

Petit guide (pour les nuls) de l'animateur et du randonneur

Rappel de consignes raisonnables qui font appel au bon sens de chacun, et dont le seul but est de favoriser le bon déroulement des randonnées, dans l'intérêt de tous, afin de profiter sans encombre, de notre activité de pleine nature.

Toute proposition de randonnée devra être reconnue, de préférence, dans la quinzaine précédant la randonnée pour vérifier qu'aucun changement n'est survenu sur le parcours.

En reconnaissance de randonnée, être au moins deux, l'idéal étant quatre ou plus, par convivialité et par sécurité : une personne pouvant ainsi assister un éventuel blessé et toujours deux pour chercher les secours, si le portable ne passe pas.

Pour mener une randonnée, il faut être capable de signaler sa position sur une carte ou par GPS. Une simple réflexion sur le temps de marche sur un sentier permet de donner une indication aux secours :

ex : 30 mn de marche (à peu près 1,5 km) sur la DFCI 56, sur la Commune de X, en partant de Y...

Les renseignements concernant la randonnée doivent être assez précis (distance, dénivelé, temps, difficultés...). Un code de couleurs permettra d'étalonner globalement la sortie, afin de permettre aux membres d'y participer ou non, en connaissance de cause.

L'animateur a le pouvoir de refuser, avec diplomatie, la participation d'un membre qu'il juge incapable de suivre le parcours prévu, au rythme du groupe. Pour cela, il doit motiver son refus, pour ne pas être accusé de discrimination (équipement inadapté, incapacité physique constatée auparavant, etc...)

Au point de rendez-vous :

L'animateur doit éventuellement se présenter, accueillir les nouveaux, vérifier l'équipement de chacun, désigner un serre-file, donner un descriptif du lieu de ralliement et de l'itinéraire, respecter l'heure de départ, comptabiliser le nombre de participants et de voitures, fournir son numéro de portable et mieux, s'il le juge bon, de distribuer une fiche succincte en cas de trajet compliqué.

Il doit avoir la carte de son circuit, le connaître le mieux possible, ce qui n'évite pas toujours, c'est le risque dans notre activité, des erreurs possibles sur le terrain. *L'animateur reste cependant le seul décideur des chemins à emprunter.*

Il doit avoir en sa possession une trousse de secours (recommandée d'ailleurs pour chaque marcheur), un sifflet et des talkie-walkie fournis par le Club.

Au départ du circuit :

L'animateur donne les consignes de marche, de sécurité, du temps de marche avant la pause... Il précise aussi les difficultés et le profil de l'itinéraire. Il paraît important de rappeler la conduite à tenir dans certaines situations fréquentes :

- L'animateur assure le rythme de la marche en tête de groupe, sauf consigne contraire où il demande à des marcheurs rapides d'attendre à un point précis, pour assurer la cohésion et la solidarité du groupe.

- En cas d'arrêt pour un besoin urgent, laisser son sac sur le chemin.

- Lors de la fragmentation du groupe, souvent le cas en file indienne dans des sentiers boisés, le dernier marcheur du sous-groupe attend le suivant à une intersection ambiguë.

- Pour sécuriser la traversée de routes, nommer deux personnes avec gilet fluo qui se placeront à l'avant et l'arrière du groupe pour traverser en une seule fois au signal de l'animateur.

- Prévoir un arrêt dans les 20 premières minutes pour ajuster la tenue vestimentaire, l'allure ne devant pas être trop rapide et adaptée au plus faible. Selon la saison, s'arrêter souvent pour permettre une bonne hydratation.

- D'une manière générale, prendre toutes les initiatives qui permettent de veiller au bon état de forme des participants .

En Fin de randonnée :

Faire un bilan rapide, s'enquérir des suggestions et des éventuels problèmes survenus à signaler aux Responsables « randonnée » qui en feront part au Président, pour améliorer le fonctionnement des randonnées.

Une petite séance d'étirements est ensuite vivement conseillée pour récupérer des efforts musculaires ...

A noter que le petit arrêt sympathique « verre de l'amitié » qui conclut certaines sorties du vendredi, n'est pas de la responsabilité de l'animateur !

Rappel des responsabilités

Le Président de l'association est responsable des initiatives et compétences des animateurs de l'association. Il doit favoriser et veiller à leur formation afin de garantir aux membres une qualité dans l'organisation et la pratique de l'activité.

L'animateur doit, par l'acquisition de compétences être capable de :

- Organiser, conduire et encadrer des groupes de randonneurs dans les meilleures conditions de sécurité.

- Animer des randonnées pour une meilleure découverte et protection des milieux naturels et humains traversés.