

Balises

• N°73 • janvier 2019

édito

Une nouvelle année commence, j'espère qu'elle sera bonne pour nous tous et que par nos actions nous continuerons à aider au développement durable en :

Continuant à l'éducation des enfants lors des actions « Un chemin, une école » ou Prim'air Nature en les sensibilisant à tous ces gestes simples qui aident à protéger notre planète.

Participant à la cohésion sociale et solidarité lors des marches Rando Santé, Randos avec la ligue contre le cancer, randos douces ...

Prenant en compte l'environnement tout au long de nos randonnées mais aussi lors de nos manifestations ouvertes à tous.

Protégeant et valorisant nos lieux de pratiques dans tout le département

Bonne année et belles balades en 2019

Michel LONGUET,
Président
du Comité Départemental

La randonnée, facteur de développement durable

Par ses valeurs et le nombre des pratiquants, la randonnée est un vecteur essentiel pour défendre la cause du développement durable et agir concrètement.

Le Comité FFRandonnée Aveyron souhaite se positionner comme acteur du Développement Durable, de la protection de l'environnement et des chemins à travers une sensibilisation de tous les acteurs, dirigeants, pratiquants, bénévoles dans un premier temps et par des actions concrètes en mettant en place une dynamique d'éco-responsabilité que nous proposerons au fil des saisons.



La confluence de deux rivières, le Lot et le Douadou, à Grand-Vabre - C-Bousquet-Tourisme

Une des conclusions majeures est de dire que la randonnée est une rencontre entre des individus et un territoire et que l'avenir de ces derniers passera avant tout par la protection de notre stade de chemins et du patrimoine qui l'entoure.

Cela doit aujourd'hui guider notre réflexion sur notre pratique pour comprendre la relation entre le développement durable et une démarche collective en club et individuelle.

Ce particularisme pose la question de nos comportements car il est temps, désormais, de réfléchir à une véritable « boîte à outils » au service de la randonnée.

Je suis un Eco-randonneur, des actions concrètes à la portée de tous :

- **Verres réutilisables** : Ces verres, adoptés par les marcheurs, limitent l'utilisation massive de gobelets jetables lors de nos rassemblements et réunions !
- **Déchets** : Emporter ses déchets avec soi, la nature n'est pas une poubelle. Préférer les produits avec peu d'emballage.
- **Ramassage des déchets** : Passer à l'action ! Autour de reconnaissance de parcours, lors des randos habituez-vous à ramasser des débris lors de ses balades.
- **Transport jusqu'au départ de la randonnée** : Préférer le covoiturage (*les déplacements véhiculés représentent 30% des émissions de CO2*).
- **Respect du sentier** : Ne sortez pas des sentiers, le piétinement abîme les espèces végétales. Certains terrains, sont très sensibles au piétinement.
- **Faune locale** : Pensons à la tranquillité des animaux sauvages, ils sont chez eux et les nuisances sonores leur feraient quitter leur habitat pour se protéger.
- **Flore** : Ne cueillez pas de fleurs ou de plantes. À la place, préférez une jolie photo !
- **Troupeaux** : Penser à refermer les barrières et clôtures sur les sentiers de randonnées.
- **Animaux de compagnie** : Ils doivent être tenus en laisse pour ne pas effrayer les animaux sauvages et les troupeaux.
- **Feux** : Signaler tout départ de feu en téléphonant au 18 ou 112 pour sa sécurité et celle des autres.
- **Équipement** : Nettoyer les semelles de ses chaussures pour ne pas emmener avec soi des graines ou des micro-organismes qui n'auraient rien à faire dans un autre milieu et qui pourraient lui être nuisible.
- **Topo-guide** : Ils sont imprimés sur papier certifié, issu de la gestion durable des forêts.

« Si ces actions avec d'autres prennent davantage de force, la randonnée sera facteur de développement durable et le marcheur donnera du sens à son chemin ».

Geneviève Fiertes, Présidente de la Commission Pratiques Adhésion et Vie Associative.

... La vie du Comité

Retour sur la « Journée des Présidents » des associations FFRandonnée Aveyron, qui a rassemblé 66 représentants de 40 associations.

