

# CHARTRE DU RANDONNEUR

**Tous ensemble, soyons vigilants lorsque nous utilisons les sentiers.**

**Ne pas oublier :**

- Prendre un petit déjeuner complet au moins une heure avant le départ.
- Ne pas oublier une collation toutes les deux heures.
- S'hydrater régulièrement.
- Informer votre entourage de votre parcours.
- Interroger la météo et habillez vous en fonction.
- Etudier la carte et préparez votre sac.

**Quelques repères :**

- un mouchoir :  
pollution > 3 mois.
- Un mégot de cigarette :  
pollution > 1 à 5 ans.
- Une peau de fruit :  
pollution > 3 mois à 2 ans.
- Une canette ou une bouteille plastique :  
pollution > 100 à 500 ans.

1. Respectons le tracé des sentiers, n'utilisons pas de raccourcis pour limiter le piétinement de la végétation et l'érosion (surtout sur les milieux sensibles : dunes, marais, ...)
2. Pensons aux autres, à la sérénité de la nature. Nous ne sommes pas les seuls à fréquenter le chemins.
3. Apprenons à connaître et à respecter la faune et la flore, surtout dans les espaces sensibles, nous comprendrons ainsi pourquoi il convient de les préserver.
4. Ne laissons ni trace de notre passage, ni déchets. Emportons-les jusqu'à la prochaine poubelle.
5. Ne faisons pas de feu dans la nature (forêts et zones broussailleuses).
6. Ne dégradons ni les cultures, ni les plantations et ne dérangeons pas les animaux domestiques ou troupeaux. N'oublions jamais de toujours refermer derrière nous clôtures et barrières.
7. Tenons les chiens en laisse, ils pourraient malencontreusement provoquer des dommages ou être victimes d'accidents.
8. Ne consommons pas l'eau des ruisseaux, sa limpidité apparente ne signifie pas forcément qu'elle est potable.
9. Renseignons nous en période de chasse auprès des communes. Certains itinéraires peuvent être dangereux.
10. Informons nous des règlements d'accès aux réserves naturelles et aux parcs nationaux (les chiens, l'utilisation d'engins sonores et la cueillette des plantes peuvent, dans certains cas, être proscrits).

**FFRandonnée**  
**Comité du Rhône**

39 Rue Germain  
BP 6127  
69006 Lyon

Téléphone : 04 72 75 09 02  
Messagerie : [cdrp69@orange.fr](mailto:cdrp69@orange.fr)  
Site internet : [www.ffrp-rhone.fr](http://www.ffrp-rhone.fr)

