

QUESTIONS DIVERSES



Association de Randonnée Pédestre
chez Robert PLASSAT
Chemin de la Garrigue, CIDEX 105
06330 Roquefort les Pins

Dans ce document, quelques conseils et observations que l'on pourra aussi trouver - et en consulter d'autres - sur le site de la Fédération Française de Randonnée Pédestre :

www.ffrandonnee.fr

[Un animateur de randonnée](#) peut-il refuser un adhérent mal chaussé ?

[Randonneurs «à l'essai»](#)

[J'organise des randos](#) pour mes copains

[Bien soigner sa trousse](#) de secours

[Jamais sans mon sac](#) à dos !

[Randonneurs sous ordonnance](#)

[Faut-il une formation minimale](#) pour être animateur de rando ?

[Je pars en trek à l'étranger](#). Comment suis-je couvert par ma licence ?

[Orientation](#) : lire la carte et le paysage

[Le covoiturage](#)

QUESTIONS DIVERSES

Un animateur de randonnée peut-il refuser un adhérent mal chaussé ?

Comme animateur, il a des obligations de sécurité envers les adhérents et les tiers. Un équipement adapté pour la randonnée est un des éléments de la sécurité des adhérents. Il est donc en droit de refuser une personne qui ne serait pas chaussée de façon adéquate pour la randonnée prévue ou plus généralement sans l'équipement nécessaire (imperméable, boisson ...). Il est utile de faire figurer cette clause dans le règlement intérieur de l'association.

La responsabilité de l'animateur est engagée si, en cas d'accident, il est démontré qu'il y a eu faute de sa part (accepter un randonneur mal équipé). C'est la justice qui apprécie la sanction.

Notons qu'une décharge de responsabilité n'a aucune valeur légale.

Randonneurs «à l'essai»

Qu'en est-il , question assurances, des personnes venues randonner "à l'essai" dans une association ?

Une association affiliée dont tous les adhérents sont licenciés avec assurance responsabilité civile bénéficie du contrat fédéral.

À ce titre, l'association, ses dirigeants et ses animateurs sont garantis en responsabilité civile.

L'association conserve sa garantie en responsabilité civile lorsqu'elle accueille des randonneurs à l'essai, c'est à dire lorsqu'une personne souhaite s'essayer à la randonnée ou découvrir l'ambiance de l'association avant d'adhérer. C'est une tolérance du contrat fédéral.

En revanche, le randonneur à l'essai n'est couvert ni en responsabilité civile ni en accidents corporels à titre individuel, c'est à dire que s'il provoque un accident ou s'il est victime d'un accident, il devra faire fonctionner son assurance personnelle, s'il en a une.

Pour les personnes venant découvrir la randonnée sur une courte durée (vacances par ex.) et qui n'ont pas vocation à adhérer ni à se licencier dans le club qui les accueille, il existe le forfait accueil qui assure une couverture équivalente à la licence IR.

QUESTIONS DIVERSES

J'organise des randos pour mes copains

Suis-je responsable ? Quel intérêt de créer une association ?

En animant des randonnées, sans être constitué en association, une personne engage sa responsabilité au même titre qu'un animateur dans une association mais elle est directement responsable, sur son propre patrimoine (art. 1382 du code civil). Il n'y a pas d'association pour assumer la responsabilité et mettre en œuvre l'obligation de sécurité.

En encadrant des randonnées, même sans être un organisme officiel, on devient animateur de la randonnée, c'est à dire qu'on prend en charge la sécurité du groupe. Il faut donc veiller à tout moment à la sécurité de votre groupe.

La Fédération française de la randonnée pédestre est délégataire de l'activité de la randonnée pédestre par le ministère des sports. Ce qui veut dire que les normes de sécurité qu'elle édicte serviront de référence aux juges si votre responsabilité civile venait à être engagée.

Une décharge de responsabilité qui serait signée par vos copains n'a aucune valeur juridique.

La rando carte® peut-elle m'assurer ? Non, elle vous assure en responsabilité civile comme randonneur mais pas comme animateur d'un groupe.

Quel intérêt à créer une association pour randonner ?

L'intérêt principal du cadre associatif pour organiser des randonnées , c'est avant tout l'association qui engage sa responsabilité civile et non son Président et ses animateurs. De plus, l'association dispose normalement d'une assurance adaptée.

