

REGLES ET CONSIGNES DE SECURITE

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

- **Soyez** bien équipés : port de chaussures de randonnée, tenue vestimentaire pour affronter la météo (*pluie, vent, froid...*), boisson, barres de céréales, fruits secs...
- **Marchez** derrière l'animateur. Un randonneur qui ne suivrait pas cette consigne s'exclut du groupe et n'est plus sous la responsabilité de l'animateur.

- **Marchez** du même côté de la route que l'animateur et ne traversez pas les routes sans avoir son autorisation. Attendez les serre-files qui assurent la sécurité du groupe et ne quittez pas le groupe sans prévenir.
- **Ramassez** et remportez vos déchets.
- **Respectez** le milieu naturel : faune et flore.
- **Pensez** à nettoyer vos semelles. Sans le savoir, nous pouvons nuire à la biodiversité en apportant dans la terre collée à nos semelles des graines ou des germes venus d'autres milieux naturels.

Quelques repères

- Un mouchoir : pollution > 3 mois.
- Un mégot : pollution > 1 à 5 ans.
- Une peau de fruit : pollution > 3 mois à 2 ans.
- Une canette ou une bouteille plastique : pollution > 100 à 500 ans.
- Une pile représente une pollution très nocive pour la terre et l'eau.
- Le déplacement des personnes équivaut à 30 % des émissions de CO2. Le taux de remplissage moyen des automobiles est de 1,5 personne.

