs : à partir de 13 €).

• **Capacité** : 50 places

• **Jeux** : billards Nicolas et jeu de puces.

Un café familial transmis de mère à fille où l'ambiance amicale est toujours de rigueur. Ici on fait aussi tabac, épicerie, dépôt de journaux et de gaz. Mais Marie-Pierre HONVAULT continue de préparer ses rillettes et son fameux pâté de lapin qui mérite à lui seul le détour !

A family-run café passed down from mother to daughter where a friendly atmosphere always reigns. It also sells cigarettes, supermarket products, newspapers and gas. It is well worth the detour just to taste Marie-Pierre Honvault's famous rillettes and rabbit pâté!

Le billard Nicolas


L'un des jeux typiques des Estaminets Randonnée avec sa piste circulaire imposante et ses mystérieuses poires articulées réparties aux quatre points cardinaux. Les joueurs utilisent leur poire pour souffler sur une bille de liège et la faire entrer dans le trou des buts adverses.




Le billard Nicolas

A traditional game typically found in estaminets, with its big circular board and its odd squeeze-bulb devices positioned at the four points of the compass. The players aim and squeeze their bulb to propel a marble made of cork into the opposing goals.

LES SENTIERS - THE TRAILS

 La Fontaine aux charmes 5.6 km

 La Route de la Mer du Nord à vélo

 Le circuit de la vallée du Wimereux 35 km à vélo.

COULOMBY-HARLETTE

Le Caraquet

Madame DELEGLISE
33 route Nationale, 62380 HARLETTES
Tél : 03.21.95.04.68

- **Accès** : par la N42 entre Boulogne et Lumbres en prenant la sortie Coulomby-Alquines.
Access: via the N42 between Boulogne and Lumbres, taking the Coulomby-Alquines exit.

Ouvert toute la semaine de 7 h à 20 h 30, sauf le samedi après-midi.
Fermeture annuelle 15 jours en août



- **Spécialités** : planche campagnarde, escalope à la crème, pavé de biche, tartes aux pommes.
Des menus de 11 € à 30 €.
- **Capacité** : 70 places
- **Jeux** : table à palets, une table à toupie.



Madame DELEGLISE a repris cet établissement en 2000, et elle n'a pas cessé depuis de faire de bons petits plats aux personnes de passage. Un endroit où l'on aime se retrouver pour passer d'agréables soirées à thème que la propriétaire concocte toutes les semaines, toujours avec bonne humeur.

Madame Deleglise took over this establishment in 2000 and has been serving her wonderful cuisine to travellers ever since. People love to gather here for the lively, convivial, theme-based evenings that she concocts each week.

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le sentier du Verval – 34 km
-  Les Monts et Vallées – 36 km

ELNES

Café du Centre

Monsieur BOUCHET
23 rue Bernard Chochoy, 62380 ELNES
Tél: 03.21.39.62.96


- **Accès** par la D192 depuis Lumbres
Access via the D192 from Lumbres
Ouverture toute la semaine de 7 h à 21 h, sauf le mardi. Fermeture annuelle la seconde quinzaine d'août.
- **Spécialités** : sandwichs (en fonction des produits).
- **Capacité** : 50 places
- **Jeux** : billard Nicolas.

Ce café - tabac - épicerie - articles de pêche fait partie des commerces ruraux de proximité. N'hésitez pas à pousser la porte !

This friendly and welcoming café is also a local rural shop selling tobacco, groceries and fishing gear.



LE SENTIER - THE TRAIL

-  Le sentier du Mont de Géant – 13 km

ESCOEUILLES

Café Boulangerie Lefebvre

rue de l'Eglise
62850 ESCOEUILLES
Tél : 03.21.32.34.65


- **Accès** depuis la RN42 entre Lumbres et Boulogne sur Mer
Access from the RN42 between Lumbres and Boulogne-sur-Mer
- Ouverture toute la semaine de 8 h à 20 h, sauf le mercredi.
Fermeture annuelle, 2 semaines en été et 1 semaine en hiver.
- **Spécialités** : sandwiches frais avec le pain cuit au feu de bois, flamenkuch, tartes maison (tarifs : de 2 € à 8 €).
- **Capacité** : 40 places
- **Jeux** : Une giroulette et un billard à barres



Ce café-boulangerie, avec son épicerie et son coin presse, offre encore une large palette de services tels qu'on aime les retrouver encore dans nos campagnes. Voilà une boulangerie traditionnelle qui fleurit bon l'odeur du pain chaud cuit au feu de bois.