La bonne humeur était de mise le mercredi 28 novembre, pour ce moment d'échange entre les dirigeants des clubs aveyronnais qui a permis de mettre un sens commun à nos actions pour mieux accueillir cette année encore plus d'amoureux de randonnées diverses et variées...



L'après-midi s'ouvrait sur une séquence d'information animée par 3 représentants du Comité Départemental avec 3 thématiques :

- *Le nouveau cursus des formations FFRandonnée,*
- *L'Immatriculation Tourisme,*
- *Les conventions d'entretien avec les acteurs locaux, les accords de partenariat et les lettres de mission pour l'entretien, le balisage et le suivi des itinéraires PR®, GR® et GR de Pays®,*

Nous sommes dans un monde qui bouge et en perpétuelle évolution. Si le club, comme toute autre structure doit évoluer, il restera, un atout et une force pour le développement de la randonnée dans nos territoires et l'avenir de notre Fédération.

« C'est une initiative très intéressante, qui permet aussi de marquer et d'accompagner l'engagement des bénévoles, qui sont fondamentaux », conclut Michel Longuet, Président du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre de l'Aveyron avant d'inviter les participants à un moment convivial.

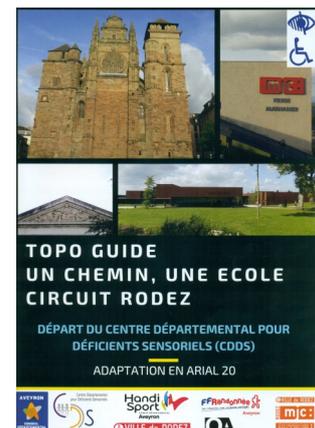
Une chose est certaine, tous les présidents et leurs représentants sont animés par la passion de la randonnée et ont tous en tête de faire avancer cette pratique, à leur échelle.

2018, une bonne année pour « Un chemin, une école »

Tout au long de l'année 4 élèves mal voyants du CDDS (Centre Départemental des Déficients Sensoriels) ont mis en œuvre un circuit accessible à tous autour de Rodez puis ont élaboré deux topo-guides écrits l'un en gros caractères, l'autre en braille, ainsi que 2 maquettes en 3D (topos et maquette qui sont consultables à l'Office de Tourisme de Rodez mais aussi à la mairie).

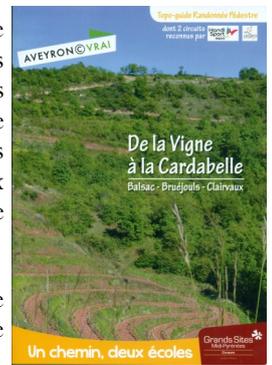


Maquette 3 D représentant le circuit urbain



Un beau travail qui a nécessité un gros investissement des enfants mais aussi de leur enseignante et des animateurs du Comité Départemental. Pour cette belle réalisation (inauguration le 28 novembre 2018) nous avons bénéficié d'aide financière du Conseil Départemental de l'Aveyron (5 500 €) mais aussi de la ville de Rodez (600 €).

En septembre (le 28) a été inauguré le topo-guide réalisé par les enfants des écoles de Balsac-Bruéjous et les enfants du CDDS. Ce topo décrit 3 circuits : une boucle de 15 km qui relie les deux écoles ainsi que deux circuits accessibles aux handicapés l'un à Balsac (4 km) et l'autre à Bruéjous (5.7 km).



Bravo à tous ces petits randonneurs qui se sont démenés pour arriver à cette belle réalisation.

Nouvelle année, nouveau calendrier...



Pour randonner l'esprit libre, adepte ou simple marcheur occasionnel, les associations FFRandonnée de l'Aveyron vous accueillent le week-end. Pour cette 16^{ème} édition, 50 manifestations organisées vous accueilleront pour partir à la découverte de nos terroirs.

« Un jour de sentier, huit jours de santé ».

Les sorties sont organisées et encadrées par les bénévoles des clubs FFRandonnée qui s'investissent pour le plaisir de tous.