Rappelons les obligations et responsabilité d'une association sportive :

Une association sportive assume vis-à-vis du groupe qu'elle encadre une obligation de sécurité, c'est-à-dire qu'elle doit faire tout son possible pour assurer et veiller à la sécurité des pratiquants. Si l'association ne respecte pas cette obligation de sécurité, sa responsabilité civile peut être engagée. Les dirigeants de l'association et les animateurs sont délégataires de cette obligation, cela signifie que c'est leur rôle de la mettre en œuvre. Ainsi ils peuvent engager la responsabilité civile de l'association en ne respectant pas cette obligation.

Attention, c'est avant tout l'association, personne morale, qui engage sa responsabilité. Un dirigeant ou un animateur ne sont responsables personnellement que dans 2 cas :

- faute très grave
- faute commise en dehors des fonctions attribuées par l'association.

Donc deux avantages à être une association :

- ne pas engager sa responsabilité personnelle sauf cas particulier
- être correctement assuré car l'association est obligée d'assurer ses dirigeants et ses animateurs.

QUESTIONS DIVERSES

Bien soigner sa trousse de secours

Parfois la rando rime avec bobo. Glissée dans le sac à dos, la trousse de secours est là pour faire face aux petits pépins ou attendre les secours en cas de vilaine blessure. Conseils pour composer sa trousse.

La trousse de secours, pour qui ?

On distingue en réalité deux troussees :

- La trousse de l'animateur (et/ou du groupe), qui n'est pas en charge de l'infirmierie. Il doit emporter la trousse collective contenant uniquement du matériel.
- La trousse du randonneur, qui sert à ses maladies personnelles. Il doit emporter son matériel de base et ses médicaments sous sa propre responsabilité, prescrits ou non par un médecin.

La trousse de secours, pour quoi ?

Suivant l'état du malade ou du blessé, la trousse de secours doit permettre :

- De poursuivre la rando dans de bonnes conditions, avec tout le groupe.
- D'évacuer le blessé, en cas de blessure plus grave, vers le point d'arrivée s'il est proche, ou vers le point d'accès le plus proche. D'où la nécessité, avant le départ, d'étudier des voies de dégagement sur la carte ou en reconnaissance sur le terrain.
- D'attendre les secours, avec pour corollaire la notion d'alerte et la nécessité de connaître les voies de dégagement évoquées ci-dessus.

La trousse de l'animateur

Le téléphone portable à n'utiliser qu'en cas d'urgence

Le matériel :

- une paire de petits ciseaux pour couper les compresses, les bandes, sinon les vêtements
- des épingles à nourrice
- une pince à écharde
- des mouchoirs en papier
- une couverture de survie
- des morceaux de sucre emballés individuellement.

La contention

- une bande élastique collante de 6 cm de large
- deux bandes élastiques non-collantes (type "Velpeau") de 6 cm de large, qui peuvent servir pour confectionner une écharpe
- une attelle modelable (efficace au niveau de la cheville)

Le pansement

- dix compresses stériles 40x40
- un rouleau de sparadrap
- un paquet de bandes collantes de 5 mm pour fermer les plaies
- des pansements anti-ampoules "seconde peau"
- des pansements individuels de plusieurs tailles
- des sets de froid, à usage unique ou que l'on met au congélateur

La désinfection

- savon
- désinfectant incolore : chloréxidine (Dosisepine 0,05 non-alcoolique), antiseptique le moins allergisant
- éosine aqueuse en dosettes
- sérum physiologique en dosettes

QUESTIONS DIVERSES

La trousse du randonneur

- Les médicaments spécifiques à sa pathologie personnelle, après conseil pris auprès de son médecin pour savoir si son état de santé permet la pratique de la randonnée, en précisant bien le type de rando effectué
- Les médicaments non spécifiques : de préférence lyocs, gélules ou comprimés secs
- douleurs et fièvres : paracétamol ou ibuprofène
- diarrhées, vomissements : spasfon, arestal, et ultra-levure pour une rando de plusieurs jours
- infection : antibiotiques à large spectre pour une rando de plusieurs jours
- conjonctivites : collyre de type boroclarine, emploi possible du sérum physiologique
- coup de soleil : biafine ou cétavlon
- courbatures, entorses légères : anti-inflammatoire ou set de froid
- saignement de nez : deux ou trois coalgan; comprimés de solupred effervescent (pratiques, car ils fondent sous la langue)

A savoir

La bande Elastoplast ne peut servir à confectionner un strapping qui est un geste médical. Son utilité se limite au maintien de bandes ou de pansements.