This café-bakery, with its mini-supermarket and newspaper stand, provides a range of services that are still very much needed in our countryside. A traditional bakery with a delicious aroma of still-warm bread baked in the wood-burning stove.

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Sentier du Verval – 34 km
-  Les 5 ruisseaux – 37 km

GUÎNES

Estaminet Saint-Joseph

Monsieur BACLEZ
2450 1er Banc, Marais de Guînes, 62340 GUINES
Tél : 03.21.35.64.05 - www.stjoseph-village.com


- **Accès** depuis la D127 depuis Calais, par l'A16 puis la D231 depuis Boulogne ou par la N43 puis la D231 depuis Saint-Omer
Access via the D127 from Calais, via the A16 then the D231 from Boulogne or via the N43 then the D231 from Saint-Omer.
- Ouvert tous les jours de 10 h à 18 h

- **Spécialités** : Potjevleech, pain perdu - formule repas sur réservation pour les groupes (tarifs : 12 € à 28 €).
- **Capacité** : 150 places
- **Jeux** : Très nombreux !

Après avoir parcouru le sentier des Têtards au cœur du Marais de Guînes, une pause à l'Estaminet Saint-Joseph s'impose ! Tout ici sent bon la nostalgie du temps passé. Et pour les passionnés, il y a toute une série de jeux traditionnels qui raviront les petits et les grands.

Once you have completed the Têtards trail at the heart of the Guînes marshes, take a break at the Saint-Joseph Estaminet, with all its nostalgia for the past. There is a wide range of traditional games to be enjoyed by young and old alike.

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Sentier des Têtards – 5 km

A proximité, le sentier de la Calaisienne, le sentier de Halage... ou ceux proches de la forêt de Guînes



HARDINGHEN

Au Lion d'Or

Madame NACRY
Rue de l'Eglise, 62132 HARDINGHEN
Tél : 03.21.82.09.96

- **Accès** depuis Guînes par la D127, ou par la D191 entre Licques et Marquise.

Access from Guînes via the D127, or via the D191 between Licques and Marquise.

Ouvert toute la semaine sauf le dimanche après-midi de 9 h à 20 h 30.
Fermeture annuelle : 3 semaines en juillet et 1 semaine en février.

- **Spécialités** : sur réservation, cuisine traditionnelle poulet de Licques au fromage, terrines, dessert (tarif de 13,50, € à 27 €)

- **Capacité** : 50 places


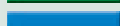

- **Jeux** : billard Nicolas et une table à toupie.

Danielle NACRY a repris ce café-restaurant familial en 1983. Elle y prépare des terrines ou des repas plus élaborés à base de volaille de Licques, pour les marcheurs, cavaliers ou vététistes qui font escale à Hardinghen.

Danielle Nacry took over this family-run café-restaurant in 1983. She prepares pâtés or more elaborate fare from Licques poultry, for walkers, riders or mountain-bikers stopping off at Hardinghen.



LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Sentier du Colombier – 10km
-  La Colonne Blanchard – 30km
-  La Vallée Madame – 19 km

HERMELINGHEN

La Randonnée

Madame BOULANGER
5 rue des Charrons
62132 HERMELINGHEN
Tél. 03 21 34 74 98

« La Randonnée » est situé au cœur du village bien connu des randonneurs pour avoir été l'un des premiers à proposer des itinéraires de randonnées VTT, ce qui lui valut un temps le surnom de « la capitale du VTT. »

«La Randonnée» is set in the heart of the village. Madame Boulanger has been running it for 2 years now. This village is well known by hikers as being one of the first to offer mountain-bike trails, giving it its reputation as «the mountain-biking capital».



LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Mont de Condé – 10 km
-  La Vallée Madame – 19 km

Ouvert tout les jours de la semaine, sauf le lundi.

- **Spécialités** : coq à la bière, tarte au papin, carbonade flamande, plat du jour sur demande (tarif : de 9 € à 15 €).

- **Capacité** : 50 places

- **Accessibilité handicapés**
- **Jeux** : le jeu d'anneaux et le jeu de puces.