L'actu web :

Retrouver les dernières actualités de : www.randonnee-aveyron.fr



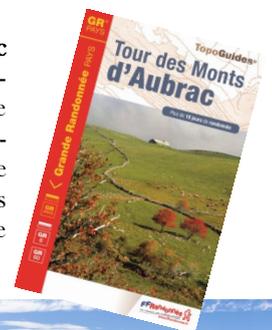
- › 9 bonnes résolutions pour réussir l'année
- › L'Aveyron compte 278 697 habitants et 13.32 randonneurs FFRandonnée pour 1000 habitants.
- › Le conseil de saison ! C'est la première couche thermique qui est la plus efficace comme protection contre le froid
- › SPORT : Un guide pour le sport sur ordonnance
- › Quel avenir pour la randonnée à l'horizon 2028 ?

Pour recevoir toutes les actualités et l'agenda inscrivez-vous à l'info lettre hebdomadaire.



Editions et parutions

GR® de Pays : **Tour des Monts d'Aubrac** vous invite à la découverte d'une terre authentique et de légendes où se partage une immensité toute en courbe, toute en rondeur et qui se déroule à l'infini. Le GR® de Pays propose de nombreuses possibilités pour bâtir un itinéraire, entre 2 et 8 jours de marche.



- *Longueur : 160 kilomètres (8 étapes)*
- *Période conseillée : d'avril à novembre*
- *Les départements traversés : L'Aveyron, le Cantal et la Lozère*
- *Réf. 616 - 15.70 €*



Les topo-guides® sont disponibles auprès des maisons de la presse, librairies, magasins de sport, points de vente touristiques et au Comité Départemental.

A quoi sert la carte de Baliseur ?

Avec plus de 6500 kilomètres de sentiers balisés et 24 topo-guides, l'Aveyron est particulièrement bien servie en matière de randonnée. Le balisage est le complément naturel du topo-guide, il est mis en place sur les sentiers afin de rendre leur usage plus simple et plus sûr. Il ne s'improvise pas. La FFRandonnée vous propose des stages avant de parcourir le terrain, le pinceau à la main comme baliseur bénévole. Après cette formation et en fonction de ses besoins, la commission « Sentiers et Itinéraires » est en mesure de délivrer à chaque baliseur une carte annuelle de « Baliseur Collecteur Officiel » et elle coordonne leurs actions.



Qui peut la prendre et pourquoi ?

Dans sa mission d'expertise et de suivi des sentiers, la commission « Sentiers et Itinéraires » a en charge :

- L'ensemble des GR du département et les PR du topo « L'Aveyron à pied »
- Quant aux GR de Pays et à la collection « Les Belles Balades de l'Aveyron », pour être pris en charge, ils doivent avoir fait l'objet d'une convention d'entretien entre le maître d'ouvrage et le Comité Départemental.

En fonction de ces objectifs, les présidents de club concernés sont invités à signer un engagement de partenariat avec le Comité et en concertation avec les responsables de secteur, ils établiront la demande des cartes de baliseurs auprès de la CDSI. Leurs interventions seront détaillées dans le cadre d'une lettre de mission.

Assurance et couverture :

Le baliseur officiel titulaire d'une carte annuelle et mandaté par la commission sentier est couvert par le contrat fédéral en Responsabilité Civile pour ses activités de balisage, entretien, reconnaissance... et ses dommages corporels durant ces activités ainsi que pour les dommages matériels occasionnés aux véhicules, dommages vestimentaires...

...  **Question / réponse**

Baignade au cours d'une randonnée, quelle attitude doit adopter l'animateur ?

La possibilité de baignade se présente inopinément lors d'une randonnée. Certains adhérents se jetteraient bien à l'eau. Que faire ?

L'animateur a la responsabilité d'assurer la sécurité du groupe. Les différentes formations fédérales lui dispensent les compétences dans l'encadrement des pratiques de marche et de randonnée proposées par la FFRandonnée. Ces formations ne dispensent par contre aucune compétence en matière de surveillance et encadrement de la baignade; Cependant s'agissant d'un public adulte, il est envisageable que des baignades se déroulent uniquement sur initiative des participants (*pas d'inscription au programme, pas d'organisation par l'animateur...*) et avec expression par l'animateur que cette organisation est réalisée en dehors du cadre de la sortie, de ses responsabilités...

