



LIVRET D'ACCUEIL REGLEMENT INTERIEUR



SOMMAIRE

- Mot du Président.
- Historique.
- Structure de l'association.
- Evolution de l'association.
- Structure nationale.
- Que vient chercher le randonneur ?
- L'association.
- Les activités.
- Immatriculation tourisme.
- Rando pratique.
- Convivialité.
- Règles de sécurité en randonnée.
- Assurance.
- Avantages de la licence.
- Droit à l'image.

MOT DU PRESIDENT

Notre association fêtera cette année ses 32 ans.

32 années durant lesquelles beaucoup de choses ont changé. Nos statuts ont évolué en fonction des nouveaux dispositifs législatifs. A la randonnée pédestre sont venues s'ajouter d'autres pratiques : rando-challenge, rando-santé, rando-douce, marche-nordique et certainement que d'autres activités seront proposées à l'avenir.

Devant ces évolutions, il a fallu revoir, modifier et compléter notre livret d'accueil datant du début des années 2000 et qui est aussi **notre règlement intérieur**.

Notre association n'est gérée et animée que par des bénévoles qui essaient de tout mettre en œuvre pour que nos pratiques se passent dans les meilleures conditions de sécurité et de convivialité possible. Mais leur tâche est impossible si les participants ne connaissent ni leurs droits ni leurs devoirs. C'est pourquoi je vous recommande de lire et de respecter les consignes de ce petit document afin de contribuer au bon fonctionnement de notre association.

Pour des raisons qui sont les leurs, certains bénévoles quittent parfois l'association. L'heure est alors venue de les remplacer et de compléter le groupe d'animateurs et d'administrateurs. Alors n'hésitez surtout pas à animer des randonnées. Les préparer et les animer est un réel plaisir auquel vous prendrez facilement goût. Quelques temps avant l'assemblée générale, pensez à vous présenter à l'élection du conseil d'administration qui a besoin de se renouveler et auquel vous apporterez des idées neuves.

« Les Randonneurs du Plat Pays » n'est pas une association, c'est VOTRE association, sa gestion et son bon fonctionnement c'est aussi et surtout votre affaire.

Bernard LECOESTER

HISTORIQUE

- * Jusqu'en 1985, les randonneurs du littoral se retrouvaient à l'occasion de sorties pédestres proposées par l'association de culture régionale « Het Reuzekoor ».
- * Le 13 septembre 1985, sous la houlette de Claude Collache et de Jean-Raymond Rau. 23 randonneurs décident de créer une association indépendante ayant une activité spécifique : *la randonnée pédestre*.
- * L'assemblée générale constitutive a lieu le 14 octobre 1985.
- * L'association est reconnue par la FF randonnée. le 30 décembre 1985 et elle possède l'agrément Jeunesse et Sport N° 595-1509
- * La première randonnée des RPP a lieu le 12 janvier 1986 au départ de Cassel : le thème en est « Moulins et manoirs »
- * Des 10 MEMBRES composant le premier conseil d'administration, UN MEMBRE figure encore à l'effectif de l'association.
- * L'association a fêté en 2015 ses 30 ans d'existence.

STRUCTURE DE L'ASSOCIATION

- Conseil d'administration :

12 à 15 membres (rééligibles) élus pour 4 ans par l'Assemblée Générale.

- Bureau :

Il est choisi parmi les membres du Conseil d'Administration.

1 président(e)	2 ou 3 vice-président(e)s
1 secrétaire	1 secrétaire adjoint(e)
1 trésorier(e)	1 trésorier(e) adjoint(e)

Adjoints élus par le C.A. mais ne participant pas aux réunions de bureau

- Commissions :

Balisage sentiers - Relations avec le Comité Départemental (immatriculation tourisme -formations) - Communications internes et externes - Rédaction du Marchepied et blog - Programmation des Activités - Logistique intendance et manifestations - Statuts et règlement - trésorerie - pratiques des activités.

