

ÉDITION  
**2025**

**PRINTEMPS**

DE LA *randonnée*

**AGENDA**



Parc  
naturel  
régional  
de la Haute Vallée  
de Chèvreuse



Mésange bleue

© : 1

## LE PARC EN QUELQUES

### chiffres

**690 km**  
de chemins  
balisés

**55**  
communes



**190 km**  
de pistes cyclable et  
liaisons douces



**44 %**  
de Forêt

### Le Parc naturel régional, un territoire préservé

Le Parc fait partie de l'arc francilien  
de biodiversité remarquable.

Les zones humides y abritent une grande  
partie des espèces régionales menacées.  
Des milieux riches et variés, rivières, ravins  
encaissés, plateaux sablonneux accueillent  
une faune et une flore spécifiques  
indispensables au monde vivant.

Les patrimoines ne sont pas en reste  
avec près d'un milliers d'édifices recensés,  
du château classé au plus modeste lavoir.

**34**  
sites

classés et inscrits  
au titre des paysages  
remarquables

**1 852**  
espèces

protégées  
et/ou menacées



**250 km**  
de rivières

**40 %**  
de surface  
agricole



**222**  
acteurs & lieux  
culturels identifiés



**1 931**  
édifices  
patrimoniaux

Cet agenda est réalisé par le Parc naturel  
régional. Les informations ne sont pas  
exhaustives. Ce document n'est pas contractuel  
et ne saurait engager la responsabilité du PNR.  
Les randonnées proposées se déroulent sous  
l'entière responsabilité de chaque organisateur.

Conception graphique : cubik-communication.fr  
Imprimeur : Payard, IMPRIM'VERT  
8 000 exemplaires

Crédits photos : Parc naturel régional de la Haute Vallée  
de Chevreuse | Olivier Marchal > © : 5, 12, 14, 15, 16, 19, 34  
| A. Mari > © : 31 | Saxifraga : Luuk Vermeer > © : 1, 17, 28,  
32, 36 • Hans Dekker > © : 2, 9, 18, 30 • Marijke Verhagen >  
© : 4, 6 • Mark Zekhuis > © : 3, 7, 26 • Tom Heijnen > © : 8,  
24, 37 • Willem van Kruijsbergen > © : 10, 11 • Ed Stikvoort >  
© : 13, 20 • Frits Bink > © : 22 • Jan Jansen > © : 23 •  
Rudmer Zwerver > © : 21, 25 • Rik Kruit > © : 27 • Jan  
van der Straaten > © : 29 • Luc Hoogenstein > © : 33 •  
Piet Munsterman > © : 35 |



Ophrys abeille  
© : 2

**Le Parc naturel régional lance la 1<sup>ère</sup> édition du Printemps de la randonnée, un programme de balades et randonnées pédestres accompagnées, gratuites ou payantes, proposées par le PNR et l'ensemble de ses partenaires, entre le 23 mars et le 21 juin 2025.**



Dans le cadre du Printemps de la Randonnée nous vous invitons à parcourir les chemins du Parc, afin de découvrir ses plus beaux paysages, sa nature préservée, ses patrimoines, son histoire, et ses produits du terroir.



Nous vous souhaitons de belles découvertes sur les chemins du Parc.

*Laissez-vous guider !*



Chevreuil  
© : 3



Se **renseigner et s'inscrire** directement **auprès de chaque organisateur** de randonnées (l'inscription est obligatoire).



Les sorties peuvent être modifiées ou annulées si les conditions météorologiques sont mauvaises.



Anémone  
Sylvie © : 4



© : 5



## LES BONs réflexes

- Lors de mes balades, je reste sur les sentiers.
- J'évite de laisser des traces, j'emporte mes déchets.
- J'apprends à ne pas faire du bruit.
- J'évite de manger les fruits des bois (risque de maladies).
- Je ne donne pas à manger aux oiseaux d'eau, (ça les rend malades).