Ouvert tous les jours de 9 h à 15 h, du 11 novembre au 15 mars ; et du 15 mars au 31 octobre, 7 j/7, de 8 h 15 à 20 h.

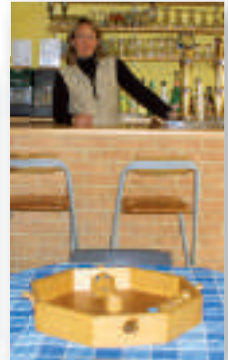
- **Spécialités** : potjevleesh, tarte à la bière, Plat du jour sur demande, (Tarif : de 4,60 € à 13 €).
- **Capacité** : 45 places
- **Accessibilité handicapés**

Ce café brasserie est situé dans le Pays de Licques, bien connu pour ses élevages de dinde.

Ce café ne manque pas de charme : il est situé dans un endroit calme et verdoyant en dehors du bourg, et possède un terrain de camping sympathique.

This café-brasserie is in the Pays de Licques, famous for its turkey farms.

This charming establishment is set in calm and leafy surroundings just outside the small town and has its own camping facilities.



LES SENTIERS - THE TRAILS



Le sentier du Cah-licquo - 10 km



Le sentier des 3 Calvaires - 12 km



Vous voulez découvrir les superbes paysages

- de la Côte d'Opale,
- du marais audomarois,
- du bocage boulonnais ?

Le Parc Naturel Régional des Caps et Marais d'Opale vous propose son

GUIDE DE LA RANDONNÉE 2008

avec une sélection de 17 parcours de randonnée, à pied, à cheval, en V.T.T., à vélo.

NIELLES-LES-BLEQUIN

Le Domaine de Bléquin

Monsieur SAINT MAXIN
8 rue de Larre,
62380 NIELLES-LES-BLEQUIN
Tél : 03.21.39.68.06
Domaine.blequinrange.fr





- **Accès** : depuis la N42 entre Boulogne et Lumbres.
Access from the N42 between Boulogne and Lumbres.
Ouvert 7 jours sur 7 en période estivale, de 7 h 30 à minuit. Ouvert vendredi, samedi et dimanche du 1^{er} novembre au 15 mars.
- **Spécialités** : terrine à l'échalote, jambon à l'os du pays, tarte à gros bord, planches de produits de terroir (tarifs : de 7 € à 20 €).
- **Capacité** : 80 places (+ une terrasse de 30 et 100 places au bord des étangs sous abri).
- **Jeux** : table à toupie, jeu d'anneaux et un « Fermer la boîte », plus de nombreux autres jeux anciens



Situé au bord de la rivière le Bléquin, cet Estaminet Randonnée fait partie d'un domaine accueillant, comprenant un camping et des parcours de pêche à la truite. Doté d'un abri avec barbecue au bord de l'étang, il est toujours possible de venir y passer une agréable journée. Possibilité de gardiennage de chevaux.

Bordering the Bléquin river, this welcoming Estaminet has a campsite and trout fishing facilities. With its sheltered lakeside barbecue, a charming day is to be had here in all weather conditions. Horse minding facilities.

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Sentier du Mont de Drionville – 9km
-  Les Monts et Vallées – 30km
-  Le sentier du Coeurlu
-  Le Mont de Drionville

QUERCAMPS

Au Relais de la Forêt




Madame EVRARD
10 rue Principale, 62380 QUERCAMPS
Tél : 03.21.39.62.10

- **Accès** : par la RN 42, direction Alquines ou entre Lumbres et Tournehem par la D225.
Access via the RN 42, towards Alquines or between Lumbres and Tournehem via the D225.
Ouvert toute la semaine de 7 h à 21 h. Fermé le mercredi après-midi.
- **Spécialités** : sandwich, poule au riz, blanquette de veau, bœuf carottes, tarte (tarifs : 2 € à 20 €)
- **Capacité** : 50 places
- **Jeux** : table à toupie.

Ce café placé sur les hauteurs du plateau, le relais de la forêt porte bien son nom puisqu'il se trouve près de la forêt de tournehem où Mme Evrard accueille bon nombre d'adeptes de ce site.

This café is set on the heights of the plateau, the relais de la forêt (forest relay) is appropriately named since it is just next to the Tournehem forest where Madame Evrard receives many fans of this site.

