



hikeSafe
THERE AND BACK

IT'S YOUR RESPONSIBILITY



LA SÉCURITÉ, C'EST **VOTRE** RESPONSABILITÉ

AFIN DE VIVRE UNE EXPÉRIENCE DE PLEIN-AIR SÉCURITAIRE ET AGRÉABLE, VOUS DEVEZ ÊTRE BIEN PRÉPARÉS AVANT DE PARTIR. LE PROGRAMME *HIKESAFE* A ÉTÉ CRÉÉ POUR ÉDUCER LES RANDONNEURS DE TOUS ÂGES, DES DÉBUTANTS AUX PLUS EXPÉRIMENTÉS!

CODE DE RESPONSABILITÉ DU RANDONNEUR

VOUS ÊTES RESPONSABLES DE VOTRE PROPRE RESPONSABILITÉ, ALORS SOYEZ PRÉPARÉS:

1. AVEC DES CONNAISSANCES ET DE L'ÉQUIPEMENT.

SOYEZ AUTONOME EN VOUS INFORMANT AVANT DE PARTIR À PROPOS DU TERRAIN, DES CONDITIONS ACTUELLES DES SENTIERS, DE LA MÉTÉO ET DE L'ÉQUIPEMENT NÉCESSAIRE.

2. À DIVULGUER VOTRE ITINÉRAIRE.

AVANT DE PARTIR, DITES À QUELQU'UN OÙ VOUS ALLEZ, LE(S) SENTIER(S) QUE VOUS PRÉVOYEZ EMPRUNTER, VOTRE HEURE PRÉVUE DE RETOUR AINSI QUE VOTRE PLAN D'URGENCE.

3. À RESTER GROUPÉS.

QUAND VOUS PARTEZ EN GROUPE, MARCHEZ EN GROUPE ET REVEZ EN GROUPE! AJUSTEZ VOTRE RYTHME AUX PLUS LENTS DU GROUPE.

4. À FAIRE DEMI-TOUR.

LES CONDITIONS CLIMATIQUES CHANGENT RAPIDEMENT EN MONTAGNE. LA FATIGUE ET LES CONDITIONS INATTENDUES PEUVENT ÉGALEMENT AFFECTER VOTRE RANDONNÉE. SACHEZ RECONNAITRE VOS LIMITES ET FAIRE DEMI-TOUR LORSQUE NÉCESSAIRE...LES MONTAGNES SERONT ENCORE LÀ LA PROCHAINE FOIS!

5. AUX SITUATIONS D'URGENCE.

MÊME SI VOUS NE PARTEZ QUE POUR UNE COURTE RANDONNÉE, UNE BLESSURE, UN CHANGEMENT DRASTIQUE DE MÉTÉO OU UN ÉGAREMENT EN FORÊT SONT VITE ARRIVÉS. NE COMPTÉZ PAS SUR LES SECOURS; APPRENEZ À VOUS SORTIR VOUS-MÊME DU PÉTRIN.



hikeSafe
THERE AND BACK

IT'S YOUR RESPONSIBILITY



LA SÉCURITÉ, C'EST **VOTRE** RESPONSABILITÉ

10

CHOSSES ESSENTIELLES POUR PARTIR EN RANDONNÉE EN SÉCURITÉ

- UNE CARTE DES SENTIERS
- UNE BOUSSOLE
- DES VÊTEMENTS CHAUDS
- DE LA NOURRITURE ET DE L'EAU
- UNE LAMPE DE POCHE OU UNE LAMPE FRONTALE
- DES ALLUMETTES OU UN BRIQUET
- UNE TROUSSE DE PREMIERS SOINS
- UN SIFFLET
- UN COUPE-VENT IMPERMÉABLE
- UN COUTEAU DE POCHE

• LE CODE DE RESPONSABILITÉ DU RANDONNEUR A ÉTÉ DÉVELOPPÉ ET EST ENDOSSÉ PAR LE *WHITE MOUNTAIN NATIONAL FOREST* ET LE *NEW HAMPSHIRE FISH AND GAME*. POUR PLUS D'INFORMATIONS, VISITEZ WWW.HIKESAFE.COM .