- Je n'allume pas de feu, les risques d'incendies sont réels.
- Je respecte les propriétés privées.
- Je suis vigilant et compréhensif en traversant des chantiers forestiers, ils permettent la gestion de la forêt.
- Je suis très attentif à proximité des pistes cavalières. Je reste en retrait et laisse passer les chevaux.

La Hauteville

Hermeray

Raizeux

6



Cétoine dorée  
© : 6

La Queue-  
lez-Yvelines

Galluis

Méré

Mareil-  
le-Guyon

Bazoches-  
sur-Guyonne

Saint-Rémy-  
l'Honoré

Les Mesnuls

Saint-Léger-  
en-Yvelines

Les Bréviaires

14

Le Perray-  
en-Yvelines

4

8

10

Poigny-  
la-Forêt

Rambouillet

Sonchamp

# La carte DES RENDEZ-VOUS



Rainette verte  
© : 7



5  
16  
Jouars-Pontchartrain  
Le Tremblay-sur-Mauldre

N12

N10

12 13  
Magny-les-Hameaux  
Châteaufort

Le Mesnil-Saint-Denis

St-Lambert-des-Bois

Milon-la-Chapelle

Saint-Forget

Lévis-St-Nom

Chevreuse

3 17

Dampierre-en-Yvelines

Les Essarts-le-Roi

Bures-sur-Yvette  
(Ville Porte)

N118

Saint-Rémy-lès-Chevreuse

Gif-sur-Yvette

Senlis

Choisel

Boullay-les-Troux

2 11

Gometz-le-Châtel  
(Commune Associée)

Gometz-la-Ville

Saint-Jean-de-Beauregard

A10

Les Molières

Pecqueuse

Janvry

La Celle-les-Bordes

18

Bullion

Forges-les-Bains

Fontenay-les-Briis

15

Clairefontaine-en-Yvelines

Bonnelles

Vaugrigneuse

Courson-Monteloup

19 20

Rochefort-en-Yvelines

Longvilliers

Saint-Arnoult-en-Yvelines  
(Ville Porte)

Saint-Maurice-Moncouronne  
(Commune Associée)

Dourdan  
(Ville Porte)

Chardonneret élégant © : 8



# AGENDA

## Mars



### 1 Pister l'humain en forêt : Comment profiter de la nature en la préservant ?

**Senlisse, Bois des Maréchaux**  
**SAM. 23/03/2025**

14h30 > 17h30 • 4 km

**Solen Boivin, Guide de Parc.**

En tant que bons mammifères que nous sommes, nous aimons nous ressourcer lors de randonnées en forêt. La Vallée de Chevreuse, avec ses paysages splendides et sa diversité de milieux, offre un cadre parfait pour cette immersion. Si j'ai l'habitude de vous dévoiler les histoires de la faune sauvage, cette fois-ci, nous partirons à la découverte des traces laissées par l'humain en pleine nature.

Intermédiaire

Bonnes chaussures de marche, vêtements adaptés à la météo du jour • Payant (8 €/adulte - 6 €/enfant) • Dès 6 ans

**06 18 86 39 75**

**[solen.boivin@sortiesnature78.fr](mailto:solen.boivin@sortiesnature78.fr)**

### 2 Le sentier des 3 forêts entre Yvette et Rhodon **Saint-Rémy-lès-Chevreuse** **SAM. 29/03/2025**

14h • 11,5 km

**Romain Deparis, Département des Yvelines.**  
Départ Gare de Saint-Rémy-lès-Chevreuse.

Venez découvrir les Espaces Naturels Sensibles des Yvelines. Cet itinéraire vous permettra de découvrir des paysages forestiers, de plaine et de vallées, tout en profitant de points de vue sur la Vallée de Chevreuse.

Intermédiaire

Bonnes chaussures, eau, encas • Gratuit •

Dès 6 ans •

**07 61 51 50 30**

**[animationens@yvelines.fr](mailto:animationens@yvelines.fr)**



Narcisse © : 9



© : 10



Jacinthe  
des bois

© : 11



Anémone  
Sylvie © : 12



# LES premières fleurs DU PRINTEMPS

De la fin de l'hiver au milieu du printemps, des tapis de **fleurs** bleues, blanches ou jaunes **illuminent** souvent les sous-bois.