- L'aspirine est à proscrire de toutes les trousse de secours, car elle est très allergisante et son effet n'est pas meilleur que les profènes.
- La chaleur (d'une cigarette à 1 cm de distance, par exemple) est d'une totale efficacité sur les piqûres de guêpes ou autres insectes. Elle inactive et détruit le venin.

QUESTIONS DIVERSES

Jamais sans mon sac à dos !

Nous avons tous, un jour ou l'autre, maudit le sac que nous avons sur le dos. et pourtant le sac à dos sans doute le meilleur des compagnons de route. mode d'emploi de ce sac qui rend l'aventure possible et qui peut éviter bien des désagréments si on sait l'utiliser.

Le sac à dos n'est pas le signe distinctif du randonneur par hasard...

Si on se pose encore la question de marcher ou non avec des bâtons, le fait de marcher avec un sac à dos n'est pas sujet à discussion. Soyons clairs : quelle que soit la taille du sentier que vous empruntez, ne partez pas sans sac à dos ! Il s'agira bien sûr d'adapter le volume du sac à la durée du circuit choisi (randonnée à la journée ou itinéraire sur plusieurs jours).

Mais attention : plus un sac est grand, plus on a tendance à le charger...

Sur les GR®, il n'est pas rare de croiser des randonneurs aux sacs surdimensionnés et beaucoup trop lourds.

Pour des itinéraires de plus de 4 jours, l'idéal est de prendre un sac de 55 litres avec éventuellement des poches pliables.

La taille du sac (ou le litrage) est bien sûr fonction de ce qu'on y met dedans (voir ci-dessous)... mais aussi de comment on le met dedans. Un peu d'organisation permet de s'y retrouver rapidement et de ne rien oublier.

L'idée, quand on remplit et règle son sac, est que la charge doit se rapprocher au maximum du dos. Ce qui pèse le plus lourd doit être rangé au milieu du sac, le plus près possible du dos. Les muscles de la colonne pourront ainsi travailler dans de bonnes conditions. Les bretelles réglables servent à ajuster le sac. Les différentes sangles et ceintures permettent de mieux répartir la charge et de soulager un peu les épaules !

Les sacs sont aujourd'hui conçus de manière verticale (plus ergonomique). Si votre sac a des poches de côté, n'oubliez pas de les équilibrer, notamment quand la gourde est vide ! Du bon sens, rien que du bon sens ! Ce n'est pas compliqué mais cela demande d'être vigilant. Pour la bonne cause : marcher sans se faire mal.

Toutes les affaires sont dans le sac !

1. Vêtements : pour se changer en cas de différences de température notamment.
2. Protection : ce qui protège du vent, de la pluie et du soleil (coupe-vent, gants, bonnets, lunettes).
3. Sécurité : petits matériels de secours (pansements, cordelette, élastiques larges).
4. Pharmacie : en cas de traitement, les médicaments que vous devez prendre (contrairement à la trousse de secours qui peut servir à plusieurs personnes, la trousse à pharmacie est individuelle).
5. Restauration : de l'eau (une bouteille plastique lambda fera l'affaire), de quoi pique niquer et des barres de céréales ou fruits secs en cas de coup de barre !
6. Matériel de progression : carte, topo, boussole, papier et crayon.

Les petits trucs qui facilitent la vie sac au dos :

Il faut bien penser que le sac n'est pas toujours sur le dos. Il passe un temps certain assis par terre : le fond du sac doit être solide et étanche.

Quand il pleut, il est bon d'avoir un sur-sac. Sinon on peut toujours penser à mettre les affaires dans un sac plastique, ou dans un grand sac poubelle. Penser aussi à apporter avec soi de la cordelette pour effectuer les menues réparations qu'exigent les bretelles ou attaches malmenées. Il est d'ailleurs conseillé de vérifier les systèmes d'attache que l'on va fortement solliciter.