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Héricat – 20 km
-  La Noire Vallée – 18 km
-  Les Cinq Ruisseaux – 37 km

- **Accès :** depuis la RN42 entre Boulogne et Lumbres.
Access from the RN42 between Boulogne and Lumbres.
- Ouvert tous les jours de 8 h à 20 h, sauf le lundi. Fermeture annuelle la 1^{ère} quinzaine d'août.
- **Spécialités :** soupe au lard, lapin aux pruneaux, pavé d'autruche et cuisine traditionnelle sur réservation (tarifs : de 5,50 € à 28 €).
- **Capacité :** 70 places
- **Jeux :** jeu de grenouille et jeu de puces.

Au cœur du bocage boulonnais, cet estaminet rural est le lieu de rencontre des habitants de ce village au bâti traditionnel. Venez y apprécier la bonne cuisine familiale de Mme THERY.

This rural estaminet is the meeting spot for locals, set in the heart of the Boulogne-sur-Mer bocage, in a village with traditional architecture. Come and enjoy Madame THERY's good family cooking.



La reine des jeux : la grenouille !

Appelé au XVIII^{ème} siècle jeu du tonneau, le jeu de grenouille est un meuble élaboré avec 12 trous sur sa partie supérieure. Le trou du centre est surmonté d'une grenouille, la gueule ouverte, qui a donné son nom au jeu. Dans la partie inférieure, des couloirs récupèrent les palets qui tombent dans les casiers affichant le nombre de points obtenus. Il faut se placer à 2 mètres du jeu et maintenant, à vous de jouer !

In the 18th Century, this game was called the jeu du tonneau. The jeu de grenouille consists in a piece of furniture equipped with 12 holes in its upper part. The centre hole is topped with a frog with its mouth wide open (hence the game's name). In the lower section, corridors collect the pallets dropped into boxes with an allocated number of points. Stand 2 metres away from the game... give it your best shot!



LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le Sentier du Verval – 34 km
-  Les Monts et Vallées – 32 km




SAMER

Le Café de la Place

Monsieur MACQUINGHEN
Place de l'Eglise, 62830 SAMER
Tél : 03.21.33.68.02

- **Accès** : par la D901 entre Boulogne et Montreuil.
Access via the D901 between Boulogne and Montreuil.
- Ouvert tous les jours, sauf le mercredi. Fermeture annuelle dernière semaine d'août et première de septembre.
- **Spécialités** : plats traditionnels et régionaux, plat du jour (tarifs à partir de 7 €).
- **Capacité** : 20 places
- **Jeux** : jeu de Grenouille.

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Sentier de la Blanche Jument – 16 km
-  Le Haut Pichot – 28.8 km
-  Le Mont Corbeau – 9.8 km

Ce café de bourg est situé sur une place pittoresque qui a su préserver ses maisons anciennes accolées à l'église.

Chargé d'histoire, ce café typique a conservé sur ses murs d'anciennes faïences de Desvres au décor si chaleureux.

M. Macquinghen took over the café de la Place in 2006. It is set in a picturesque village square which has preserved its old houses huddled around the church. This medieval village is one of the last to have kept its cobble-stoned square.

This typical café is rich with history and still has walls adorned with antique Desvres earthenware in a warm and hospitable atmosphere.



SURQUES

Café-Boulangerie Pascal Bay

2938 rue Principale
62850 SURQUES
Tél : 03.21.32.31.53






- **Accès** : accès depuis la RN42 entre Boulogne et Lumbres ou par Licques via la D215.
Access access from the RN42 between Boulogne and Lumbres or from Licques via the D215.
- Ouvert toute la semaine, sauf le mercredi, de 7 h à 21 h. Fermeture annuelle en février.
- **Spécialités** : La Surquoise, tarte (tarif entre 12 € et 15 €)
- **Capacité** : 50 places, et terrasse en été.
- **Jeux** : Jeux de grenouille et giroulette.

C'est le troisième café-boulangerie du réseau Estaminet Randonnée. Là encore, le pain, les brioches et les tartes se cuisent au feu de bois, tout comme la spécialité locale : « La Surquoise » sorte de pizza originale née à l'occasion d'une fête du Parc naturel régional.

This is the third café-bakery in the Estaminets Randonnée network. Here too, bread, brioches and tarts are baked in wood-burning stoves, as is the local speciality - La Surquoise, which is a kind of pizza and was first made for a celebration day held at the Regional Nature Park. Passing hikers have been sampling it ever since.

