

# Consignes de sécurité

## PREPARER SA RANDONNEE PEDESTRE

**Balisage** : Un repérage à la peinture jaune (chemin de randonnée dit petite randonnée « PR ») ou blanche et rouge (tracé de grande randonnée dit « GR ») guide les pas du promeneur ou randonneur à partir des poteaux indicateurs dont les flèches directionnelles facilitent l'orientation générale.

Le système de balisage a néanmoins ses limites et les imperfections qu'il faut pouvoir dépasser grâce à sa propre autonomie d'interprétation

**Météo** : Avant toute sortie en montagne, s'informer sur les prévisions météorologiques en appelant le répondeur de **Météo-France au 08 99 71 02 06**.

**Cartographie** : La série TOP 25 (échelle 1/25 000) coéditée par l'institut Géographique National et le Département des Alpes-Maritimes, constitue l'outil le plus performant pour évoluer dans le milieu naturel.

La précision des cartes (1 km=250 m sur le terrain), leur degré de renseignement et leur personnalisation rendre leur usage incontournable.

**La 3642ET Vallée Estéron & Vallée du Loup (Gréolières)**

**La 3543 Haute Siagne (Gourdon)**

**La 3643ET Canne grasse**

**Pastoralisme** : Respecter les pâturages qui ne sont pas clôturés dans les Alpes. Ne déranger pas les troupeaux, arrêtez-vous pour les croiser ou contournez-les sans les effrayer. **ATTENTION !**

Depuis le retour du Loup dans le Mercantour, un certain nombre de troupeaux D'ovins sont gardés par des chiens de berger des Pyrénées (gros chien blanc)

Ces chiens attaquent tout animal ou individu qui approche du troupeau. Si le berger n'est pas présent sur les lieux, la plus grande prudence s'impose.

**Chasse** : La chasse concerne essentiellement la saison automnale, on veillera à observer, de septembre à la mi-janvier les règles de bon sens : revêtir des tenues voyantes, ne pas s'écarter des sentiers balisés, se manifester de façon sonore au moindre doute.

Des panneaux provisoires apposés lors des battues (sanglier notamment) préviennent les randonneurs d'un danger particulier sur les itinéraires pédestres.

**Numéro européen de secours 112, en cas de besoin.** Préparer bien votre randonnée, les réseaux téléphoniques ne sont pas toujours disponibles.

Pour le SAMU, composer le 15, les pompiers le 18, la police le 17.

**Site Natura 2000 :** « Préalpes d'azur » et « rivières et Gorges du loup », la plupart de ces randonnées sont situées sur des sites classés **Natura 2000**, réseau d'espaces naturels remarquables protégés au niveau européen. Vous pénétrez donc dans un milieu fragile abritant de nombreuses espèces protégées et endémiques à respecter.

**Parc naturel régional des Préalpes d'azur :** Reconnue au niveau national pour la richesse de son patrimoine naturel, culturel et pour ses paysages, ce territoire exceptionnel a été labellisé Parc Naturel Régional en 2012.



**A consulter avant de partir :**

Lien vers :

<https://randoxygene.departement06.fr/moyen-pays/informations-pratiques-et-securite-11150.html> ↗

<https://randoxygene.departement06.fr/pedestre/en-cas-d-accident-9022.html>



## PREPARER SA RANDONNEE EN VTT

- › Emprunter les chemins balisés
- › Respecter le sens des itinéraires
- › Choisir son itinéraire en fonction de ses capacités
- › Rester maître de sa vitesse
- › Etre prudent et courtois lors de dépassements ou croisements de randonneurs, le piéton est prioritaire
- › Contrôler l'état de son VTT et prévoir ravitaillement et accessoires de réparation
- › En partant seul, laisser son itinéraire à son entourage
- › Porter toujours un casque
- › Respecter les propriétés privées et les zones de cultures
- › A proximité d'un troupeau, descendre du VTT
- › Eviter la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons
- › Ne pas troubler la tranquillité des animaux sauvages



**A consulter avant de partir :**

Lien vers : <https://randoxygene.departement06.fr/vtt/informations-pratiques-et-securite-9727.html> ↗

# PREPARER SA RANDONNEE EN RAQUETTES A NEIGE

- › Consulter la météo (bulletin quotidien pour la montagne)
- › Adapter le choix du parcours en fonction des conditions climatiques et nivologiques
- › Ne jamais partir seul sans signaler son parcours et l'heure approximative du retour
- › Prévoir un matériel d'orientation et de sécurité complet
- › Ne jamais partir trop tard car le soleil baisse rapidement en hiver, et au printemps, la neige se réchauffe dès la mi-journée
- › S'assurer de la condition physique, du niveau technique, du niveau des participants et de l'homogénéité du groupe
- › Emporter des vêtements permettant d'affronter les conditions hivernales
- › Ne pas oublier de se munir de la carte TOP 25 correspondant au parcours choisi
- › S'adapter au terrain et à l'état du manteau neigeux qui ne correspondent pas toujours aux informations et aux prévisions : le balisage des sentiers d'été n'est pas forcément adapté à la raquette et peut être dangereux
- › Surveiller l'évolution du temps et celle de la neige



## **A consulter avant de partir :**

<https://randoxygene.departement06.fr/raquette-a-neige/informations-pratiques-et-securite-11155.html> ↗