Il est utile de prendre contact avec la Fédération Française de Natation afin de connaître les recommandations et règles d'encadrement et de sécurité de cette pratique.

Un animateur de randonnée peut-il arrêter la circulation ?

En aucun cas un encadrant de groupe de randonnée n'a le droit d'arrêter ou de réguler la circulation des véhicules sur les routes. Seules les autorités compétentes et les agents assermentés peuvent le faire (*gendarmerie, police*).

L'article L 411-6 du code de la route précise :

« Le droit de placer en vue du public, par tous les moyens appropriés, des indications ou signaux concernant, à un titre quelconque, la circulation n'appartient qu'aux autorités chargées des services de la voirie. »

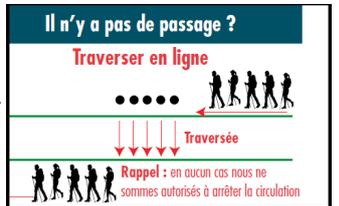
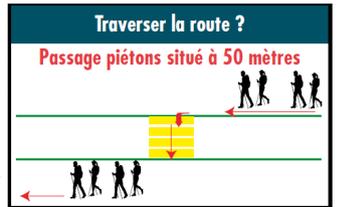
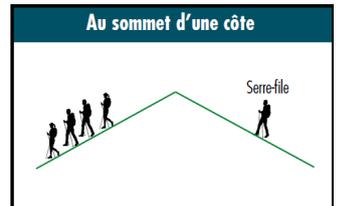
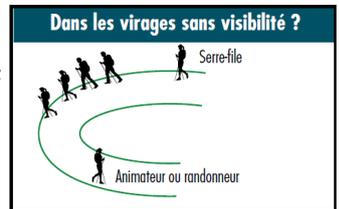
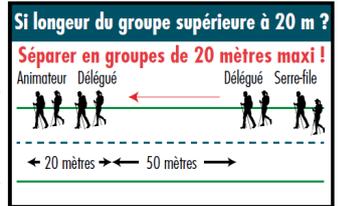
La FFRandonnée, délégataire de l'activité randonnée, s'est doté d'un **M é m e n t o** « Recommandations et règles pour pratiquer, encadrer et organiser des activités de marche et de randonnée » qui précise :

« Quand un itinéraire croise une route, les randonneurs doivent obligatoirement utiliser un passage prévu à leur intention s'il en existe un dans un rayon inférieur ou égal à 50 m (R412-37 du code de la route). L'animateur (*ou ses assistants*) n'est pas habilité à arrêter la circulation. »

Alors comment faire ?

L'animateur arrête son groupe et envoie son co-animateur en amont et son serre file en aval en bord de route pour avertir les randonneurs des risques éventuels et faire des signes de ralentissement aux véhicules. Les randonneurs traversent par petit groupe suivant les instructions de l'animateur qui reste sur le bord et qui traversera en dernier.

Prudence donc !



MEMO FICHE : Constituez au fur et à mesure des « balises » un répertoire de fiche mémo à l'intention des randonneurs mais aussi destinées aux animateurs encadrant des groupes en randonnée.

LA STRUCTURE DES PLANTES

MEMO-FICHE FLORE 03

... En direct des clubs

Les Randonneurs de la Vallée ont toujours 20 ans malgré les kilomètres :

C'est lors de l'assemblée générale, le 6 novembre dernier que les Randonneurs de la Vallée à Linvillac le Haut ont fêté le 20ème anniversaire du club.

En 1998, ils étaient une dizaine, ils sont aujourd'hui une centaine et le club au fil des ans a dû se structurer pour mieux accueillir les nouveaux randonneurs et garder l'esprit de partage, de convivialité qui anime le club depuis la création.



La Présidente Michèle Joffre avait à cœur de rappeler « *Adhérer à une association, c'est avant tout partager une passion commune, créer un lieu d'échange où l'on cultive la compréhension, la tolérance et la solidarité entre tous dans un cadre de bénévolat propice à l'épanouissement de chacun* ».