Sinon pour trouver sac à votre dos, il n'y a pas de recette miracle : il faut faire des essayages. Il ne nous viendrait pas à l'idée d'acheter un pantalon sans l'essayer !

QUESTIONS DIVERSES

Randonneurs sous ordonnance

Vous êtes porteur d'une affection médicale, vous prenez de manière habituelle un traitement et en plus vous êtes randonneur. Eh bien sachez tout d'abord que vous êtes loin d'être le seul dans ce cas puisque, d'après une étude récente menée par vos médecins de comités : 50% des randonneurs licenciés sont porteurs d'au moins une maladie et 57% d'entre eux prennent au moins un médicament de manière habituelle. Ne vous attendez donc pas à ce que l'on vous prenne en pitié !

Votre maladie, votre traitement peuvent cependant occasionner des manifestations, des troubles que l'on doit pouvoir soigner simplement. Et si cela survenait au cours d'une randonnée ? Ne pensez-vous pas que quelqu'un devrait en être informé, ne serait ce que pour pouvoir vous secourir efficacement ? Cette information se doit discrète, brève mais claire. Plus que de la maladie elle-même, il faut insister sur :

- Quels sont les signes qui peuvent survenir ?
- Quelle est la meilleure conduite à tenir face à ces problèmes ?
- Quels sont les gestes à pratiquer, et ceux qu'il vaut mieux éviter ?
- Quels sont les médicaments spécifiques que j'ai sur moi ?
- Ou sont-ils ?
- Que faut-il me donner et combien ?
- Les coordonnées de la personne que je souhaite prévenir
- Les coordonnées de mon médecin traitant

Cette information peut être orale : vous donnez toutes ces informations à une personne de votre choix, qui peut être une personne de confiance ou tout simplement votre animateur. L'ennui de ce mode d'information est qu'il faudra souvent le répéter à des personnes différentes, peut être à chaque randonnée. Elle peut aussi être écrite et c'est ce que nous vous proposons : tous les renseignements ci-dessus, sont consignés sur une petite fiche, et il vous suffira simplement d'avertir de la possibilité d'incidents et sur la présence de cette fiche ainsi que l'endroit où vous la conservez.

Quel que soit le mode retenu, cette information ne peut être divulguée, toute personne ayant eu connaissance d'informations de ce genre est tenue au secret médical ; le non-respect de cette règle est répréhensible par la loi et peut entraîner des sanctions pénales.

MODÈLE DE FICHE À EMPORTER SUR SOI :

NOM

Prénom

Quels sont les signes qui peuvent survenir ? *Ne donnez que les signes essentiels (malaise, perte de connaissance, crise d'étouffement, fatigue soudaine ou inexplicée...)*

LES GESTES À PRATIQUER

Les médicaments que j'ai sur moi, ainsi que l'endroit où ils sont conservés :

Que faut-il me donner ? et combien ?

Coordonnées téléphoniques de la personne à prévenir :

Tel fixe :

Tel portable :

Coordonnées téléphoniques de mon médecin :

Tel fixe :

Tel portable :

QUESTIONS DIVERSES

Faut-il une **formation minimale pour être animateur de rando** , dans une association affiliée ou non à la FFRandonnée ?

Il n'y a pas de formation minimum obligatoire mais l'obtention du brevet fédéral d'animateur de randonnée pédestre est fortement conseillée.

L'animateur bénévole doit avoir les compétences , sinon les diplômes, pour animer une randonnée: orientation, connaissance du terrain, secourisme, conduite de groupe ...

Il a une obligation de sécurité à l'égard de toutes les personnes qui l' accompagnent. Il assure une responsabilité civile contractuelle à leur égard.

Sa responsabilité PENALE est engagée si, en cas d'accident et après enquête, il apparaît qu'il a manqué au devoir de prudence et de sécurité, en mettant en péril la vie ou la sécurité d'autrui .

En revanche, une activité rémunérée nécessite un diplôme d'État, délivré par le ministère des Sports.

Je pars en trek à l'étranger. Comment suis-je couvert par ma licence ?

Vous avez souscrit une licence IRA /FRA/IMPN/MPN , une randocarte® ou une randocarte sportive® ?