Ces plantes dites « vernaies » profitent alors pleinement de l'énergie des rayons du soleil pour **fleurir et fructifier** avant l'arrivée des feuillages denses des grands arbres.



Sur le territoire du Parc,  
attention, certaines plantes  
sont peu fréquentes,  
d'autres sont rares  
voire protégées...



Perce-neige © : 13

Ficaire © : 14



© : 15



## À SAVOIR

*La cueillette  
chez l'abeille crée  
la disette !*

*Cueillir oui, mais  
avec parcimonie.*

*Pas de cueillette  
pour les plantes  
protégées.*



# AGENDA

## Avril



© : 16

### 3 Un, deux, trois, j'irais dans les bois...

**Chevreuse, Chemin Jean Racine**  
**VEND. 04/04/2025**

14h30 > 17h30 • 14 km

*Guide de bonne pratique de cueillette,  
entre autre pour une randonnée vertueuse.*

**Francoise Leroyer, Guide de Parc.**

*Du château de la Madeleine aux granges  
de Port Royal.*

De petites quantités cueillies - pensons toujours qu'un fruit nourrit un oiseau, une fleur une abeille, une graine une fourmi, une fleur une autre fleur, un tableau champêtre un peintre, un poète... D'une saison à une autre, les plantes naissent, grandissent et meurent. Chaque étape est précieuse. Apprécier la présence d'espèces végétales différentes d'un lieu humide à un lieu sableux, d'une haie à un bosquet de bois... S'informer sur certaines plantes ayant un statut réglementaire : L'Osmonde royale par exemple. Marcher sur les chemins en évitant la piétinement et laissons vives les chemins de traverse.

Facile • Vêtements et chaussures selon  
la Météo • Payant (8€/adulte - 6€/enfant)  
Dès 8 ans • **06 74 45 15 84**  
**lamauvesauvage@gmail.com**

### 4 Les Vaux de Cernay Marche Nordique

**Le Perray-en-Yvelines**  
**LUN. 07/04/2025**

9h30 > 11h30 • ≈ 10 km



**L'Elan Sport pour tous.**

*RDV pour le covoiturage : parking  
de la salle des sports, rue des lauriers.*

Départ de la marche nordique parking du petit moulin, à coté du Salon Léopold de Cernay-la-Ville. Passage devant la statue de Léon Germain Pelouse puis après avoir longé les étangs des Vaux de Cernay nous prendrons la direction de l'Abbaye des Vaux de Cernay pour revenir sur le versant opposé en passant par le lieu dit " Les tuileries". Retour Salon Léopold.

Intermédiaire • Bâtons de marche, gourde,  
chaussures de randonnée • Gratuit  
**06 89 85 60 46 • elan.leperray@gmail.com**

5

**La nuit est à nous**

**Le Tremblay-sur-Mauldre,  
Jouars-Pontchartrain**  
**VEND. 11/04/2025**

20h > 23h30 • 8 km

**PNR de la Haute Vallée de Chevreuse.**

Sortie de nuit, pour apprécier le calme et le paysage nocturne de la plaine de Jouars. Un moment pour regarder le ciel, vivre et comprendre la nuit.

Intermédiaire • Chaussures  
de randonnée, pique-nique. Sortie dans  
le noir sans éclairage portatif • Gratuit •  
Dès 10 ans • **01 30 52 09 09**  
**accueil@parc-naturel-chevreuse.fr**

6

**Raizeux, boucle des champs  
et des bois**

**Raizeux**  
**VEND. 18/04/2025**

10h > 11h30 • ≈ 6,5 km



**Office de tourisme Rambouillet Territoires.**

Cette randonnée est idéale en cette saison :  
un parcours explorant le monde agricole et  
forestier de la commune de Raizeux.