EVOLUTION DE L'ASSOCIATION

En 30 ans, l'association a proposé à ses adhérents :

1865 activités se décomposant comme suit :

- * 34 randonnées longues ou en ligne (moyenne 30 kms).
- * 606 randonnées de la journée en boucle (moyenne 22 kms).
- * 305 randonnées de la journée en double boucle (moyenne 11+9kms) 714 randonnées de la demi-journée (moyenne 9 kms).
- * 125 randonnées de week end (moyenne 40 kms).
- * 86 séjours d'une semaine (moyenne 120 kms).

Si l'on multiplie le kilométrage de ces sorties par le nombre moyen de participants, c'est au total 1.250.000 kms qui ont été parcourus par les adhérents RPP soit plus de 31 fois le tour de la terre !!!!!!!!!!!!!!!

Saison 2015/2016 :

208 licenciés dont 83 marche nordique, 29 rando santé et 40 rando douce.

STRUCTURE NATIONALE : FFRandonnée

- * Interlocuteur auprès du ministère de la Jeunesse et des Sports et du Comité Olympique et Sportif.
- * Auprès de la fédération européenne de la randonnée pédestre.
- * Auprès de partenaires.
- * Auprès de la presse.
- * Crée le contenu des stages de formation (animateurs baliseurs).
- * Harmonise les actions communes des Comités.
- * Assure la création et la diffusion des topoguides sous toutes les formes.
- * Anime les randos sur le plan national.
- * Centralise la numérisation des circuits.

Comité Régional

- * Organise l'ensemble des formations relatives à la randonnée.
- * Sollicite et gère auprès des différents organismes régionaux des subventions afin de financer ses actions.
- * Participe financièrement aux programmes de formation.
- * Participe aux projets inter régions et inter frontière pour la création de sentiers de randonnées.
- * Harmonise les actions communes des comités départementaux.
- * Met en forme le calendrier départemental.
- * Assure le développement de la fiche suricate.
- * Organise la formation baliseurs, animateurs

Comité Départemental

- * Sollicite et gère auprès des différents organismes départementaux des subventions afin de financer ses actions.
- * Aide à la création d'associations fédérées.
- * Participe à la création de topoguides.
- * Assure la numérisation des circuits et la labellisation des P.R.
- * Détache des formateurs aux différentes formations régionales.
- * Organise et participe à des manifestations dans le département.
- * Réalise et publie l'almanach départemental.
- * Lien avec la fédération le comité régional et les associations.

- * Mène des actions avec le Comité départemental Olympique et Sportif.
- * Assure le développement de la fiche « suricate ».
- * Aide matérielle et financière aux associations pour leurs manifestations.
- * Représente la fédération lors de rencontres avec les médias.
- * Signe les conventions d'entretien sentier avec le Conseil Général et redistribue les subventions aux associations.
- * assure la délégation de l'immatriculation tourisme de la fédération.
- * Aux associations (sorties de plus de 2 jours).

Associations

- * Création et entretien des sentiers.
- * Aide à la création des topoguides.
- * Organise les activités de randonnées ouvertes à tous.

Effectifs de la Fédération pour 2015 - 2016 :

Licenciés : 207486

Associations : 3347

Baliseurs : 7700

Pour le comité départemental par rapport au comité national (saison 2015.2016) :

4^{ème} pour le nombre d'associations affiliées.

8^{ème} pour le nombre de licenciés.

4^{ème} pour le nombre de baliseurs officiels.

Ces différentes structures, à leur niveau, ont pour mission, en liaison avec les collectivités locales, de promouvoir la randonnée pédestre par :

- * La création et la gestion d'un réseau d'itinéraires (180.000 Kms de sentiers balisés).
- * La défense des chemins et des sentiers constituant ce réseau.
- * La promotion des itinéraires et des randonnées par les éditions et les informations.
- * L'animation par le développement de la vie associative à tous les niveaux.
- * La promotion de pratiques innovantes (marche nordique- rando sante-AUDAX-M A C).

QUE VIENT CHERCHER LE RANDONNEUR ?

Pratiquer un sport, pour que son corps vive sainement, naturellement, sans esprit de compétition ou de résultat éventuel.

S'intéresser, se cultiver, en recherchant à travers nos randonnées, l'approche de toutes les richesses potentielles de la région dans laquelle nous vivons, participer à la défense de l'environnement, retrouver entre nous, une façon de vivre de manière conviviale, admettre la tolérance, être à l'écoute des uns et des autres, ce qui est la base d'un bon climat en collectivité.