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le sentier de la Garenne – 12 km
-  Le Verval 35 Km
-  Les 5 ruisseaux – 37 km



La découverte de la vallée de la Hem passe par une pause à l'Estaminet Randonnée de Tournehem, le Café de la Mairie.

Nicole DOYER et son mari vous y accueilleront chaleureusement. L'établissement est situé dans un beau bâtiment en pierre de taille du XVIIIème siècle au cœur historique de l'ancienne cité médiévale des Ducs de Bourgogne.





When touring the Hem valley, stop off at the Tournehem Estaminet: the Café de la Mairie.

You will be given a warm welcome by Nicole Doyer and her husband. The establishment is located in a beautiful, large 18th Century stone building in the historical centre of the old medieval city of Ducs de Bourgogne.

- **Accès :** depuis Ardres par la D225, depuis Nordausques ou par Licques via la D217. *Access from Ardres via the D225, from Nordausques or Licques via the D217.*
- Ouvert tous les jours, sauf le mercredi, de 8 h15 à 21 h. Fermeture annuelle hors saison estivale.
- **Spécialités :** carbonade flamande, potchevelesch et tarte campagnarde pour les groupes. Soupe, croque-monsieur et sandwiches maison à tous moments ! (tarifs : de 10 € à 12 €)
- **Capacité :** 40 places
- **Jeux :** billard Nicolas et jeu de puces



LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le sentier Saint Louis – 9 km
-  La Chapelle Saint Louis – 30 km
-  Le sentier du Bois d'Ello – 15 km
- 



WAVRANS-SUR-L'AA

Le Zénith

Monsieur DEMARTHE
5 rue de la Halte,
62380 WAVRANS SUR L'AA
Tél : 03.21.38.18.71



« Au pied du Mont de Géant »

Les coteaux calcaires d'Elnes et de Wavrans sont réputés pour la présence des mystérieuses, rares et sensuelles orchidées sauvages. Plus petites que les cousines tropicales, les espèces du Pas-de-Calais reproduisent, en miniature, les formes excentriques et les parfums des orchidées exotiques. Voici un thème de randonnée idéal pour un passage au Zénith !

« Au pied du Mont de Géant »

The calcareous hillsides of Elnes and Wavrans are famous for their mysterious, rare and opulent wild orchids. Smaller than their tropical cousins, the Pas-de-Calais species are a miniature version of the eccentric shapes and perfumes of exotic orchids. An ideal distraction on your way to the Zenith!

- **Accès :** depuis la D192 depuis Lumbres.
Access via the D192 from Lumbres.
Ouvert tous les jours de 9 h 00 à 22 h 00, sauf le mercredi. Fermeture annuelle mi août.
- **Spécialités :** assiette paysanne (sur réservation) (tarifs à partir de 12 €).
- **Capacité :** 30 places
- **Jeux :** une table à toupie et une Giroulette.

LE SENTIER - THE TRAIL

■ Sentier du Mont de Géant – 13 km

WIERRE-EFFROY

L'Estaminet du Centre

Monsieur LACROIX
62720 WIERRE EFROY
Tél. : 03. 21. 92. 80. 80
Courriel : estaminetducentre@orange.fr

- **Accès :** depuis l'A 16 sortie Marquise et suivre direction Wierre Effroy.
Access from the A 16, take the Marquise exit in the direction of Wierre Effroy.
Ouvert tous les jours de 7 h à 22 h, sauf le lundi. Fermeture annuelle mi août.
- **Spécialités :** un menu différent chaque jour, avec son plat et dessert (omelette, andouillettes, potjevleesh, ou entrecôte et un potage spécial à tout heure pour les randonneurs).
Vente directe de produits de terroir dans la cave du café (tarifs : de 6,50 € et 20 €)
- **Capacité :** 130 personnes, terrasse en été de 5 tables.
- **Jeux :** billard Nicolas et jeu de grenouille.

C'un des derniers cafés de village situés sur le circuit touristique de la Vallée du Wimereux avec ses manoirs et ses fermes à cours carrées typiques dans le paysage du Boulonnais. Mélanie et Geoffroy LACROIX ont repris l'établissement au cours de l'année 2006 avec l'envie de vous faire déguster la planche constituée de bons produits de terroir fabriqués dans la commune même.



