

---

# **RECOMMANDATIONS**

---

**concernant  
la pratique et l'encadrement**

**des activités de la  
Fédération Française des Clubs Alpains et de  
Montagne**

**Alpinisme  
Escalade  
Ski  
Randonnée  
Spéléo  
Canyon  
Parapente  
V.T.T**

# FICHES DE RECOMMANDATIONS

---

Les fiches de recommandations que vous trouverez ci-jointes sont le résultat d'un travail de l'ensemble des commissions d'activités de la Fédération des Clubs alpins français.

La mission de formation qui nous incombe passe sûrement, avant tout, par une mission d'information et de sensibilisation.

Les démarches pédagogiques ont évolué dans le temps pour s'orienter, par des formes moins magistrales, vers une intériorisation plus efficace des règles de prudence.

La « bonne morale » n'est plus de mise, mais la « conduite juste » s'impose.

Le souci de ces recommandations n'est bien sûr pas que juridique. Il serait dommage de le prendre comme tel.

Il faut plutôt envisager ces fiches comme un aide mémoire, dont une présentation plus adaptée vous permettra bientôt de les transporter avec vous sur le terrain, afin de ne jamais oublier que nous nous devons, en montagne plus qu'ailleurs, d'être responsables et citoyens.

Mais avant tout, sachez profiter avec passion, de tous ces espaces de liberté.

**Le Conseiller Technique Fédéral**

**Luc JOURJON**

# RECOMMANDATIONS GENERALES

---

## POUR LE PRATIQUANT

- Etre à jour de cotisation donc assuré et avoir sa carte sur soi.
- Pratiquer un entraînement à la mesure de ses ambitions.
- Vérifier régulièrement ses capacités techniques.
- Participer dans ce sens à des formations progressives.
- Avoir un équipement adapté et en bon état.
- Respecter les décisions prises par le responsable désigné du groupe.
- Etre curieux et attentif à l'environnement.

## POUR L'ENCADRANT

- Vérifier que chaque participant est bien adhérent au Club.
- Organiser avec soin la sortie en animant une réunion préparatoire.  
Envisagez les différentes solutions de repli, prévoyez l'éventualité d'un problème météo ou d'une course un peu longue.
- S'assurer que le niveau des participants est adapté à la sortie.
- Surveiller à tout moment la sécurité de chacun pendant la course.
- Vérifier le bon état ou le bon fonctionnement du matériel collectif avant la course.
- Prévoir un matériel collectif adapté au nombre de participants et au type de course réalisée.
- Vérifier l'équipement de chaque participant avant le départ.
- Informer un tiers de la destination de la sortie ou de la course réalisée.
- En cas d'accident, prendre les mesures nécessaires pour prévenir les secours sans pour autant abandonner le blessé ou exposer d'autres personnes au danger.
- Accompagner le blessé pendant les secours et son transport vers les services de soin. Prévenir directement et le plus rapidement possible les familles et le président du Club et ne jamais oublier de déclarer l'accident, même relativement bénin, aux assurances.
- Pour les activités ou l'éloignement pose un réel problème dans la mise en alerte des secours, il peut être judicieux de prévoir une radio qui permet de réduire les temps d'intervention.
- Assurez-vous des interdictions ou restrictions locales (arrêtés municipaux, arrêtés de biotope, départementaux...) sur certains sites de pratiques (interdictions dans certains canyon des Alpes Maritimes par ex...)