Facile • Chaussures de marche,  
bouteille d'eau, bâtons de marche si besoin  
Payant 5,50 €/4 € • **01 34 83 21 21**  
**contact@rambouillet-tourisme.fr**

7

**Les Vaux de Cernay  
Marche Nordique**

**Auffargis**  
**SAM. 26/04/2025**

9h > ≈ 13h • 12 km

**Association Marche Nordique Essartoise.**

*RDV parking de la Sablière, sur la D24.*

**GPS 1.90869 - 4869153.**

Départ du parking par les sentiers qui longent les étangs de l'Abbaye, les cascades et roches des Vaux de Cernay. Passage au petit moulin des roches et retour par le bois domanial des Maréchaux, point de vue sur l'Abbaye des Vaux de Cernay.

Facile • Bâtons de marche nordique, eau  
et encas • Gratuit • Pratiquant de marche  
nordique • **06 86 82 45 92**  
**marche.nordique.essartoise@gmail.com**

# LES naissances



Au détour  
d'un chemin un  
**faon** abandonné  
dans les hautes herbes ?

Une petite **chouette** en  
péril tombée du nid ?

Que faire ? Parfois nos  
réflexes ne sont pas les bons.

Savez-vous que le faon passe  
seul la journée, caché dans les  
hautes herbes ou derrière un  
buisson pour retrouver sa mère  
au crépuscule et qu'il ne faut  
surtout pas le toucher au risque  
qu'il soit abandonné ; la petite  
chouette hulotte quant à elle  
quitte le nid avant de savoir  
voler, mais reste toujours  
nourrie par ses parents  
jusqu'à son émancipation.

**Laissons la vie  
suivre son cours,  
n'intervenons pas  
inutilement.**

N'oubliez pas  
de tenir votre chien  
en laisse durant  
toute cette période  
sensible d'avril,  
mai, juin !



# AGENDA

## mai



Montfort  
l'Amaury

### 8 Les araignées de Saint-Hubert

Le-Perray-en-Yvelines

SAM. 10/05/2025

14h30 > 17h • 3 km

#### Réserve naturelle nationale des étangs et rigoles d'Yveline.

Participez à une promenade au sein de la réserve naturelle des étangs et rigoles d'Yveline sur la thématique de ces petites bêtes soyeuses. Vos yeux aiguisés trouveront les magnifiques toiles géométriques ou encore celles en nappe d'araignées aussi différentes que les épeires ou les tégénaires. Ce sera en dehors de la réserve que vous parviendrez probablement, équipés de boîtes loupe, à isoler délicatement une pisaure admirable afin d'en vérifier cette qualité. On pourra peut-être s'émerveiller des capacités athlétiques des araignées sauteuses, qui sait et découvrir pourquoi les araignées-loups sont ainsi nommées ? C'est autour de l'étang de Saint-Hubert que la réserve vous invite à voir différemment les araignées qui nous entourent afin d'en appréhender leur diversité ainsi que leurs rôles dans cet écosystème protégé.

Facile

Vêtements en fonction de la météo du jour  
Payant (9€/adulte et 7€/enfant)

Dès 6 ans

01 71 49 71 82 (Solen 06 29 50 98 94)

reserve@smager.fr

Épeire diadème

Ⓢ : 17



### 9 De village en village

Montfort l'Amaury

DIM. 11/05/2025

10h > 12h30 • 10 km

#### Maison du Tourisme et du Patrimoine.

Départ de la Maison du Tourisme et du Patrimoine à Montfort l'Amaury en direction des Mesnuls en passant par la Millière. Passage devant le château des Mesnuls.

Ensuite direction Bazoches-sur-Guyonne Arrivée devant la Maison Jean Monnet et retour vers Montfort l'Amaury par le chemin de Saint-Rémi.

Facile

Chaussures de marche, crème solaire et chapeau en cas de soleil, bouteille d'eau

Gratuit • Dès 10 ans

01 34 86 87 96

tourisme@montfortlamaury.fr

### 10 La Pierre Ardoue, Marche Nordique

Le Perray-en-Yvelines

LUN. 12/05/2025

9h30 > 11h30 • ≈ 10 km

#### L'Elan Sport pour tous.

RDV pour le covoiturage : parking

de la salle des sports, rue des lauriers.