Vous bénéficiez des garanties du contrat fédéral. Consulter les garanties ou consulter pages 6-7 la brochure Guide Assurances 2010/2011, envoyée à toutes les associations affiliées et aux comités.

Cependant, il y a quelques restrictions pour les randonnées à l'étranger.

- en responsabilité civile et accidents corporels , dans le monde entier pour une présence à l'étranger inférieure à un an
- en assistance dans le monde entier , sous réserve d'une nuit d'hospitalisation et que la présence de l'assuré soit inférieure à un an.

Pour les longs séjours à l'étranger qui, de ce fait, comportent plus de risque et pour les séjours dans les pays où le recours à l'hélicoptère ou à d'autres secours requiert de verser tout de suite de fortes sommes d'argent (notamment le Népal et le Maroc) , il existe une garantie supplémentaire (30 € par an et par personne)

Elle comprend:

- l'avance des fonds à l'étranger
- des montants plus élevés pour les soins à l'étranger et les frais de recherche et de secours
- la transmission de messages urgents
- la prise en charge du trajet d'un accompagnant de la victime.

Pour bénéficier de cette garantie, voir le formulaire d'adhésion page 23 de la brochure Guide Assurances 2010/2011, ou :

MMA IARD FFRP

service O.C. Collectivités

Jean-Yves Marteau

14, bd Marie et Alexandre Oyon72030 Le Mans cedex 09

Pour obtenir une attestation d'assurance, télécharger l'attestation de licence qui en tient lieu dans l'espace adhésion/gestion de la vie fédérale , accessible avec identifiant et mot de passe.

QUESTIONS DIVERSES

Orientation : lire la carte et le paysage

En randonnée, mieux vaut avoir les bonnes cartes en mains. Elles sont l'atout maître du randonneur au même titre que le topo-guide. Sur un itinéraire balisé, ou hors sentier, lire la carte et le paysage est indispensable pour se situer et s'orienter. Un exercice simple et à la portée de tous.

Tous les randonneurs vous le diront. Préparer sa rando, la carte étalée sous les yeux, c'est déjà le commencement du voyage et du rêve. Une fois sur place, la principale difficulté tient au fait que la carte est une représentation du terrain vue du ciel, en réduction et schématisée. Elle montre le terrain sur un seul plan : le plan horizontal. Alors que le randonneur le voit depuis le sol, en "vraie grandeur" et en une succession de plans verticaux. Faire la relation entre la carte et le terrain demande donc un réel effort d'attention et une certaine gymnastique d'esprit. Mais seulement cela !

LIRE LA CARTE

Loin de brouiller les cartes, le dessin au trait et l'ombrage permettent une lecture quasi immédiate des formes du terrain, alors que les couleurs indiquent sa nature (vert pour la végétation; bleu pour l'hydrographie; orange pour les courbes de niveau; noir pour les voies de communication, constructions...). Les zones ombrées, portées sur les pentes ou les versants, donnent l'impression du relief et favorisent grandement la perception des formes générales du terrain en soulignant les crêtes, alors que les cours d'eau déterminent les creux. Les courbes de niveau complètent le relief général donné par l'ombrage et le dessin au trait, en définissant les volumes et les formes générales du terrain. Ce n'est qu'à force d'habitude que l'on parvient à une bonne interprétation du modelé qu'elles représentent. Cette capacité de lecture favorise une grande efficacité dans l'orientation. Encore une fois, l'observation fréquente et attentive de la carte en comparaison avec le terrain est le meilleur moyen pour parvenir à une excellente "lecture" de ses formes. C'est aussi le seul !

SE SITUER SIMPLEMENT

A vous de jouer ! Les trois méthodes décrites ci-après permettent de se situer par simple observation à l'aide des lignes et des repères du terrain. Elles consistent à orienter la carte à l'aide des lignes naturelles et des repères du terrain pour se situer par rapport à eux.

Se situer avec une ligne et un repère

1. Identifier sur la carte la ligne du terrain sur laquelle on se trouve.
2. Tourner la carte de manière à mettre cette ligne dans la même direction que sur le terrain. La carte est orientée.
3. Identifier sur la carte un repère visible sur le terrain.
4. Affiner l'orientation de la carte pour que le repère représenté se trouve dans la direction où on le voit sur le terrain.
5. Se situer sur la carte, à l'intersection de la ligne avec la direction vers le repère, reportée visuellement.

