

La Randonnée : Conduite à tenir et Principes de sécurité

La responsabilité du pratiquant

- ✓ Le randonneur doit être en possession de sa licence, de sa carte vitale et de sa carte d'identité ;
- ✓ La sécurité du randonneur est avant tout assurée par sa propre vigilance ;
- ✓ Le randonneur veillera, par son comportement, à ne pas mettre en péril sa sécurité et celle du groupe ;
- ✓ Le randonneur doit s'informer à l'avance, auprès de l'animateur, des difficultés potentielles de la randonnée, s'il pense que celle-ci risque de dépasser ses capacités physiques ;
- ✓ En cas de problèmes de santé ou de fièvre, ou juste après l'arrêt d'un traitement, il est conseillé de s'abstenir de toute activité physique pendant quelques jours ;
- ✓ Les randonneurs auront toujours dans leur sac les médicaments d'urgence qui leur sont nécessaires avec leur mode d'emploi. Les trousse de secours dont sont munis les animateurs ne doivent contenir aucun médicament, pas même de paracétamol ;
- ✓ En cas d'arrêt « intempestif » c'est-à-dire hors des repos prévus par l'animateur, l'un des animateurs doit en être informé. Le randonneur laissera également son sac en vue sur le bord du chemin .

La responsabilité de l'Association et de l'Animateur

- ✓ Les dirigeants de l'Association sont en possession du calendrier des sorties randonnées. Ils doivent être informés par l'animateur d'un éventuel changement de date ou de lieu ;
- ✓ En cas d'alerte météo, vigilance orange et plus, la randonnée du jour sera annulée ;
- ✓ Seuls les pratiquants à jour de leur licence sont admis dans nos groupes de randonnées (exception faite d'une séance d'essai ou de journée découverte). En aucun cas ne sera accepté des personnes non licenciées ;
- ✓ La responsabilité de l'Association commence à partir du point de départ de la randonnée et se termine au même point, signalés sur les calendriers de sortie. Ainsi un randonneur ne doit pas quitter le groupe avant le terme de la randonnée. En cas d'insistance, l'animateur devra l'informer en présence de 2 témoins, qu'il n'est plus sous sa responsabilité ni sous celle de l'association ;
- ✓ L'animateur est responsable de son groupe : il doit refuser un participant dont l'état de santé et /ou l'équipement s'avèreraient inadaptés à la randonnée proposée, de même qu'un pratiquant qui persisterait à ne pas respecter les principes de sécurité évoqués plus haut ;
- ✓ La présence d'un serre fil est obligatoire car l'animateur ne peut voir la totalité de son groupe en permanence. Par précaution, un sifflet s'avèrera utile. En présence d'un groupe important, un second animateur pourra être adjoint pour sécuriser la randonnée ;
- ✓ Lors de la traversée de routes, l'animateur donne le signal de la traversée. S'il existe une signalisation elle doit être impérativement respectée. De même, l'animateur indique le sens du déplacement en fonction de la taille du groupe et de la configuration du terrain.

En résumé le randonneur devra :

1. Apprécier ses aptitudes physiques du moment
2. S'équiper correctement (vêtements - chaussures - boissons - nourriture)
3. Respecter les règles de sécurité et les consignes données par l'animateur : c'est, en effet, à l'animateur qu'il incombe, en fonction des situations réelles, de choisir la solution la plus sécurisée, à charge pour les participants de respecter les consignes.