Circuit entre Gambaiseuil et Saint-Léger.

Départ sur la D936 après Saint-léger-en-Yvelines pour un circuit entre Gambaiseuil et Saint-Léger en passant par le domaine de la pierre Ardoue.

Intermédiaire

Chaussures de randonnée, bâtons, gourde

Gratuit • 06 89 85 60 46

elan.leperray@gmail.com

Orchis mâle Ⓢ : 18





Château de la Madeleine, Maison du Parc naturel régional de la Haute Vallée de Chevreuse

**11 D'une réserve à l'autre et d'une Vallée à l'autre : de Méranthaise en Yvette**  
**Châteaufort, Villiers-le-bâcle, Gif-sur-Yvette, Saint-Rémy-lès-Chevreuse**  
**SAM. 17/05/2025**

13h45 > 18h • ≈ 9 km

**PNR de la Haute Vallée de Chevreuse.**  
 RDV à 13h45 devant la gare de Saint-Rémy-lès-Chevreuse. À partir de la gare départ en bus à 14h05 pour le Domaine d'Ors (prévoir l'achat de votre ticket de bus 2 € car il n'est pas inclus). Retour au point de départ en randonnée.

Depuis l'Espace naturel protégé du Domaine d'Ors à Châteaufort, site patrimonial, et en passant par le fond de vallée de la Méranthaise puis le Bois d'Aigrefoin, balade naturaliste jusqu'à l'Yvette. Au programme : cours d'eau, zones humides variées, sablières, forêts diverses et mares de plateaux, etc. La randonnée se terminera par une visite commentée d'une partie de la réserve naturelle régionale de Saint-Rémy-lès-Chevreuse, habituellement fermée au public et qui a accueilli un important chantier de renaturation de rivière en 2019.

Facile • Chaussures de marches montantes recommandées, eau • Dès 8 ans •  
**01 30 52 09 09**  
**accueil@parc-naturel-chevreuse.fr**

**12 Randonnée culture-nature dans la vallée de Port-Royal**  
**Magny-les-Hameaux, Chevreuse**  
**SAM. 17/05/2025**

9h30 > 16h30 (4h de marche)  
 11,6 km

**Association des Amis du musée de Port-Royal, PNR.** Sur le chemin Jean Racine, entre le site du Musée national de Port-Royal-des-Champs à Magny-les-Hameaux et le château de la Madeleine à Chevreuse.

> **Matinée : Circuit culturel** – Histoire de la nature à Port-Royal-des-Champs. 12h30 : Arrivée étape intermédiaire au château de la Madeleine à Chevreuse pour la pause déjeuner Panorama et pique-nique dans les hauteurs et la cour du château de la Madeleine.

> **Après-midi : Circuit botanique / naturaliste**  
 14h : RDV dans la cour du château de la Madeleine. Accueil et début de la marche.  
 16h30 : Arrivée à Port-Royal-des-Champs. Quartiers libres ensuite pour visiter le site, parcs et jardins de Port-Royal-des-Champs.

Facile • Chaussures de marche recommandées, encas, pique-nique  
 Gratuit • **01 30 52 09 09**  
**accueil@parc-naturel-chevreuse.fr**

Pissenlit @ : 20

**13 À la découverte des plantes comestibles**  
**Magny-les-Hameaux**  
**DIM. 18/05/2025**

14h30 > 17h30 • 6 km

**Catherine Launay.**

Déguster un pesto sauvage, fabriquer son champagne des fées, parfumer ses desserts avec le goût subtil des fleurs sauvages. Ce sera à votre portée après cette balade le long des circuits Parcours Comestibles de Magny-les-hameaux. Catherine Launay, Guide Nature passionnée, vous fera découvrir la grande variété des plantes sauvages comestibles courantes. Elle vous expliquera comment les reconnaître, les cuisiner ainsi que leurs contre-indications. Ce sera aussi l'occasion de partager quelques anecdotes sur l'histoire de leurs utilisations à travers les âges.