La présence du randonneur permet parfois de sauver des sites menacés, ou d'assurer une animation dans les villages et cafés qui les accueillent.

« Qui cueille une fleur dérange une étoile ».

Théodore Monod.

L'ASSOCIATION

Elle fonctionne grâce à ses adhérents, et nous avons, vis à vis de celle-ci, certaines obligations. Les règles de savoir-vivre sont de rigueur envers tous.

Tous les ans, l'assemblée générale permet à chacun de s'exprimer. Le fonctionnement de l'association n'est possible que grâce aux cotisations, aux subventions éventuelles, aux indemnités de balisage et à l'engagement des adhérents bénévoles

Qu'est-ce que l'adhérent ?

L'adhérent est un pratiquant des activités de l'association et dans la mesure de ses moyens il s'engage à participer à la vie et à la gestion de l'association.

Comment devenir adhérent ?

Après 2 randonnées de *découverte*, il est *obligatoire*, pour poursuivre les activités, d'adhérer à l'association en faisant une demande de licence, en fournissant chaque année un certificat médical d'aptitude aux activités, en réglant la cotisation et en fournissant une adresse internet personnelle ou professionnelle.

Dans le cas d'activités spécifiques (itinérant avec portage moyenne montagne, raquettes) un certificat complémentaire relatif à l'aspect spécifique sera à fournir.

Année de référence

L'adhésion à l'association et la licence sont valables de septembre à septembre. Elles sont à renouveler à partir du 1^{er} septembre.

L'assurance est valable jusqu'au 31 décembre de l'année en cours.

La licence familiale couvre 2 adultes (parents ou grands-parents) et les enfants mineurs.

La licence mono parentale couvre 1 adulte et les enfants mineurs.

Pourquoi être adhérent :

Adhérer permet :

- * D'être assuré (responsabilité civile et accidents) par la licence.
- * De recevoir des informations et programmes de randonnées par internet.
- * De pouvoir participer à toutes les sorties avec prestations. *La législation interdit d'inscrire, même s'il y a des places vacantes, un non adhérent à des sorties avec prestations.*
- * De suivre des formations, soit de baliseur soit d'animateur.
- * De bénéficier de conditions de prix pour l'achat de matériel ou pour la participation à des séjours organisés par des centres de vacances ainsi que pour des séjours avec hébergement dans les auberges de jeunesse.
- * En cas de problèmes particuliers l'adhérent peut interpellier le président à tout moment par courrier pour en évoquer les raisons .le président décide soit de le recevoir soit de convoquer le bureau ou le conseil d'administration si nécessaire en présence du demandeur
- * L'adhérent à jour de cotisation peut participer aux réunions de bureau s'il le souhaite.il n'a pas le droit de vote.
- * Les dates de réunion du bureau sont communiquées sur le blog des RPP.

LES ACTIVITES

Comment les connaître ?

Il suffit d'être adhérent, ce qui permet de recevoir le programme des activités et le Marche-Pied par courrier électronique ou via le blog des RPP.

Ce programme est établi et envoyé 3 fois par an.

Ces activités sont souvent rappelées au cours des diverses sorties.

Le nom et le numéro de téléphone portable de l'organisateur figurent systématiquement sur le programme. Vous pouvez donc l'appeler sans problème (évitez de 20 heures le soir À 8 heures du matin ! Merci).

Inscriptions :

Règle générale :

- Inscription auprès de l'organisateur.
- Si le nombre limite est atteint, inscription sur une liste d'attente à l'initiative de l'organisateur. Cette liste d'attente fonctionne par ordre d'inscription.
- Les randonnées d'une journée ou demi-journée ne nécessitent pas, en général, d'inscription.

Mais, il y a des exceptions :

Quand il faut faire appel à un transporteur (légère participation éventuelle).

Quand il faut réserver des places à l'avance (visites diverses, musées, repas etc...).

Quand les places sont restreintes, suivant le but de la randonnée.

