Règles de sécurité relatives à la pratique de la randonnée

La pratique de la randonnée – *marche nordique, petites, moyennes et grandes randonnées* – nécessite de la part des organisateurs une préparation soignée et implique de la part de tous les participants le respect de règles importantes en matière de sécurité. Ces dispositions ont pour but de limiter au maximum les risques d'accidents pouvant survenir sur les parcours, et de permettre à chacun de profiter pleinement de ces moments de détente.

A – Préparation des randonnées -

* Choix des parcours – les parcours sont proposés par rapport à des critères choisis et annoncés à l'avance, tels que : distance, dénivelés, difficultés techniques etc... Afin de permettre aux adhérents de juger de leur capacité à effectuer cette marche.

* Reconnaissance des parcours – à défaut d'être connus à l'avance, les parcours doivent faire l'objet d'une reconnaissance préalable. Si une partie du chemin emprunté est privé, demander une autorisation préalable au propriétaire.

* Supports des parcours – l'animateur doit disposer soit de cartes IGN au 1/25 millièmes, soit de plans papier, soit de tracé GPX incorporés à un GPS – L'animateur peut éventuellement préparer un « tableau de marche » comportant les points de repos et de repas ou ravitaillement.

* Moyens techniques – Les animateurs doivent disposer : d'une trousse de secours (dont le contenu est régulièrement renouvelé à la charge du club) d'un gilet jaune, d'un sifflet, d'une boussole, d'un téléphone portable disposant si possible d'une application de localisation GPS.

B – Départ de la randonnée – derniers préparatifs

* Météo – l'animateur doit s'assurer que la météo annoncée permet d'effectuer la rando proposée dans de bonnes conditions. En cas **d'alerte Orange** la randonnée doit être annulée.

* Avant le départ, l'animateur doit compter le nombre de participants.

* Equipements – les participants doivent être équipés convenablement pour cette activité - chaussures, vêtements, bâtons, boisson, nourriture si besoin.

* L'animateur fait un rappel des consignes de sécurité et indique les points d'intérêt de la rando, les difficultés majeures, les lieux de séparation en deux groupes si nécessaire. **Il désigne un « serre-fil »**

C – Pendant la randonnée -

* L'animateur doit faire régulièrement le point sur la carte (ou le GPS) pour situer la position du groupe – Il doit gérer les arrêts pour que les marcheurs puissent boire ou s'alimenter. Le serre-fil doit veiller en permanence aux retardataires, aux arrêts pour besoins naturels etc.

* Traversée d'une route ou l'emprunt d'une portion de route

- Traversée d'une route : avant d'arriver à la route, l'animateur doit rappeler les consignes – traversée « en peigne » ou « en râteau » par petits groupes de 10. C'est lui qui donne le signal de départ de la traversée, ou toute autre personne désignée par lui.

- Emprunt d'un tronçon de route : s'il y a un accotement ou un trottoir, les marcheurs doivent les emprunter. A défaut, les marcheurs doivent se positionner « en file indienne » du côté gauche de la chaussée, ou deux par deux du côté droit de la chaussée. Si la visibilité est mauvaise (virages serrés) il est préférable de marcher à droite.

Dans tous les cas, faire preuve de « bon sens » et se placer là où le risque est le plus faible. C'est à l'animateur d'indiquer les règles et les marcheurs doivent s'exécuter.

* L'animateur doit faire face à l'imprévu

- météo qui se dégrade
- retard important dans la progression
- malaise ou blessure d'un participant

Il doit décider de la poursuite ou non de la rando et le cas échéant appeler les secours. (tél le 15)

Que faire en cas d'accident ?

Rappelons que toutes les activités du CLUB peuvent générer des ACCIDENTS aux conséquences plus ou moins graves.

Chaque saison, on enregistre quelques chutes sans gravité au cours des différentes randonnées.

Il est donc nécessaire d'anticiper un événement plus grave, que nous souhaitons ne jamais connaître, mais auquel il faudra faire face.

Deux cas de figure :

- l'accident semble sans gravité et la victime poursuit sa marche, mais du fait des douleurs ressenties, elle décide de consulter son médecin traitant à son retour.

* si son état entraîne une incapacité et nécessite des soins, elle réclame « UN CERTIFICAT INITIAL DE CONSTATATION » et le transmet immédiatement au Président du SCD

- L'accident nécessite une hospitalisation immédiate : la victime ou son entourage réclame au médecin des urgences « UN CERTIFICAT INITIAL DE CONSTATATION » et le transmet au Président du SCD

La nuance doit être faite entre deux garanties distinctes de l'assurance du CLUB :

- **La responsabilité Civile** qui interviendra seulement si un tiers est en cause dans l'accident. Faute grave des organisateurs, collision avec un véhicule, morsure par un chien errant etc.

- **Les indemnités contractuelles** qui pourraient être versées en cas de frais de soins restant à charge, de séquelles grave entraînant une invalidité permanente partielle ou totale etc.