**Avant d’adhérer, récapitulatif de la sécurité à STOM**

Le club Saint-Orens Montagne a été créé, il y a une vingtaine d’années par un groupe d’amis passionnés de montagne. Ces personnes, pour la plupart, sont encore encadrants de randonnées ou toujours adhérentes.

STOM organise des randonnées en montagne animées par des encadrants spécialement formés au milieu montagnard. La montagne peut être très belle comme devenir très rapidement un milieu hostile et dangereux – météo changeante (orage, brouillard, chute de neige l’hiver,…), sentier dégradé, éboulis, etc…

STOM, depuis sa création s’emploie à sécuriser les randonnées et afin de minimiser les risques et prend en main la sécurité des participants de la manière suivante :

* **Formation des encadrants :**
  + Tous les encadrants sont titulaires d’un diplôme – de la FFRandonnée ou de la FFME - leur permettant d’encadrer des randonnées en montagne y compris pour certains, des sorties raquettes.
  + En plus de leur formation spécifique randonnée, les encadrants sont tous formés au secourisme en suivant régulièrement la formation PSC1 et utilisent les technologies de matériels modernes (voir ci-dessous).
  + Parrainage : les encadrants « confirmés » de STOM parrainent les nouveaux encadrants pour les former et les conseiller lors de leur première année d’encadrement.
* **Assurance :**
  + Le club est affilié à la Fédération française de Randonnées (FFRandonnée) et souscrit à ce titre une assurance responsabilité civile
  + Avec sa licence FFRandonnée, chaque adhérent souscrit à une assurance responsabilité civile et risques corporels pour la pratique de la randonnée en montagne.
  + STOM prend en charge 50% du montant de la formation PSC1 des adhérents volontaires à cette formation
* **Accueil futur adhérent :**
  + STOM propose à chaque futur adhérent de réaliser une randonnée découverte.   
    Cette randonnée à 2 objectifs :
    - L’adhérent teste le club et son niveau personnel en réalisant une randonnée de niveau N1. Parfois l’encadrant se renseigne auprès du futur adhérent sur ses capacités et juge s’il peut commencer par une randonnée de niveau N2
    - Pendant la randonnée, l’encadrant évalue la personne afin de mieux l’orienter pour les futures randonnées
* **Matériel Encadrants :**
  + Lors d’une randonnée, les encadrants sont tous équipés d’un **GPS –** ou équivalent sur smartphone, d’une **carte IGN au 1/25000e** couvrant la zone de randonnée, d’une boussole et d’un altimètre.
  + Une **balise de détresse type ARGOS** est emportée à chaque randonnée. La balise, communiquant par satellite, permet d’appeler les secours même en zone blanche téléphonique.
  + L‘encadrant est également muni d’une **trousse de premier secours**, pour les bobos, excepté tous médicaments.
  + Dans certains cas – randonnée en deux groupes par exemple - l’encadrant peut emporter des talkie-walkies s’il le juge nécessaire et être équipé d’une corde si un passage doit être sécurisé (indiqué lors de la validation de l’inscription à la randonnée).
* **Matériel Adhérents :**
  + Le fond de sac des adhérents prévoit qu’ils emportent **un vêtement chaud, un vêtement pour la pluie (poncho), un coupe-vent, une frontale, une sangle, un mousqueton.** Les bâtons de marche sont conseillés. Les chaussures de randonnées basses ou montantes sont imposées.
  + Lors de sorties raquette, **chaque randonneur** porte obligatoirement sur lui un **DVA**, et une **pelle** plus une **sonde** dans son sac – matériel prêté par le club.
* **Organisation d’une randonnée**
  + **Avant une randonnée**
    - Les randonnées les plus difficiles sont discutées entre les encadrants, notamment selon la météo et les conditions d’enneigement en hiver
    - Les encadrants reconnaissent chaque randonnée avant d’emmener un groupe
    - A chaque sortie, l’encadrant consulte la météo et détermine le meilleur jour entre le samedi ou le dimanche, pour faire la randonnée. Certaines randonnées peuvent être annulées ou reportées à cause de la météo.
    - Chaque randonnée est analysée et catégorisée en niveau (N1 pour les randonnées en dessous de 600m de dénivelé, N2 entre 600m et 1000m et N3 au-delà).
    - Les passages difficiles sont indiqués dans le descriptif de la randonnée, pour que les adhérents informés des difficultés puissent en discuter avec l’encadrant
    - Les encadrants peuvent refuser une personne jugée non apte au niveau de la randonnée.
  + **Pendant la randonnée**
    - Les randonnées sont en général réalisées sur des chemins balisés ou quelquefois hors sentier. La très grande majorité de ces randonnées sont reconnues en amont de la sortie club.
    - Des consignes sont données pour que les participants restent groupés
    - Des mesures sont prises en cas de difficulté d’un randonneur.
    - Un serre-file est désigné tout le temps de la randonnée
    - La vitesse moyenne de montée est de 280-300m/h
    - Des pauses sont réalisées régulièrement pour souffler ou se restaurer (Encas dans la matinée, repas du midi,…)
    - Des « pauses physiologiques » sont également réalisées – tout participant à une randonnée qui s’arrête « hors pause » doit informer l’encadrant ou le serre-file qui l’attendra.
  + **Après la randonnée**
    - Un compte-rendu est systématiquement réalisé à l’issue de chaque randonnée