- Les randonnées nécessitant une inscription sont à confirmer par chèque à l'ordre des RPP dans la semaine qui suit l'appel téléphonique.
- Nous vous rappelons que, pour ces sorties, il est indispensable d'être adhérent (voir ci-dessus).

Annulation :

Les inscriptions non confirmées par chèque ne sont pas retenues.

Dans le cadre de l'immatriculation tourisme, une assurance annulation est systématiquement réglée lors de l'inscription.

En cas de problème, c'est l'assuré qui doit se rapprocher de l'assureur après avoir rempli sa déclaration (voir si nécessaire avec le correspondant tourisme de l'association ou retrouver toutes les informations sur le blog.)

METEO

Pour les sorties du samedi ou dimanche, ne sont pas considérées comme valables les raisons suivantes (liste non exhaustive)

- * Trop de pluie, de vent, de soleil.
- * La flemme, la migraine.
- * Les chaussures encore mouillées.....



En cas **D'ALERTE ROUGE**, la randonnée sera **impérativement annulée**.

En cas **D'ALERTE ORANGE**, l'organisateur s'assurera que la zone où il doit se rendre est concernée. Dans l'affirmative, la rando sera également annulée et l'information sera diffusée par mail et sur le blog.

Si pas d'alerte et si l'organisateur estime que les conditions de sécurité ne sont pas remplies, il est de sa responsabilité de décider de l'annulation de la randonnée.

IMMATRICULATION TOURISME

L'organisateur d'un séjour doit respecter et appliquer la procédure de l'immatriculation tourisme. Il demande au correspondant tourisme des RPP les documents et les explications nécessaires à la bonne réalisation de son projet. Ces documents sont repris dans le livret de l'organisateur.

RANDO PRATIQUE

Les chaussures :

Comment prendre son pied en randonnée avec des chaussures « trop ceci » ou « pas assez cela » ?

Nos randonnées sont généralement faites sur des terrains sans difficultés particulières. Donc pas de chaussures trop rigides et lourdes. Par contre, attention à la pluie ! Alors, pensez chaussures à membrane respirante ou similaire. N'oubliez pas vos chevilles en les protégeant par des chaussures hautes.

Conseil : lorsque vous choisissez vos chaussures, elles doivent être suffisamment grandes pour pouvoir passer un doigt entre votre talon et la tige (délacée). Au laçage, votre pied sera ramené vers l'arrière. Les choisir de préférence en fin de journée.

Les vêtements :

Comment s'habiller ? La réponse est simple : *Comme vous voulez !*

Conseil : en période froide, il est préférable de mettre plusieurs tricots fins les uns au-dessus des autres, plutôt qu'un gros chandail. En effet, ce n'est pas l'épaisseur qui fait la chaleur mais ce sont les différentes couches d'air emprisonnées entre les vêtements qui prennent et emmagasinent la chaleur du corps. Pensez aux vêtements « techniques »

Le sac :

Le sac à dos est un élément important de l'équipement. Ni trop grand, ni trop petit, il doit pouvoir contenir l'équipement nécessaire à une randonnée sans surprise.

Conseil : les sacs ne sont jamais étanches ! Un pull-over humide est particulièrement désagréable. Un sac en plastique ou un sur sac permet de protéger les vêtements

Que mettre dans le sac ?

Le temps est variable dans notre région, alors pensez à prendre : pull-over, tee-shirt, cape, serviette, des barres énergétiques (céréales, chocolat etc...) une gourde pleine, de préférence, d'eau ou boisson fruitée. Evitez l'alcool. Pour les randonnées de la journée, prévoyez un repas ou un pique-nique

Conseil : ajoutez-y tout ce qui vous fait plaisir, sans oublier que plus il y en a, plus c'est lourd !

La cape :

La cape vous protège, vous et votre sac, des pluies que vous ne manquerez pas de vous ramasser un jour ou l'autre. Le coupe-vent n'arrête pas la pluie !

Conseil : évitez les capes à bas prix qui se déchirent au moindre coup de vent ou qui se fendent irrémédiablement au niveau du cou après 2 ou 3 enfilages.

Petits conseils médicaux :

La randonnée pédestre ne demande pas la forme olympique. Si vous êtes en bonne santé, la marche vous aidera à garder votre capital.

