

## Infos pratiques

- > Numéro à appeler en cas d'urgence :
  - 15 SAMU (malaise, un coma ou une hémorragie),
  - 17 Police-Secours (violence, agression, cambriolage),
  - 18 Sapeurs-pompiers (incendie, accident de la route, situation de péril),
  - 112 Numéro d'appel d'urgence européen unique.
- > Vous rencontrez un problème sur votre randonnée, signalez le sur le site ou application suricate.



Pour plus d'informations

Office de Tourisme

Les Deux Alpes

Tél. +33 (0)4 76 79 22 00

Trace GPX et fiche téléchargeable

[www.rando-oisans.fr](http://www.rando-oisans.fr)



RANDONNÉES PÉDESTRES

## Les règles à respecter dans une randonnée



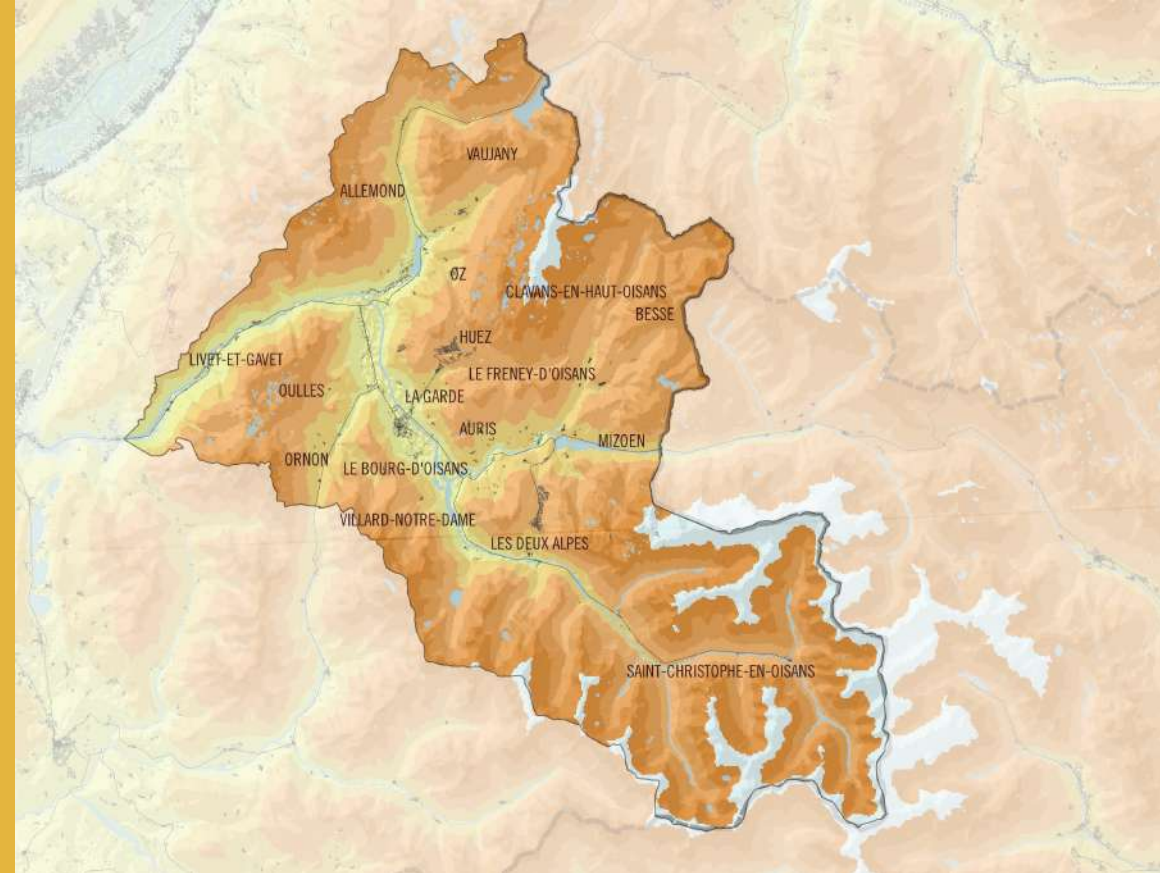
**OISANS**  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES







- Refermer les barrières/clotûres
- Rester sur les chemins
- Tenir les chiens en laisse dans les espaces où ils sont acceptés.
- Ne pas se laver les mains et pieds dans les abreuvoirs
- Rester calme face aux chiens de protection et contourner les troupeaux
- Bivouac : rester discret et rien laisser sur votre passage pour pas déranger la faune et flore
- Gérer ses déchets sur sa randonnée
- Pratiquer une cueillette responsable
- Ne pas toucher ou nourrir les animaux
- Respectez les autres pratiquants : Vtt, promeneurs à cheval, chasseurs, randonneurs...
- Vérifier la réglementation avant de faire du feu
- Nettoyer ses semelles : nuisible à la biodiversité en transportant dessous des graines/bactéries venus d'autres milieux
- S'équiper avec des vêtements aux couleurs vives ou pourvus de bandes réfléchissantes
- Avoir des bouteilles d'eau et de l'alimentation
- Une trousse de premier secours
- Indiquer à quelqu'un ton itinéraire et ton heure d'arrivée avant de partir
- Respecte ton rythme de marche et celui des autres. L'essentiel est d'arriver ensemble sain et sauf.



- Sur la route, marcher à droite alignés sur accotement ou bords de chaussée
- S'informer des période de chasse et le comportement à avoir
- Prendre que le nécessaire pour la randonnée pour pas surcharger
- Se renseigner sur les réglementations (parc des écrins, secteur d'une commune)
- Ne pas s'aventurer sur une propriété privée
- Adapter son horaire aux conditions climatiques
- S'informer sur les conditions climatiques. en montagne, les conditions climatiques peuvent changer rapidement
- Repérer le parcours et ne pas se surestimer