

MARCHEZ CONTRE LA MALADIE D'ALZHEIMER DIMANCHE 7 DÉCEMBRE

Dimanche 7 décembre

PROMENADE À LA PANNE

au profit de

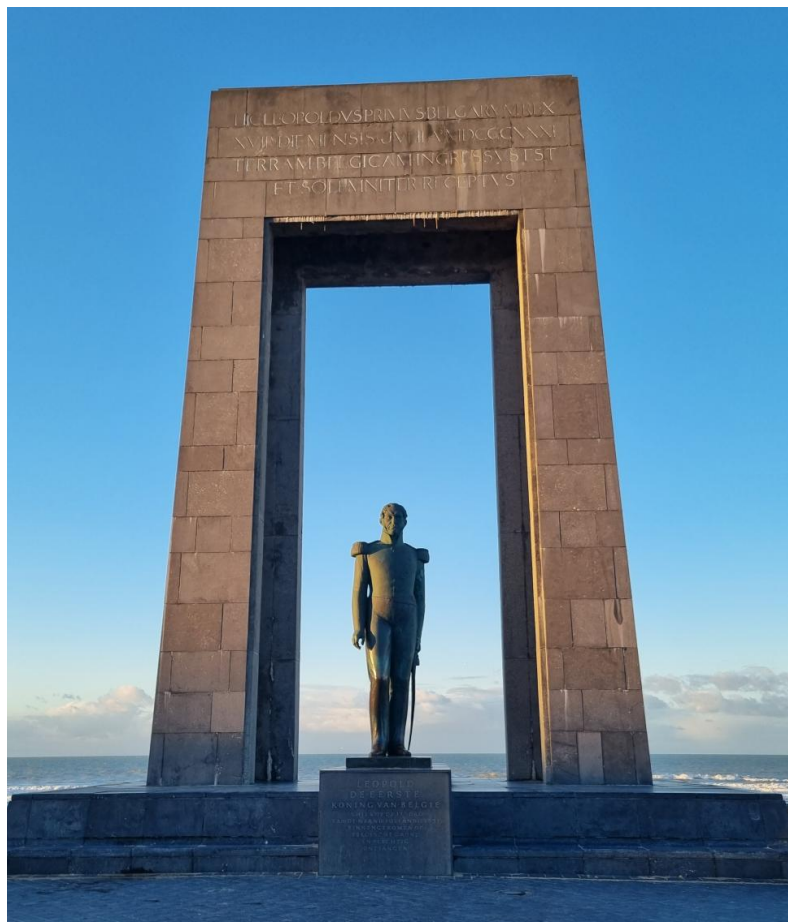


Dimanche 7 décembre 2025, une journée à ne pas manquer. Enfilez vos chaussures de randonnée et rejoignez l'asbl Buencamino Step Forward pour une journée randonnée inspirante dans la magnifique ville de La Panne.

Nous nous engageons ensemble pour une bonne cause : Stop Alzheimer, la Fondation Recherche sur la maladie d'Alzheimer. Chaque kilomètre compte dans la lutte contre cette maladie grave. Que vous soyez un randonneur chevronné ou que vous ayez simplement une envie de passer une belle journée dans la nature - votre participation fait la différence. Rejoignez-nous et soutenez la recherche. Ensemble, marchons vers un avenir plus sain !

En Belgique, 1 personne sur 5 sont concernées par une maladie de type Alzheimer. Pourtant, on en parle beaucoup trop peu. Stop Alzheimer souhaite sensibiliser et informer l'ensemble de la société.

Venez donc tous faire une promenade le 7 décembre à La Panne !



SOUTENEZ LA FONDATION RECHERCHE ALZHEIMER

En route pour la randonnée !

Commandez un T-shirt de la fondation pour seulement 10€, disponible dans les tailles suivantes : S, M, L, XL, XXL

Vous pouvez l'acheter sur place lors de votre inscription à la randonnée ou en précommandant par e-mail à l'adresse info@stopalzheimer.be



Au profit de la recherche sur Alzheimer

Organisez vous-même une action au profit de la recherche sur la maladie d'Alzheimer

Cliquez ici pour créer une page de collecte et faites-vous sponsoriser par votre famille et vos amis. Vous pouvez vous faire sponsoriser seul ou en équipe. Vous pouvez facilement ajouter les membres de votre équipe une fois que vous avez créé une page d'action. N'hésitez donc pas à organiser une action avec vos amis, votre club de randonnée, vos collègues ou votre famille.

EXTRA : toute personne qui parvient à collecter plus de 100 € recevra un t-shirt GRATUIT !



Lancez vous-même une action
au profit de la recherche sur Alzheimer



Toute personne qui verse 40 € ou plus reçoit bien sûr une attestation fiscale lui permettant de récupérer jusqu'à 45 % du montant versé sur ses impôts !