1 jour de randonnée = 1 semaine de santé

Un certificat d'aptitude à l'activité est demandé chaque année lors du renouvellement de la licence.

Sans nous y obliger, la FFRandonnée insiste pour que ses membres soient vaccinés contre le TETANOS un rappel régulier suffit.

Conseil : Ce vaccin ne présente aucun danger, n'est pas douloureux et peut être utile dans la vie de tous les jours.

Munissez-vous de votre trousse pharmaceutique personnelle à chaque randonnée

Petits conseils pratiques :

En cas de sorties à l'étranger, prévoir la carte d'identité et la carte européenne de sécurité sociale.

Repas tiré des sacs : qu'est-ce-que c'est ?

Le repas tiré des sacs, expression que vous lisez régulièrement sur le calendrier, n'est autre que le repas que vous avez préparé religieusement à la maison, que vous avez emballé soigneusement afin qu'il ne se mélange pas avec les chaussettes de secours que vous aviez mises précautionneusement dans le fond de votre sac...

Repas tiré des sacs dans un café !

C'est toujours le même repas préparé avec amour. Vous allez le consommer dans un café mis à notre disposition : généralement un café rando. Cela se passe à la campagne et l'accueil y est très agréable même lorsque nos chaussures sont crottées.

Nous avons pour règle de demander à chaque participant d'y consommer au moins une boisson (plus s'il le souhaite).

Mais avec modération !

N'oublions pas que, par notre passage, nous contribuons au maintien de ces petits commerces qui sont indispensables au maintien de notre activité.

Les déchets

Emportez toujours avec vous un sac plastique, plutôt que de laisser les peaux d'orange, de bananes etc. ... dans la nature !

Une fois rempli, gardez-le Jusqu'à la prochaine poubelle !

CONVIVIALITE

La randonnée pédestre est sûrement la seule activité physique où l'on peut à la fois faire un effort soutenu et prendre le temps de discuter avec nos partenaires, alors n'hésitons pas !

Un bonjour en arrivant est une bonne entrée en matière pour faire connaissance.

L'organisateur

C'est un bénévole. Souvent diplômé, il a préparé depuis de longues semaines l'itinéraire que nous allons emprunter. Vous verrez, il a en permanence l'œil sur ses « ouailles ». Il a tout prévu (ou presque). Arrêt pipi et casse-croûte, salle pour le midi etc.

Deux, trois trucs pour que la randonnée soit aussi agréable pour lui que pour vous.

- *Vous voulez quitter le groupe ?*

Pourquoi pas, mais dites-le lui afin qu'il ne s'inquiète pas car cela pourrait gâcher la journée du groupe.

- *Vous aimez marcher à un rythme soutenu et devant tout le monde ?*

C'est votre droit, mais attendez au carrefour l'arrivée du reste du groupe.

- *N'oubliez jamais la notion de groupe !*

Il est particulièrement désagréable de se casser la voix pour appeler le marathonien parti la tête dans les chaussures sans connaître le chemin.

- *L'organisateur (trice) est bénévole. Son seul salaire, en fin de journée, sera la poignée de mains ou les applaudissements que vous voudrez bien lui offrir lors du rassemblement final. Dites-lui ce qui vous a plu ou déplu, vous lui rendez service.*

- N'hésitez pas non plus à organiser votre randonnée dès que vous vous en sentirez capable, en demandant éventuellement des « tuyaux » à un animateur confirmé (**des sessions de formation vous seront proposées**).
- Il n'est pas propriétaire de la randonnée, mais il s'y est beaucoup investi personnellement. Par correction, *si vous souhaitez réutiliser l'itinéraire* ou certains commentaires, prévenez-le et il sera tout heureux de vous aider.

Le rythme :

Il est évident, lors d'une randonnée, que les derniers marchent moins vite que les premiers (M. de La Palice).

Il est tout aussi évident que les premiers, lors des *regroupements*, s'arrêtent bien avant les derniers.

Attention ces regroupements ne sont pas une pause, celle-ci ayant lieu au milieu du parcours Il est encore plus évident de laisser les derniers *souffler* avant de repartir.