Facile • Des chaussures adaptées à la marche en forêt et des vêtements adaptés à la météo du jour • Gratuit • Dès 6 ans  
**06 84 04 18 54**  
**catherine@nature-merveille.com**



# AGENDA

## mai



**14** **Immersion nocturne au Pourras**  
**Le-Perray-en-Yvelines,**  
**Les Bréviaires, Étang du Pourras**  
**SAM. 24/05/2025**

20h > 22h30 • 4 km

**Réserve naturelle nationale des étangs  
et rigoles d'Yveline.**

Plongez dans la magie d'une nuit en pleine nature lors de notre sortie nocturne au Pourras ! Les étangs de Saint-Hubert, Pourras et Corbet abritent une biodiversité riche, et sont aujourd'hui classés réserve naturelle.

À l'occasion de la fête de la Nature, nous vous invitons à une sortie au crépuscule pour découvrir les trésors cachés de ces zones humides. Laissez-vous guider par les sons mystérieux des oiseaux diurnes, qui font place progressivement aux oiseaux nocturnes. Observez la faune qui s'éveille à la tombée du jour et profitez du réveil des chauve-souris pendant cette sortie printanière. Venez partager ce moment privilégié avec nous et laissez-vous émerveiller par la beauté et la richesse de notre environnement naturel.

Intermédiaire

Vêtements adaptés aux conditions  
météo. Lampe frontale/lumière de poche  
(idéalement rouge) • Gratuit • Dès 6 ans  
**01 71 49 71 82 (Solen 06 29 50 98 94)**  
**reserve@smager.fr**

**15** **Découverte faune/flore**  
**du Domaine de Soucy**  
**Fontenay-lès-Briis,**  
**Domaine de Soucy**  
**SAM. 24/05/2025**

15h > 15h45 • 1 km

**Communauté de communes du pays  
de Limours.**

À l'occasion de la Fête de la Nature, partez à la découverte de la faune et de la flore locale.

Facile • Chaussures de marche •  
Gratuit • Dès 4 ans • **01 64 90 02 12**  
**environnement@cc-paysdelimours.fr**



Ronce  
© : 21

**Certaines espèces**  
ne nous semblent pas  
sympathiques  
au premier abord  
mais **contribuent**  
pourtant à **l'équilibre**  
**de la nature**, en voici  
quelques exemples.

### PRÉVENTION

Après chaque  
balade, je suis  
vigilant aux tiques.  
Plus d'informations  
sur le site  
[www.citique.fr](http://www.citique.fr)



# TOUS utiles !



© : 23



Collète du lierre  
© : 22



Grive mauvis © : 24

Contrairement aux idées reçues **le lierre** n'étouffe pas les arbres en forêt\*, **ses fleurs sont très appréciées à l'automne par les insectes pollinisateurs** (elles constituent une des dernières ressources alimentaires de l'automne), et ses baies régaleront en hiver plusieurs espèces d'oiseaux. Il offre également en toutes saisons une multitude de cachettes à de nombreuses autres espèces.

\*dans les vergers il suffira de porter une attention particulière aux fruitiers.



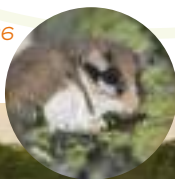
© : 25

## La ronce, une vraie plante ressource !

un garde manger pour les pollinisateurs, les petits mammifères et les oiseaux qui se délecteront de ses fruits ; sans oublier la délicieuse confiture de mûres (récoltées à hauteur d'homme pour éviter certains parasites).

- Un **abri** pour accueillir les nids de nombreux oiseaux.
- Une **pouponnière** pour les jeunes arbres qui pourront commencer leur croissance à l'abri de la dent du cerf ou du chevreuil.

Lérot © : 26



Paon du jour © : 27



Vulcain © : 28



© : 29

Mal aimée, **l'ortie** bénéficie pourtant à un grand nombre d'animaux.