Se situer avec deux lignes

1. Identifier sur la carte une première ligne visible sur le terrain.
2. Tourner la carte de manière à placer cette ligne dans la même direction que sur le terrain. La carte est déjà grossièrement orientée.
3. Identifier sur la carte une seconde ligne du terrain.
4. Affiner l'orientation de la carte en plaçant la seconde ligne dans la même direction que sur le terrain.
5. Se situer sur la carte à l'intersection des deux lignes.

QUESTIONS DIVERSES

Se situer avec deux repères

1. Identifier sur la carte un premier repère visible sur le terrain.
2. Tourner la carte de manière à aligner ce premier repère dans la direction où on le voit sur le terrain. La carte est déjà grossièrement orientée.
3. Identifier sur la carte un second repère visible sur le terrain.
4. Affiner l'orientation de la carte pour placer le second repère dans la même direction que sur le terrain.
5. Se situer sur la carte, à l'intersection des deux directions reportées visuellement.

IL FAUT AN-TI-CI-PER !

Anticiper, c'est prévoir ! C'est-à-dire voir sur la carte, avant de voir sur le terrain. Cette manière de faire ne complique pas l'orientation. Bien au contraire. En "devinant" ce que l'on va trouver, on s'évite les (mauvaises) surprises. A tout moment, on est capable de suivre sa progression et de se situer. On peut constater plus facilement les éventuels oublis de la carte, ses propres erreurs d'appréciation et réévaluer ses temps de parcours... On prend véritablement en main sa randonnée, sans se laisser guider aveuglément par le chemin ou le balisage. Pour cela, la carte doit être consultée régulièrement. C'est aussi de cette manière que l'on acquiert les meilleures compétences en lecture de carte et en orientation visuelle. Et une bonne maîtrise dans la préparation et la conduite de ses randonnées.

QUESTIONS DIVERSES

Le covoiturage

Quelles sont les garanties de l'assurance fédérale ? Quel barème appliquer ?

Les garanties de l'assurance fédérale :

Les licences IRA/FRA et IMPN/FMPN couvrent la Responsabilité civile, les dommages corporels et matériels (dommages matériels aux licenciés, c'est-à-dire : vêtements, lunettes, etc.) consécutifs à un accident corporel, résultant d'un accident de la circulation dans lequel est impliqué le véhicule d'un licencié qui fait du covoiturage pour d'autres licenciés, pour se rendre à une randonnée, à une réunion de travail ou récréative.

Cette garantie couvre le licencié organisateur de covoiturage qu'il soit en déplacement avec son véhicule pour se rendre (ou revenir) à une randonnée inscrite ou non au calendrier de l'association (puisque la licence couvre les activités de randonnée en association et sur initiative personnelle), ou pour se rendre à une réunion de travail ou récréative de l'association.

Elle couvre également les licenciés présents dans le véhicule.

Plus généralement, une fiche de la Fédération française des sociétés d'assurance traite de ce problème : *Covoiturage et assurances*.

Consulter aussi page 31 de la brochure Guide Assurances 2010 / 2011 , envoyée à toutes les associations affiliées FFRandonnée.

Quel barème appliquer ?

Pas de règle: chaque association choisit son système d'indemnisation et les tarifs qui lui semblent appropriés.

Indemnisation forfaitaire de X km à Y km , tarif dégressif ou non.

Indemnisation au km parcouru, tarif calqué sur celui de l'administration fiscale.

(Barème 2010 pour l'imposition des revenus 2009 : véhicules automobiles : 0,299 €/km ; vélomoteurs, scooters, motos : 0,116 €/km).

Une fois fixés le mode d'indemnisation et le tarif, inscrivez-les dans votre règlement intérieur après adoption en AG.

Consulter page 28 la brochure Vie fédérale, 2010 / 2011 , envoyée à toutes les associations affiliées FFRandonnée.

Attention, le propriétaire de la voiture ne reçoit pas une rémunération mais une indemnisation. Il n'est donc pas payé comme chauffeur, mais indemnisé pour les frais qu'il engage (usure de la voiture, carburant...)