Les chiens :

Nos amis les chiens sont les bienvenus (sauf précision contraire). Pour la sécurité de tous, pour leur sécurité, ils doivent être tenus en laisse courte et fixe, sur les routes et les chemins privés que certains propriétaires nous laissent emprunter, et au printemps, période de couaison.

Les chemins et les propriétés privés :

Il nous arrive de traverser des bois ou d'emprunter des chemins privés. Pour cela, nous avons une autorisation. Celle-ci n'est valable que pour la randonnée. Evitez d'y retourner par la suite sans l'accord du propriétaire.

La faune et la flore

Pour notre plaisir et pour le plaisir des générations à venir.

Respectons-les.



REGLES DE SECURITE EN RANDONNEE

Un groupe se compose toujours de participants de niveaux différents, il est illusoire de croire que tout le monde marche au même pas, (ce qui n'est d'ailleurs pas souhaitable, chacun devant respecter son rythme). C'est à l'animateur d'harmoniser l'ensemble, de situer au sein d'un groupe, un serre-file connu, évitant aux nonchalants de trop s'attarder, chacun devant rester à portée de vue.

« La règle impérative est en effet de ne pas se séparer sous quelque prétexte que ce soit ou prévenir le serre fil. »

En cas d'incident sérieux, le responsable doit en être averti rapidement, la prudence étant toujours de mise, au regard du nombre de participants. L'organisateur a la responsabilité de mener à bon terme le groupe, mais il ne peut d'un seul regard assumer la sécurité de l'ensemble. Chacun doit prendre une part active, pour aider au bon déroulement de la randonnée.

Exemple : témoin d'un incident ou d'un accident, faire remonter l'information au plus vite, afin de prendre les dispositions nécessaires.

Règles de circulation sur la route

Seul

Lorsqu'ils existent, utilisez les trottoirs ou terre-pleins, sinon marchez à gauche, face aux véhicules.

En groupe

Les randonnées étant considérées groupements organisées, les piétons doivent emprunter le bord droit de la route. Les groupements ne doivent pas comporter d'éléments de colonne supérieurs à 20 mètres, espacés si nécessaire de 50 mètres.

S'ils marchent en file indienne, ils doivent le faire sur le côté gauche et sont alors dispensés d'observer les consignes d'espacement.

Signalisation en groupe de jour

Par temps clair : pas de signalisation particulière.

Lorsque la visibilité est insuffisante, la colonne doit être signalée par un feu blanc, à l'avant gauche visible à 150 mètres.

Un feu rouge à l'arrière porté à l'extrême gauche du sens de déplacement indique la queue de la colonne.

Signalisation en groupe de nuit

Seul ou en groupe, moyens lumineux indispensables, identiques à ceux portés lorsque la visibilité est insuffisante. Ils doivent être visibles au moins à 150 mètres (par temps clair).

En agglomération, respectez la signalisation lumineuse aux intersections. Distants de moins de 50 mètres, les passages piétonniers seront empruntés. Traversez les chaussées perpendiculairement à leur axe. Personne ne doit s'y arrêter ni s'y attarder sans nécessité.

Deux gilets fluo, remis à chaque animateur, dont 1 sera confié au serre-file qui aura été désigné et connu (gilets à récupérer).

La traversée ne se fait que sur instruction formelle de l'animateur.



ASSURANCE

L'association est assurée contre les risques encourus dans l'organisation des randonnées qu'elle programme et dans la conduite de ces randonnées par des animateurs dont elle est civilement responsable.

Accidents : déclaration à l'association d'appartenance (R.P.P ou autres).

- Déclarer l'accident dans les cinq jours ouvrés à la fédération à l'aide d'un formulaire à télécharger sur internet sur le site de la fédération.
- Indiquer sur papier le lieu précis, la date et les circonstances détaillées de cet accident, en mentionnant s'il est survenu à l'occasion d'une programmation associative ou d'une randonnée personnelle.
- Joindre la photocopie de la licence et adresser ce courrier en recommandé à la F.F.Randonnées ***exclusivement***.
- Y joindre un certificat médical initial (à défaut, une description des blessures subies) s'il s'agit d'un sinistre mettant en jeu la garantie des accidents corporels.
- Indiquer l'identité et l'adresse de la victime (le tiers) et la nature des dommages corporels, des dégâts matériels causés s'il s'agit d'un sinistre de responsabilité civile.