C'est le cas du « Paon du jour » ou encore du « Vulcain », deux magnifiques papillons dont les chenilles se régaleront des feuilles d'ortie.



# AGENDA

## Juin



### 16 Des fermes historiques aux acteurs du développement rural d'aujourd'hui

*Tremblay-sur-Mauldre,  
Centre-bourg et ferme d'Ithe  
Jouars-Pontchartrain,  
hameau des Mousseaux*  
**SAM. 14/06/2025**

10h > 18h • 8,7 km

#### **PNR de la Haute Vallée de Chevreuse.**

Cette randonnée entre Les Mousseaux et Le Tremblay sera ponctuée de découvertes patrimoniales et de rencontres humaines autour des corps de ferme et de la thématique du développement rural.

Des acteurs agricoles, touristiques et autres ambassadeurs locaux vous présenteront leurs activités, profondément ancrées dans le territoire et ses enjeux de préservation et valorisation des ressources.

Facile • Pique-nique • Dès 8 ans

**01 30 52 09 09**

[accueil@parc-naturel-chevreuse.fr](mailto:accueil@parc-naturel-chevreuse.fr)

### 17 Les quatre châteaux *Chevreuse, Choisel, Saint-Forget* **SAM. 14/06/2025**

9h15 > 17h • ≈ 16 km

#### **ASMD Section Marche Chevreuse.**

RDV Parking des petits ponts à 9h, départ à 9h15.

Randonnée en boucle, permettant la vue des châteaux de la Madeleine, Méridon, Breteuil et Mauvière. Le pique-nique se fera devant le château de Breteuil. Randonnée de difficulté moyenne, avec des dénivellés positifs de +292 m et négatifs de -289 m.

Intermédiaire • Chaussures de randonnée, vêtements de pluie, pique-nique, couverts  
Gratuit • **06 80 15 88 53 • 06 24 65 64**

**24 président.marche@asmd.fr secrétaire.  
marche@asmd.fr • Un lien sera fourni  
pour l'inscription en ligne**



### 18 Balade sophrologique *La Celle-les-Bordes, Bois Domaniel des Hauts Besnières* **DIM. 15/06/2025**

10h > 12h • 7 km

#### **PNR de la Haute Vallée de Chevreuse.**

Julie Tisseront, Sophrologue, vous invite à découvrir la nature et l'environnement autrement. À travers un bain de forêt, vous allez découvrir les bienfaits de la nature sur le corps et le mental. Prenez le temps de vous ressourcer et de vous imprégner de ce qui vous entoure à travers tous vos sens : respirer, regarder, écouter, sentir, toucher. Cette balade aux vertus apaisantes et relaxantes vous fera vivre de l'intérieur les richesses naturelles du territoire.

Facile • Chaussures confortables, bouteille d'eau • Gratuit • **01 30 52 09 09**  
[accueil@parc-naturel-chevreuse.fr](mailto:accueil@parc-naturel-chevreuse.fr)

### 19 Le sentier des 4 dragons *Rochefort-en-Yvelines* **MER. 18/06/2025**

14h30 • 5 km



#### **Romain Deparis, Département des Yvelines.**

Venez découvrir la forêt départementale de Rochefort à travers la légende des 4 dragons et profitez d'un patrimoine naturel exceptionnel composé de landes, de chênes remarquables et de pins.

Facile • Bonnes chaussures, eau, encas  
Gratuit • Dès 6 ans  
**07 61 51 50 30 •**  
[animationens@yvelines.fr](mailto:animationens@yvelines.fr)



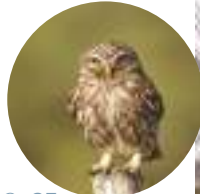
# — AUTOUR DE NOUS, — la vie EST PARTOUT

« La nature a horreur du vide » disait Aristote, et elle se cache souvent dans des endroits insoupçonnés.

Bien des éléments **bâtis** ou **façonnés par l'homme** constituent de **formidables habitats** pour des espèces peu visibles.

