



# Formation 2FOPEN-JS d'Accompagnateur Fédéral de randonnées

## Niveau 1

### **1. Objectif :**

A/ Apporter une aide à la préparation et au déroulement d'une randonnée en milieu ouvert garantissant la sécurité des randonneurs licenciés de la 2FOPEN-JS ou retraités licenciés 2FOPEN-JS/MGEN.

B/ Détailler les éléments indispensables d'organisation d'une randonnée collective (gestion des participants, reconnaissance, météorologie, matériel, nombre de participants, ...).

C/ Connaître les éléments indispensables d'organisation d'une randonnée collective (gestion des participants, reconnaissance, météorologie, matériel, nombre de participants...)

### **2. Public :**

Par session de formation, un groupe de 10 à 14 personnes licenciées de la 2FOPEN-JS pratiquant déjà la randonnée. Ces personnes pourront, après la formation, encadrer bénévolement des randonnées organisées par la 2FOPEN-JS.

### **3. Pré requis :**

- a) Etre à jour de la licence 2FOPEN-JS
- b) Avoir déjà participé à des sorties pédestres ou à des randonnées
- c) Vouloir participer à l'encadrement bénévole de sorties ou de randonnées

### **4. Conditions de la formation :**

Celle-ci sera construite en deux journées. Une première journée de travail théorique en salle permettra d'aborder les thèmes responsabilité, sécurité, organisation, cartographie...

La seconde sur le terrain permettra de reprendre les éléments travaillés la veille (sécurité, responsabilité, cartographie, orientation, gestion du groupe...) mais aussi un module important concernant la gestion d'une situation d'accident et l'appel aux secours.

A l'issue des 2 jours complets de formation et d'une évaluation sur le terrain, une attestation de stage d'Accompagnateur Fédéral 2FOPEN-JS de randonnée, niveau 1 sera délivrée aux stagiaires ayant manifesté intérêt et présence positive pendant cette session.

## **5. Financement :**

- Les frais des formateurs sont pris en charge par la 2FOPEN-JS.
- Les frais de restauration des stagiaires sont pris en charge par le Comité Départemental.
- Les frais de déplacement des stagiaires seront pris en charge par les stagiaires ou par les Comités Départementaux ou club des retraités MGEN.

## **6. Intervenant :**

Serge CAPDESSUS, Formateur. Titulaire d'un Brevet d'Etat d'Accompagnateur en Montagne, licencié 2FOPEN-JS 65.

Aimé LAHAILLE, licencié 2FOPEN-JS 32

Véronique PRIM, licenciée 2FOPEN-JS 31



# Programme de Formation d'Accompagnateur Fédéral 2FOPEN-JS

## de randonnées en milieu ouvert – Niveau 1

### 1. Préparer la randonnée :

- 1.1. Connaître le niveau des randonneurs et leurs capacités : aptitudes physiques, psychologique, technique
- 1.2. S'informer sur les données météorologiques
- 1.3. Déterminer un circuit, choisir une vallée et un itinéraire de randonnée
- 1.4. Repérer sur les cartes IGN l'itinéraire ou sur les topo-guides. Se munir de matériel d'orientation : boussole, altimètre, (l'utilisation du GPS sera abordée au niveau 2)
- 1.5. Vérifier le matériel et l'équipement nécessaire
- 1.6. Préparer la fiche technique de la sortie et la diffuser (matériel, itinéraire, dénivelés, niveau de difficulté, ...)
- 1.7. Préparer la liste des participants avec numéros de téléphone à contacter en cas d'accident.  
Organiser les secours éventuels. Il est souhaitable que les accompagnateurs soient en possession de l'Attestation de Prévention et Secours Civique (PSC 1<sup>er</sup> niveau)
- 1.8. Se renseigner sur le site. Consulter la bibliographie, la documentation, sites recommandés et numéros de téléphone indispensables, ...
- 1.9. Informer sur le contexte et les conditions de la randonnée lors de l'inscription
- 1.10. Organiser le transport et autres aspects matériels

### 2. Organiser le déroulement de la randonnée :

- 2.1. Rappeler les informations données à l'inscription (matériel adapté : niveau, chaussures, équipement...)
- 2.2. Vérifier avant le départ le matériel, l'équipement adapté, ...
- 2.3. Donner les consignes pour le déroulement de la randonnée, mise en situation, repérage, sécurité, ...
- 2.4. Organiser la randonnée : lieu et durée, rythme, difficultés, séquences pauses, ...
- 2.5. Gérer les imprévus : différence de niveaux, évolution des nuages, orage, chute ou blessure, ...
- 2.6. Répondre aux questions diverses
- 2.7. Faire un bilan en fin de randonnée : adéquation du choix du circuit avec les capacités des randonneurs, ....

### **3. Rôle de l'accompagnateur :**

- 3.1. Organisateur du groupe
- 3.2. Rôle social, approche des facteurs humains
- 3.3. Rôle d'informateur sur la flore, la faune, la géologie, le pastoralisme, ...
- 3.4. Rôle dans la répartition des missions avec l'assistant accompagnateur en fonction du nombre de randonneurs
- 3.5. Rôle pour assurer la sécurité du groupe
- 3.6. Rôle et responsabilités de l'accompagnateur

### **4. Evaluation et bilan de stage :**

- 4.1. Bilan de la formation
- 4.2. Perspectives pour les futures randonnées
- 4.3. Délivrance de l'attestation de stage en fonction :

#### **4.3.1. Des capacités de l'accompagnateur**

- responsabilité
- adaptation, prise d'initiatives
- relations humaines
- physiques, techniques, ...
- éthique, comportement éco citoyen

#### **4.3.2. Des compétences de l'accompagnateur de randonnées**

- prise correcte d'informations : météo, prévisions des évolutions,...
- lecture de cartes – orientation
- choix du circuit
- organisation
- gestion des imprévus