Chaque geste compte pour stopper Alzheimer

Des défis sportifs aux ventes de pâtisseries, nos donateurs se surpassent chaque jour pour soutenir la recherche.

Peu importe l'idée que vous choisissez, chaque euro que vous collectez sera directement dédié à financer des projets scientifiques pour stopper Alzheimer.

SOUTENEZ LA RECHERCHE SUR ALZHEIMER ET VENEZ MARCHER LE 7 DÉCEMBRE

Pourquoi votre action est importante ?

52 millions. Ceci est le nombre de personnes souffrants d'une maladie de type Alzheimer dans le monde. Un chiffre qui est multiplié par deux tous les 20 ans. La maladie d'Alzheimer est la cause la plus fréquente de démence, représentant environ 70 % des cas.

Bien que l'activité physique, et donc la marche, joue un rôle important dans la prévention de la maladie, la recherche scientifique reste le seul espoir pour enrayer la maladie.



**1 FEMME SUR 3
DÉVELOPPE UNE
MALADIE DE TYPE
ALZHEIMER**



Alors pourquoi ne pas combiner les deux ? En participant à la randonnée à La Panne, vous pouvez demander à vos amis et à votre famille de vous parrainer et soutenir la Fondation Stop Alzheimer, contribuant ainsi à financer davantage la recherche sur la maladie d'Alzheimer en Belgique.



Une personne sur cinq est atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'une autre forme apparentées. Pourtant, on en parle beaucoup trop peu.

Avec la marche à La Panne, Stop Alzheimer, la fondation pour la recherche sur la maladie d'Alzheimer, souhaite informer et sensibiliser le grand public. Venez donc tous marcher le 7 décembre à La Panne, ensemble nous mettrons fin à la maladie d'Alzheimer.

DÉCOUVREZ LES PARCOURS



Dans la charmante ville côtière de La Panne, où la mer, les dunes et la nature se rencontrent, nous vous invitons à participer à une journée de randonnée unique, riche en tranquillité et en air marin vivifiant. L'asbl Buencamino Step Forward propose un choix varié de beaux itinéraires de randonnée qui ne se croisent pas, afin que vous puissiez composer votre parcours idéal, à votre rythme et selon vos envies.

Que vous aimiez les promenades tranquilles le long du littoral ou que vous préfériez la tranquillité des dunes et de la forêt, vous trouverez ici tout ce que vous cherchez. Les itinéraires vous emmènent le long de larges plages, de vastes zones dunaires telles que les dunes de Houtsaeger et les dunes d'Oosthoek, de sentiers forestiers tranquilles, de paysages naturels (Calmeynbos ou, de l'autre côté de la frontière, Dunes De Perroquet) et d'un quartier résidentiel pittoresque qui confère à La Panne son caractère unique. En chemin, vous pourrez profiter pleinement de la beauté de la nature, de l'air marin vivifiant et de l'ambiance conviviale d'un événement de randonnée bien organisé.

Vous avez le choix entre quatre distances soigneusement tracées : 4 km – 7 km – 7,5 km – 22,4 km

Toutes les boucles sont clairement balisées depuis la salle de départ, où vous trouverez également un plan d'ensemble pratique et un code QR à suivre. Vous pouvez ainsi partir l'esprit tranquille, seul ou en bonne compagnie.

Que vous soyez un randonneur expérimenté ou que vous ayez simplement envie de passer une agréable journée en plein air, il existe un itinéraire adapté à chaque niveau et à chaque âge.

Rejoignez-nous le dimanche 7 décembre 2025 – pour vous-même, pour la bonne cause et pour la beauté pure de La Panne.



INFORMATIONS PRATIQUES

Inscriptions:

Sur place, le jour même !

Quand:

Dimanche 7 décembre

Départ de 7h à 15h – dernière arrivée 17h

Point de départ:

Zaal De Boare

Koningsplein 1, 8660 De Panne

Distances:

4 (4 km adaptés aux poussettes et aux fauteuils roulants), 7, 7,5 et 22,4 km

Points de repos : après 8 km au Café Saint Martin
Bray Dunes et après 17 km au Perroquet 23

Prix:

Membres Wandelsport Vlaanderen : 3,50 €

Non-membres : 5 €

Les inscriptions peuvent se faire sur place.

Parking : sur la Koningsplein et sur la
voie publique

Accessibilités:

- Voitures
- Transports en commun: descendre du tram à l'arrêt De Panne Olmendreef
- Bus : descendre à l'arrêt De Panne gemeentehuis

Tous les randonneurs recevront une
paire de chaussettes de randonnée et
un ticket de tombola gratuit.