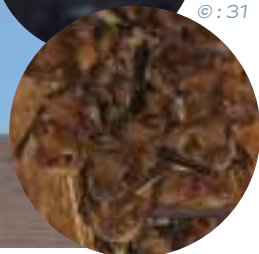
@ : 35

**L'arbre taillé en trogne** offre des loges à la **Chouette chevêche**...



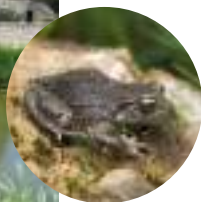
@ : 30

@ : 31



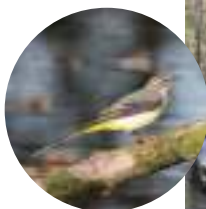
**Le clocher** de l'église accueille la **Chouette effraie** ou la nurserie de chauves-souris.

@ : 34



@ : 33

**La mare** du village abrite une grandes diversités d'espèces dont l'**Alyte accoucheur**.



@ : 32



**Le lavoir** peut constituer un gîte pour la **Bergeronnette** des ruisseaux.

Maisons et jardins constituent également un habitat propice à l'accueil de la faune et de la flore sauvage.

20

## Randonnée Rochefortaise

**Rochefort-en-Yvelines**

**JEU. 19/06/2025**

9h30 > ≈ 16h • Entre 12 et 15 km

### Section marche de l'Union, Marc Henry.

Dans la matinée, présentation de points remarquables du Bois de Rochefort, de son environnement (landes, forêts de bouleaux, de chênes, points de vue...). Vers midi : pique-nique. Après-midi : poursuite de la randonnée avec la visite des ruines du château de Gui Le Rouge. Le bois est vallonné et le parcours présentera des montées un peu rudes.

Cette randonnée n'est possible que grâce au soutien de la SHR et de la mairie de Rochefort.

Chaussures de marche, pique-nique

Gratuit • **06 74 67 76 30**

**SMS recommandé**

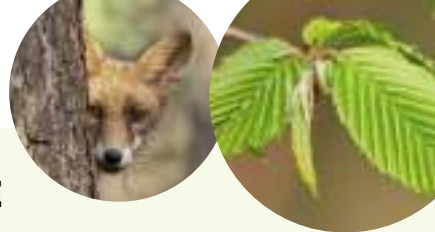
**marc-yvonne.henry@wanadoo.fr**



### À NOTER

Une bouteille ou une canette abandonnées constituent un piège fatal pour de nombreuses espèces.





## MINI GUIDE NATURE

Charme © : 37



RENARD



CHIEN



BLAIREAU



FOUINE



CERF



CHEVREUIL



SANGLIER



NOISETIER



AULNE



HÊTRE



CHARME



CHÊNE



CHÂTAIGNIER



Envie de profiter  
du **Printemps**  
**de la randonnée** le temps  
d'un week-end, retrouvez  
l'offre d'**hébergements**  
et de **restaurants**  
du PNR sur notre  
site internet



*Marcher, rencontrer,  
partager, découvrir, préserver*

Pour randonner toute l'année hors  
des sentiers battus, le portail web  
et l'appli gratuite des Parcs naturels  
régionaux propose plus de 300 itinéraires  
pour découvrir les plus beaux paysages,  
le patrimoine, la nature préservée  
des Parcs naturels régionaux  
d'Ile-de-France.

Privilégier les transports en commun  
et les modes de déplacements doux  
pour venir et vous déplacer sur le PNR.

- Transports en commun :  
[www.iledefrance-mobilites.fr](http://www.iledefrance-mobilites.fr)
- Se déplacer sur le PNR :  
[www.parc-naturel-chevreuse.fr/  
se-deplacer-acces](http://www.parc-naturel-chevreuse.fr/se-deplacer-acces)



Maison du Parc  
Mission Tourisme durable  
Château de la Madeleine  
Chemin Jean Racine  
78472 Chevreuse cedex



Tel : 01 30 52 09 09  
[www.parc-naturel-chevreuse.fr](http://www.parc-naturel-chevreuse.fr)