Toute déclaration d'accident doit être accompagnée d'une photocopie de la licence.

Attention

Ne jamais saisir directement la compagnie d'assurance de la fédération. (Voir les consignes portées sur la licence).

Ne joindre à la déclaration aucun document nécessaire au règlement ultérieur du dossier (note de frais....).

Attendre pour ce faire d'avoir reçu (à court délai) l'accusé de réception officiel de l'assureur qui donnera les références de son dossier et y indiquera des instructions.

Consignes à respecter en cas de survenance d'un événement.

Ce qu'il ne faut pas faire :

- Se laisser donner les premiers soins par n'importe qui (s'assurer de la compétence de l'intervenant).
- Préjuger de la gravité d'un accident, d'un malaise ou d'une maladie.
- Se substituer aux professionnels.

Ce qu'il faut faire :

- Donner les premiers soins d'urgence (faire appel à un animateur certifié du groupe).
- Dans un deuxième temps, faire appel aux services locaux d'urgence. Une intervention immédiate pour un cas bénin vaut mieux qu'une intervention *a posteriori* suite à une complication.
- (Des formations aux premiers secours peuvent être organisées pour les adhérents souhaitant passer le diplôme d'animateur)

La prise en charge du blessé par des services qualifiés doit se faire après l'apport des premiers soins.

Le transport d'un accidenté dans un véhicule privé est dangereux et strictement interdit par la législation.

AVANTAGES DE LA LICENCE

La licence offre :

Les frais d'envoi sur les topoguides F.F.R.P qui sont commandés par internet sur le site de la fédération, sur les cartes et produits I.G.N. Se renseigner sur le site de la F.F.Randonnées.

Une possibilité d'assurances Complémentaires : Individuellement auprès du Centre d'Info Sentiers et Randonnée : 64, rue du dessous-des berges - 75013 - PARIS Tel : 01.44.89.93.93

Réductions sur l'édition du guide pratique du randonneur, le journal RANDO PASSION.

Au niveau local, de nombreuses réductions chez certains commerçants, notamment les magasins d'articles de sports.

(Se renseigner sur le site du Comité Départemental F.F.R.andonnées, ou de l'association).

Rappel : les licenciés peuvent utiliser le réseau des auberges de jeunesse (F.U.A.J).

Grâce aux accords conclus par la F.F.Randonnées, les membres licenciés bénéficient d'un tarif préférentiel dans certains établissements:

- Hôtels.
- Union des Centres de Rencontres Internationales de France (UCRIF).
- Associations vacances et clubs qui gèrent une chaîne de villages de vacances.

Pour de plus amples informations, rendez-vous sur le site de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre

Les tarifs préférentiels et les partenaires de la région Hauts de France négociés par le comité départemental nord sont sur le site du comité nord.

DROIT A L'IMAGE

J'autorise que les photos, prises de vues et interviews dans le cadre de ma participation aux différentes activités de l'association « Les Randonneurs du Plat Pays » et de ses partenaires puissent être publiées et/ou diffusées à la radio, à la télévision, dans la presse écrite, les livres ou sur le site internet et les réseaux sociaux sans avoir droit à une compensation.

CONCLUSION :

L'objectif principal de ce livret est de faciliter vos futures randonnées.
Vous l'avez lu (mais si ...) et nous en sommes convaincus, vous saviez déjà presque tout ! Mais, la « répétition fixe la notion » !

Ainsi, à toutes et à tous
Bons chemins...



CONTACTS :

R.P.P siège : Maison de la Vie Associative.

Terre-plein du jeu de mail. Rue du 11 Novembre
59140 DUNKERQUE

Président : LECOESTER Bernard

25 Rue Emile Zola 59495 LEFFRINCKOUCKE

Tel:06.52.01.14.26.

Mail : lecoesterb@sfr.fr

Contact RPP : lesrpp@gmail.com

Blog : leblogdesrpp.canalblog.com

N.B : Si certains détails ont échappé à la rédaction, n'hésitez pas à en informer le président, la secrétaire.