

CONSIGNES DE SECURITE À RESPECTER LORS DES RANDONNEES

Comme toute activité de plein air, la randonnée peut présenter des dangers, pour limiter ceux-ci nous devons respecter certaines règles de sécurité.

Les randonneurs doivent marcher **derrière l'animateur (guide-file) et devant le serre-file**. *(Dans le cas contraire le randonneur s'exclut du groupe et n'est plus sous la responsabilité de ceux-ci. Il est donc seul responsable de tout accident qui pourrait survenir et en supporterait les conséquences).*

Les randonneurs doivent marcher du **même côté de la route que le guide, ne pas traverser les routes sans avoir l'autorisation de l'animateur** (ils doivent attendre les serre-files qui assurent la sécurité du groupe), ne pas quitter le groupe sans prévenir (besoin urgent, fatigue...).
L'animateur n'est pas habilité à arrêter la circulation.

Les randonneurs doivent se munir de **boissons** (ne pas oublier que le corps humain est composé de 70% d'eau) et de **nourriture** (barre de céréales, fruits secs...).

Les randonneurs doivent porter des chaussures de randonnée adaptées et être vêtus de façon à affronter la météo (pluie, froid, soleil...).

Si une personne ne semble pas capable de suivre un itinéraire, **il est de la responsabilité de l'animateur** de la prévenir et lui demander de ne pas venir. Un dirigeant associatif et un animateur doivent avant tout veiller à la sécurité de toutes et de tous.

Le randonneur peut laisser son sac sur le bas-côté du chemin pour signaler son absence, ne doit pas chercher à suivre impérativement celui qui le précède et plutôt attendre celui qui le suit (cela permet de **garder la cohésion du groupe**, d'éviter les ruptures et de ne pas perdre une partie du groupe).

Les animateurs (guide-file, serre-file) disposent d'une trousse de secours pour soigner d'éventuels petits bobos.

En sommet d'une côte ou dans un virage et en fonction de la visibilité, de la distance et de la vitesse des véhicules, les animateurs doivent désigner un éclaireur pour sécuriser, ouvrir la marche et poster un serre file en retrait pour sécuriser, fermer la marche. (Consigne FFR)

Le code de la route ne mentionne pas le port du gilet fluo mais c'est une sage précaution de le faire porter par l'animateur en tête et le serre-file. (Extrait site FFRandonnée)

CODE DE LA ROUTE

En agglomération et hors agglomération, s'ils existent, il faut utiliser les trottoirs et les accotements, quel que soit le côté où ils se trouvent, à droite ou à gauche.

Hors agglomération, lorsqu'il n'y a ni accotement ni trottoir, lors d'une sortie associative avec un animateur, le groupe de randonneurs constitue un groupement organisé.

Lorsque les randonneurs se déplacent sur une route, **ils peuvent marcher à droite ou à gauche de la chaussée. Le choix est fait par l'animateur en fonction des circonstances et afin de garder son groupe en sécurité.**

³⁵₁₇ **Si le groupe marche à gauche**, il doit être en file indienne ; ce mode de déplacement est recommandé car le plus facile à mettre en œuvre.

³⁵₁₇ **Si le groupe marche à droite**, l'animateur organise une colonne par 2 (le groupe ne doit pas dépasser 20m de long) ; si le groupe « ne tient pas » dans cette configuration, un deuxième groupe doit être constitué et il doit rester à au moins 50 m derrière le premier.

En cas de vigilance orange la randonnée est annulée

Animaux de compagnie

Les animaux de compagnie (chiens, chats, etc...) ne sont pas autorisés pendant les randonnées.

Numéros de secours en cas d'accident

Pompiers : **18** - SAMU : **15**

Police secours : **17**

D'un téléphone mobile : **112** *(il est toutefois préférable d'appeler l'un des numéros précédents en priorité pour obtenir le service de secours adapté à la situation)*