

	<p>CHARTE DU MARCHEUR</p> <p>AVF – Pays de Paimpol</p>	<p>21 août 2023</p>
---	--	----------------------------

Règles de prudence et de sécurité

La marche, comme toute activité physique, comporte des risques, si minimes soient-ils. Chaque participant doit en être conscient, l'assumer en toute connaissance de cause et se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par les animateurs/accompagnants.

Ces bénévoles, sans diplôme sportif, émettent des consignes pour assurer la cohésion et la sécurité du groupe. Ils ne peuvent être tenus pour responsables des accidents qui seraient dus à l'imprudence de l'un des membres du groupe.

Au départ de la marche, il y aura au minimum deux animateurs/accompagnants désignés pour encadrer le groupe. Ces personnes se placeront l'une, en tête de groupe, et l'autre, à la fin et ce, pendant tout le parcours. Les animateurs/accompagnants désignés rappelleront les consignes au départ de la marche surtout si l'itinéraire doit amener le groupe à emprunter une route.

En cas de manquements graves et répétés aux consignes, les animateurs/accompagnants sont habilités à exclure les auteurs du groupe de marche temporairement ou définitivement, en accord avec le conseil d'administration.

En début de trimestre un programme des marches de la période à venir est transmis aux adhérents inscrits à cette activité. Ensuite et régulièrement, des informations sont données sur le parcours et son environnement. Tout cela peut être modifié ou annulé en fonction des conditions météorologiques (annulation dès l'alerte orange), et des reconnaissances qui pourraient être faites. Ces éléments doivent également permettre aux marcheurs de juger si leurs capacités sont compatibles avec les conditions extérieures au moment d'effectuer le parcours.

Conditions d'utilisation de la chaussée par les piétons

Lorsque le groupe de marcheurs est amené à emprunter des routes, il est tenu de respecter le code de la route (voir articles R412-34 à 412-43 du code de la route).

En agglomération et hors agglomération s'ils existent, il faut emprunter les trottoirs et les accotements praticables, quel que soit le côté où ils se trouvent, à droite ou à gauche.

Hors agglomération, en l'absence de trottoir et d'accotement praticable, le groupe de marcheurs, qui constitue un groupe organisé, doit se déplacer sur **le bord gauche** de la chaussée, **exclusivement en colonne par un**.

Selon la configuration de la route, le groupe peut se déplacer sur **le bord droit** de la chaussée en **colonne par deux**, en veillant à laisser libre la partie gauche de la chaussée pour

permettre le déplacement des véhicules. C'est la sécurité du groupe qui guide le choix qui revient à l'animateur/accompagnant encadrant le groupe. 27/09/19 2

Quel que soit ce choix, les marcheurs doivent tous cheminer du même côté

En sommet d'une côte ou dans un virage et en fonction de la visibilité, de la distance et de la vitesse des véhicules, un éclaireur est désigné pour sécuriser et ouvrir la marche.

Ne traverser qu'après s'être assuré qu'on peut le faire sans risque en fonction de la visibilité, de la distance et de la vitesse des véhicules. Il est obligatoire d'emprunter les passages prévus pour les piétons, s'ils sont situés à moins de 50 mètres.

Lors du franchissement des routes, le groupe doit se reformer et attendre que les animateurs/accompagnants responsables désignés donnent le signal pour traverser « *d'un seul homme* ».

Code de bonne conduite et de courtoisie

Respecter les consignes.

Savoir respecter le groupe en marchant toujours rassemblés.

Ne pas quitter le groupe sans informer l'animateur/accompagnant.

Savoir attendre les derniers.

Savoir être attentif à ses voisins.

Savoir faire preuve de cohésion dans le groupe.

Ne pas chercher à aller au-delà de ses propres limites.

Ne pas faire de cueillette.

Refermer les barrières.

Récupérer nos déchets.

Partager les espaces naturels.

Respecter les espaces protégés.

Rester sur les sentiers.

Les chiens, comme tout autre animal de compagnie, ne sont pas admis aux marches.

Moyens de secours et assurance

L'un des animateurs/accompagnants désignés est muni au départ :

- d'une trousse de premier secours.
- d'un moyen de communication permettant d'alerter rapidement les secours d'urgence :

15 pour le SAMU – 18 pour les POMPIERS – 112 avec le portable,

- et des coordonnées de notre assureur :

SMACL Assurance – n° contrat 116333/Z Tél : 05 49 32 56 56

En cas d'accident il est donc important qu'une déclaration soit faite sans tarder (dans les 48 h) via les animateurs/accompagnants, ou directement au siège de l'AVF Pays de Paimpol. Cette déclaration sera transmise immédiatement à notre assurance.

Chaque marcheur doit se munir de sa fiche personnelle de sécurité-marche, accessible sur lui (voir note particulière). 27/09/19

Équipement

Il est obligatoire pour les animateurs de se rendre visible par le port de vêtements et accessoires (brassards par exemple, ou gilets) munis de bandes fluorescentes.

Le fond de sac du marcheur doit contenir une veste coupe-vent imperméable ou cape de pluie, un vêtement chaud type polaire ou pull, et selon la saison protection solaire (chapeau, lunette se soleil, crème solaire..) ou bonnet, gants.

Des chaussures adaptées devant assurer une bonne accroche.

À la convenance du marcheur : des bâtons de marche qui assurent son équilibre.

Le sac du marcheur doit contenir aussi suffisamment d'eau (chaude ou froide), barres de céréales biscuits, fruits secs...

Des chaussures de rechange pour le retour en voiture.

Invitation de personnes extérieures à AVF Pays de Paimpol

Chaque marcheur AVF peut inviter 1 ou 2 personnes extérieures selon les dispositions du règlement intérieur de l'AVF Pays de Paimpol et sous les conditions suivantes :

- dans la limite des places disponibles avec l'accord de l'animateur/accompagnant.
- les invités randonnent sous leur propre responsabilité.

Acceptation de la Charte du Marcheur

La Charte est remise en main propre lors de l'inscription de l'adhérent à l'activité Marche, ou lui est transmise par mail en début de saison.

La Charte du Marcheur est considérée comme acceptée tacitement par l'adhérent du seul fait de sa non-opposition à son contenu. Il peut par tout moyen à sa convenance en refuser tout ou partie, auprès du président de l'Association, et ou de l'animateur/accompagnant, qui se réservent la possibilité de ne pas l'accepter dans cette activité.

La présente Charte du Marcheur annule et remplace toute charte établie précédemment.

----- Fin de la Charte du Marcheur -----