

# CHARTRE DU RANDONNEUR

## L'ENVIRONNEMENT

---

1. Respectons le tracé des sentiers et n'utilisons pas de raccourcis (notamment à travers champs, afin de respecter les plantes mais aussi le travail des paysans qui les récoltent pour en faire du fourrage).
2. Soyons discrets. Pensons aux autres, à la sérénité de la nature.
3. Apprenons à nos enfants à contempler les fleurs sans vouloir à tout prix les cueillir, certaines d'entre elles étant rares et protégées.
4. Ne laissons ni trace de notre passage, ni déchets.
5. Ne faisons pas de feu dans les régions sensibles.
6. N'oublions pas de toujours refermer derrière nous barrières et clôtures.
7. Tenons les chiens en laisse.
8. Soyons prudents avec l'eau des ruisseaux : est-elle potable ?
9. Renseignons-nous auprès des communes en période de chasse.
10. Informons-nous des règlements qui conditionnent l'accès à certaines réserves et zones centrales des parcs nationaux.

## LE RANDONNEUR

---

1. Choisir sa randonnée en fonction de ses possibilités du moment, selon sa forme et son objectif personnel (ne pas oublier ses médicaments en cas de problèmes cardiaques, asthme, etc.).
2. Respecter le groupe en marchant toujours rassemblés (prévenir le responsable du groupe si le besoin de s'arrêter s'en fait sentir).
3. Savoir attendre les derniers.
4. Etre attentif au comportement de ses voisins.
5. Rester courtois envers les autres usagers des sentiers et les riverains.
6. Boire peu mais souvent pour se réhydrater.
7. Ne pas chercher à aller au-delà de ses propres limites.
8. S'informer des conditions météorologiques avant de partir.
9. Prévenir une personne de son itinéraire et de son horaire approximatif de retour.
10. Se munir d'un sac contenant ravitaillement, habits de pluie, téléphone portable chargé, trousse de secours...
11. S'équiper de chaussures adaptées à la randonnée pédestre.