

## AVANT LA RANDONNEE

- ❑ Préparation de la randonnée sur carte ;
- ❑ Reconnaissance sur le terrain : Elle est indispensable ! (sauf cas justifié et autorisé), et se fait en liaison avec les autres animateurs de la même randonnée.
- ❑ Par dérogation à l'art. 3-31 du règlement intérieur, l'effectif de 5 personnes n'est pas obligatoire pour les reconnaissances (2 animateurs mini / 6 personnes maxi)  
la reco n'est pas la rando.  
- JAMAIS SEUL ! –

Attention : Hors des programmes de l'Association, la licence de l'animateur le couvre comme Randonneur, pas comme Animateur !

- ❑ Rassemblement avant le départ de Draguignan
- ✓ S'assurer régulièrement de l'appartenance des participants à l'Association (présentation de la licence) ;
- ✓ Préciser les difficultés : distance, dénivelée, passages délicats... durée en heures de marche ;
- ✓ Rappeler, au besoin, l'équipement minimum **obligatoire** : chaussures de marche, sac à dos, nourriture, eau, médicaments « personnels » ;
- ✓ et, **conseillé** : vêtement de pluie, chapeau (selon le cas) ;
- ✓ Indiquer aux conducteurs l'itinéraire et le point de rendez-vous ;
- ✓ Compter les véhicules.

## PENDANT LA RANDONNEE

### *Au point de départ :*

- ❑ Rappeler les règles de déplacement du groupe prévues dans le règlement intérieur,
- ❑ Désigner un serre-file,
- ❑ Identifier les personnes qui ont un traitement en cas de symptômes apparents,
- ❑ Rappel sur les médicaments personnels,
- ❑ Compter les randonneurs.

### *En déplacement :*

- ❑ Garder la maîtrise du groupe,
- ❑ Vérifier l'effectif aussi souvent que nécessaire (au minimum : au départ le matin et à celui de l'après-midi),
- ❑ En terrain difficile, inviter les randonneurs à surveiller réciproquement leur progression,
- ❑ Dans les passages délicats, (rochers, gués... etc) organiser et surveiller le franchissement,
- ❑ Si l'itinéraire doit être modifié ne pas oublier qu' **un chemin plus sûr vaut mieux qu'un chemin plus court.**
- ❑ Si on s'égare,
  1. **ne pas s'entêter, revenir au dernier point connu,**
  2. **rejoindre une crête plutôt que s'enfoncer dans un ravin ( sauf en cas d'orage).**
  3. **ne pas refuser une aide ou un conseil.**

## EN CAS D'ACCIDENT

**Sauf avis éclairé d'un membre du Corps médical, on doit toujours considérer que l'on a affaire à l'atteinte la plus grave**

### *Que faire ?*

- ❑ Organiser les premiers secours
- ❑ **Ne pas donner** au blessé d'autres médicaments que ceux personnel;
- ❑ Si nécessaire, donner l'alerte (remplir le Message avant la communication),
- ❑ Si nécessaire, organiser l'évacuation en utilisant :

1. Les moyens publics (**pompiers, SAMU**),

### NUMEROS DE TELEPHONE

#### *Depuis une cabine*

<b>POMPIERS</b>	<b>18</b>
<b>SAMU</b>	<b>15</b>
<b>POLICE</b>	<b>17</b>

#### *Depuis un portable*

**TOUS SERVICES DE SECOURS:  
112**

## EN CAS D'ACCIDENT

### Principes à retenir :

1- Si,

- pour alerter les secours,

**une équipe doit se séparer du groupe, elle doit se composer d'au moins 2 personnes valides dont 1 capable de trouver le cheminement que lui aura indiqué l'animateur de la randonnée (prévoir la carte).**

2- Si la randonnée **doit** continuer ou faire demi-tour en laissant le blessé ou le malade sur place,

- Celui-ci sera assisté de l'animateur et d'au moins 2 personnes, dont un P.S.C.1 si possible.
- Cette équipe sera installée, si possible, en un point caractéristique, facilement identifiable et accessible par les secours.

1. Le président : tel :  
+ Portable n° :
2. Le vice-président tel :  
+ Portable n° :
3. Le secrétaire : tel :  
+ Portable n° :
4. Déclaration d'accident ( ds les 10 jrs)
  - Si des modifications ou des précisions doivent être apportées à la fiche de randonnée : les mentionner dans la fiche de compte rendu de la rando (obligatoire).

### AUTRES NUMEROS UTILES

6

## LES RANDONNEURS DRACENIENS

### AIDE MEMOIRE

#### DE L'ANIMATEUR DE RANDONNEE

**Une randonnée programmée doit, par principe, être conforme à la fiche existante. Elle ne peut être modifiée ou remplacée que par mesure de sécurité ou en raison d'une météo défavorable.**

**La décision de modification appartient à l'animateur de la randonnée qui, cependant, en informera le président ou le vice-président (au plus tard, à son retour).**

**Seules les randos programmées ou autorisées sont reconnues par l'Association.**

**Relire régulièrement le référentiel PSC1**

**Edition Février 2024**

- En cas d'accident ou d'incident notable survenu au cours de la journée, en avertir :