This is one of the last village cafés along the Wimereux Valley tourist circuit, with its manors and farms with their typical square courtyards in the Boulgne-sur-Mer countryside. Mélanie and Geoffroy Lacroix took over the establishment in 2006 and offer a menu rich with local fare.

LE SENTIER - THE TRAIL

■ Le circuit de la Vallée du Wimereux
– 35 km

ZUDAUSQUES

La Troussebière

Madame MANTEL
Impasse de la Troussebière
62500 ZUDAUSQUES
Tél : 03.21.93.36.69

- **Accès** : depuis la RN43 entre Ardres et Saint-Omer par la D214.
Access: from the RN43 between Ardres and Saint-Omer via the D214.
- Ouvert tous les jours de 9 h à 20 h , sauf le lundi.
Fermeture annuelle du 15 juillet au 15 août.
- **Spécialités** : brasserie tous les midis
planche campagnarde sur réservation.
- **Capacité** : 40 places + salle de 100 places.
- **Jeux** : très nombreux !






Créé à l'initiative de la commune, cet Estaminet Randonnée a pour gérante la sympathique et dynamique Hélène MANTEL.

La présence d'une dizaine de jeux anciens et les copieuses planches campagnardes servies dans l'établissement ont contribué à la bonne réputation de la Troussebière !

This Estaminet was created on local initiative and is managed by the lively and welcoming Hélène Mantel. The Troussebière establishment has won a great reputation with its copious rustic platters and wide range of traditional games!

LES SENTIERS - THE TRAILS

-  Le sentier des Cormettes – 6,5 km
-  Le sentier des Moulins – 30 km
-  La Cressonnière – 37 km

Bien randonner en Caps et Marais d'Opale !

Le topoguide

« **Le Parc naturel régional des Caps et Marais d'Opale à Pied** »

est l'ouvrage indispensable de découverte des sentiers de randonnée du territoire. Du Site des 2 Caps à la vallée du Wimereux, de la forêt de Guînes au marais audomarois, ce sont quelque 1 500 km de sentiers qui sillonnent le Parc naturel régional des Caps et Marais d'Opale. *Vous pouvez le trouver dans les librairies, dans tous les estaminets de randonnée qui en sont dépositaires ou encore auprès des Maisons du Parc naturel régional des Caps et Marais d'Opale à Le Wast ou à Arques.*

Successful hiking in Caps et Marais d'Opale!

Le topoguide

« **Le Parc naturel régional des Caps et Marais d'Opale à Pied** »

is an essential guide to the 1,500 km of hiking trails that run through the Caps et Marais d'Opale Regional Nature Park, from the 2 Caps to the Wimereux valley and from the Guînes forest to the Saint-Omer marshes. Exploring this area by foot, you will encounter a surprising assortment of fauna and flora and will get the chance to meet the locals who are the making of the area's richesse.

It is available in bookshops, at all estaminets randonnée or in the Caps et Marais d'Opale Regional Nature Park Houses of Le Wast and Arques.



Demandez le programme !

Après neufs années de succès,
105 représentations
dans les Estaminets de Randonnée
du Parc naturel régional
des Caps et Marais d'Opale
pour 8 000 spectateurs,
nous voilà repartis pour les



Patoisades 2008

des soirées
« culino-patoisantes »
durant le mois de novembre
dans les Estaminets Randonnée.



*Et cette année, nous fêterons les 10 ans
du Label Estaminet Randonnée*



Les programmes sont disponibles dès octobre :

- dans les Estaminets Randonnée,
- les maisons du Parc naturel régional
- et les Offices de Tourisme,
- ou et sur notre site Internet : www.parc-opale.fr

Pour tous ces spectacles culino-patoisants, n'oubliez pas de réserver directement auprès de l'estaminet randonnée de votre choix afin de venir découvrir un spectacle convivial autour d'une bonne table de terroir, où rires et bons plats vous attendent !