Fort de 107 licenciés, le club sait qu'il peut compter sur ces animateurs compétents et responsables pour proposer toujours plus encore des randonnées tous les mardis. Pour renforcer le lien humain et amical chaque année, le club organise deux séjours, un repas de fin d'année et la saison se termine toujours par un repas au bord du Lot.

Les projets ne manquent pas ! Randonnée avec handisport, rencontre inter-club, échanges avec les associations Aveyronnaises ou les voisins du Cantal ou des ateliers tels que « savoir lire une carte » ou « se servir d'une boussole ».

En ce début d'année nous souhaitons pleins de beaux projets aux Randonneurs de la Vallée tout en ayant à cœur de conserver la convivialité qui anime nos associations.

La famille des randonneurs s'agrandit avec l'affiliation d'une nouvelle association :

« **Les Marcheurs du Pays Rignacois** » de Rignac, association d'environ 20 licenciés qui a été créée en mars 2007 avec comme coprésident Mme Colette Rigal et M. René Cabot.

Nous les remercions pour leur confiance et nous les félicitons d'avoir rejoint les 64 associations Aveyronnaise.

A noter plusieurs changements à la Présidence des associations affiliées:

- › ACS Ste Radegonde : M. Yves Fayel
- › Sport pour Tous Sébazac : M. Bernard Falgayrat
- › La Spirale : M. Alain Cransac
- › Rando Oxygène : M. Ghislain Bou
- › Aveyron Détente Loisirs : Mme Françoise Céccato

Nous remercions très chaleureusement l'engagement des anciens responsables et nous saluons l'implication de tous les jours des nouveaux représentants.

Animateur, baliseur, collecteur, responsable associatif :

Vous consacrez une partie importante de votre temps libre en mettant au service des autres votre énergie et vos compétences, notre action est d'intérêt général et permet grâce aux chemins, l'accès à la nature, à la culture, aux territoires et favorise le brassage des populations et des générations.

... La formation

Dans la filière encadrer/animer (formation d'Animateurs de proximité) :

- **Tronc commun** : 1 jour en présentiel (7h) le 15 juin à Salles la Source
- **Le stage final avec Evaluation** : 1 jour en présentiel (7h) le 5 octobre à Salles la Source

Ces 2 stages seront séparés par une **Formation à distance** comportant plusieurs modules. Ce tronc commun est le même que celui qui sera exigé pour les 3 Brevets fédéraux.

Le certificat d'animateur de randonnée de proximité vise à préparer des pratiquants à exercer la fonction d'animateur de randonnées pédestres se déroulant sur une journée maximum en autonomie et bénévolement.

Dans la filière pratiquer :

- **Pratiquer Découverte** le 23 février à Salles la Source
- **Pratiquer Perfectionnement** le 23 mars à Salles la Source

Dans la filière Baliser :

- **Stage de Balisage** les 14 et 15 septembre à Laissac

Les pré-inscriptions sont accessibles depuis le site fédéral : www.ffrandonnee.fr (rubrique formation)

... Calendrier

- **Samedi 31 août et dimanche 1er septembre : Rando Occitane à Cransac les Thermes**
- **Dimanche 6 octobre : Rando Santé Mutualité à Pont de Salars**

Nos partenaires... une relation de confiance !



Comité Départemental FFRandonnée Aveyron

Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand
BP 831 - 12008 Rodez cedex
Tél. : 05 65 75 54 61

www.randonnee-aveyron.fr

Ce bulletin semestriel est édité par le Comité FFRandonnée de l'Aveyron

- Directeur de publication : Michel Longuet
- Comité de rédaction : Geneviève Fuertes, André Berthomieu, Marc Boutroux, Michel Gabriac, Michel Longuet, Michaël Sobella et Lionel Vidal.
- Crédits photos : Grand-Vabre C-Bousquet-Tourisme, Les randonneurs de la Vallée et FFRandonnée Aveyron
- Diffusion : 4 000 ex.
- Dépôt légal : à parution
- N° I.S.S.N. : 2264-4377