Adresses utiles pour préparer votre séjour en Caps et Marais d'Opale :

Comité Départemental de Tourisme :

La Trésorerie – Wimille – B.P 79 – 62930 WIMEREUX
Tél. 03.21.10.34.60 – Fax. 03.21.30.95.14
Site : www.pas-de-calais.com

Relais Gîtes de France :

La Trésorerie – Wimille – B.P 79 – 62930 WIMEREUX
Tél. 03.21.10.34.60 – Fax. 03.21.30.95.14
Site : www.pas-de-calais.com/gitesdefrance/

EDEN 62 :

B.P 113 – 62240 DESVRES
Tél. 03.21.32.13.74 – Fax. 03.21.87.33.07
E.mail : eden62@wanadoo.fr

Cyclotourisme : Tél. 03.21.72.67.00

Randonnée pédestre : Tél. 03.21.72.67.33

Tourisme Equestre :

78 Bd Jean Moulin – 62400 BETHUNE
Tél. 03.21.02.72.06

METEO France Centre Départemental du Pas-de-Calais :

17 Bd Sainte Beuve – 62200 BOULOGNE SUR MER
Tél. 08.92.68.02.62 – Fax. 08.36.68.08.62
E.mail : cdm62@meteo.fr
Site : www.meteo.fr

Office de Tourisme de Calais :

12 Bd Clémenceau – 62100 CALAIS
Tél. 03.21.96.62.40 – Fax. 03.21.85.88.38
E.mail : ot@ot-calais.fr ou calaiscotedopale@wanadoo.fr
Site : www.ot-calais.fr

Office de Tourisme des Trois Pays :

14 rue Clémenceau – B.P 45 – 62340 GUINES
Tél. 03.21.35.73.73 – Fax. 03.21.85.88.38
E.mail : ot.troispays@wanadoo.fr
Site : www.tourisme3pays.com

Office de Tourisme de la Terre des 2 Caps :

Place de la Mairie – 62179 WISSANT
Tél. 03.21.82.48.00 – Fax. 03.21.85.39.64
E.mail : tourisme@terredes2caps.com
Site : www.ville-wissant.fr

Office de Tourisme de l'Ardrésis Vallée de la Hem :

Chapelle des Carmes, Place d'Armes –
B.P 3, 62610 ARDRES –
Tél. 03.21.35.28.51 – Fax. 03.21.35.28.51
E.mail : ardres.officedetourisme@wanadoo.fr
Site : www.ardresis.com

Office de Tourisme de Boulogne sur Mer :

24 quai Gambetta Building B – B.P 197–
62203 BOULOGNE SUR MER CEDEX
Tél. 03.21.10.88.10 – Fax. 03.21.10.88.1
E.mail : info@tourisme-boulognesurmer.com
Site : www.tourisme-boulognesurmer.com

Office de Tourisme d'Hardelot :

476 av. François 1^{er} – B.P 21 – 62152 HARDELOT
Tél. 03.21.83.51.02 – Fax. 03.21.91.84.60
E.mail : othardelot@nordnet.fr
Site : www.hardelot.info

Office de Tourisme de Samer :

rue de Desvres – 62830 SAMER –
Tél. 03.21.87.10.42 – Fax. 03.21.06.01.90
E.mail : officetourisme.samer@wanadoo.fr
Site : www.ville-samer.fr

Office de Tourisme de Wimereux :

Quai Alfred Giard – B.P 33 – 62930 WIMEREUX
Tél. 03.21.83.27.17 – Fax. 03.21.32.76.91 –
E.mail : officedetourisme.wimereux@orange.fr
Site : www.wimereux-tourisme.fr

Office de Tourisme de la Région de Saint-Omer :

4 rue du Lion d'Or – 62500 SAINT-OMER
Tél. 03.21.98.70.00 – Fax. 03.21.98.08.07
E.mail : contact@tourisme-saintomer.com
Site : www.tourisme-saintomer.com

Office de Tourisme de Lumbres :

Rue François Cousin – B.P 39 – 62380 LUMBRES
Tél. 03.21.93.45.46 – Fax. 03.21.98.08.07
E.mail : office.tourisme.lumbrois@orange.fr
Site : <http://www.paysdelumbres.com>

Le Parc naturel régional des Caps et Marais d'opale est une création du Conseil Régional Nord - Pas-de-Calais, avec la coopération du Conseil Général du Pas-de-Calais, et la participation de l'Etat, des organismes consulaires, des intercommunalités et des communes adhérentes.



Maison du Parc
BP 22, 62142 Colembert
Tél. 03 21 87 90 90
Fax 03 21 87 90 87
www.parc-opale.fr