

RECOMMANDATIONS ET BONNES PRATIQUES
LORS DES ACTIVITES
(Edition Juillet 2026)

Ces recommandations ont pour objet de rappeler et préciser les usages et les bonnes pratiques lors des activités au CAF de Sallanches. Ce document a été élaboré à partir des recommandations fédérales, et est destiné aux adhérents du club.

1. Communication

Les informations concernant le club sont toutes disponibles sur notre site internet <https://cafsallanches.ffcaml.fr/>.

Nous diffusons aussi des informations par e-mail, à l'adresse que vous nous avez communiquée lors de l'adhésion, et aussi sur la page Facebook du club en redondance de certaines informations.

Notre revue bi-annuelle « La Plume du Chocard » est envoyée par mail en mai et en décembre ; elle est disponible sur le site internet et en version papier au local.

Pour faciliter l'organisation des sorties collectives ou des événements, un **groupe de communication type « Whatsapp » éphémère** peut être créé.

Une adresse mail générique est disponible pour toute question : communicationCAF74700@gmail.com

Le club tient une permanence tous les jeudis de 20h00 à 21h00 au local (10 rue Chenal 74700 Sallanches) pour renseigner les personnes sur le fonctionnement du club.

2. Définition d'une activité « encadrée »

Une activité « encadrée » est une activité **organisée par le club** conformément à ses règles de fonctionnement, **sous la responsabilité d'un encadrant habilité** et **figurant au programme** des activités. Par programme, il faut entendre la publication sur les supports officiels du club : Revue « La Plume du Chocard », agenda du site internet <https://sallanches.ffcaml74.fr/collectives/>, éventuellement affichage au local, information par e-mail. Dans tous les cas la sortie figure, à jour, dans l'agenda du site internet.

Rappel : Seules les activités organisées et encadrées par le club engagent sa responsabilité ; celles qui s'organisent directement entre pratiquants **ne peuvent engager que la responsabilité des participants**.

La responsabilité de l'encadrant bénévole ne concerne **que l'encadrement de l'activité en elle-même** et les obligations de sécurité qui en découlent. Les déplacements jusqu'au lieu de réalisation de l'activité et le retour sont sous la responsabilité civile individuelle de chacun des participants que l'approche se fasse en transports en commun, en véhicule personnel ou en mobilité douce.

Les collectives organisées par le CAF de Sallanches **sont réservées aux adhérents du CAF de Sallanches**. Néanmoins un adhérent d'un autre CAF peut être accepté s'il ne prend pas la place d'un adhérent du CAF de Sallanches et si l'organisateur de la sortie estime qu'il est capable de la réaliser. Une personne non-adhérente dans un club FFCAM doit prendre une carte découverte pour participer à une sortie. La carte est valable une journée, cumulable 3 fois maximum dans l'année et doit être souscrite lors d'une permanence.

Les participants ont des engagements vis-à-vis du club, des encadrants et du groupe :

- Prendre connaissance de la **difficulté de la course** (discussion avec les encadrants, consultation des affichages et de topos...) pour choisir une course adaptée à son niveau.
- Se munir du matériel demandé par l'encadrant bénévole (y compris si besoin le louer).
- S'informer et se former pour **se responsabiliser au sein d'un groupe**, et pour évoluer plus tard vers l'autonomie.
- Ne pas se désinscrire dans les 48h précédant la sortie, par respect pour l'encadrant bénévole comme pour les autres adhérents qui aurait pu vouloir s'inscrire à cette sortie. **En cas de récidive, une suspension temporaire d'accès au site des collectives** pourra être prononcée.
- Respecter la vie du groupe et les autres participants (rythme et pauses).
- Respecter les consignes de l'encadrant. Si l'un des participants refuse de s'y plier, il pourrait être exclu du groupe, à ses risques et périls.
- Respecter les consignes données par l'encadrant bénévole, notamment concernant la sécurité, l'alimentation et l'hydratation.

3. Programme des sorties club

Le programme des sorties club vise à proposer aux adhérents une programmation variée et cohérente des activités.

Il est réalisé par les encadrants deux fois par an en début de saison. Il comporte des sorties d'initiation ou découverte, de niveaux de difficulté variés, le samedi, le dimanche et en semaine, ou encore des actions de formation.

Il est publié d'une part en décembre et en mai dans la revue du club, et d'autre part sur le site internet du club.

La **publication dans la revue** sert principalement à présenter les intentions du club aux adhérents et aux personnes extérieures, et sert de fil conducteur tout au long de la saison à venir.

La **publication du programme sur le site internet** est le reflet du programme diffusé dans la revue mais évolue en fonction des conditions. Par rapport au programme prévisionnel publié en début de saison, il peut varier en fonction de la météo, des conditions en montagne, d'aléas de disponibilité des encadrants. Les sorties indiquées dans l'agenda en ligne sont régulièrement mises à jour.

4. Inscriptions aux sorties collectives, et autres évènements

L'accès à l'inscription aux collectives est ouvert à tous les adhérents à jour de cotisation et ayant créé leur compte personnel sur le site <https://sallanches.ffcam74.fr/collectives/>. Les inscriptions par internet sont ouvertes à l'avance (délai choisi par l'encadrant). Une fois l'inscription faite sur le site, l'encadrant peut vous contacter pour vous confirmer l'inscription et/ou vous demander de vous présenter à la permanence pour la valider. En effet, l'encadrant doit pouvoir juger si vous êtes capable de participer à la sortie.

L'inscription à certaines sorties peut ne pas se faire en ligne mais se fait lors des permanences le jeudi précédant la date de la course pour les sorties d'un jour, et le jeudi 10 jours avant pour les sorties avec nuitée en refuge, sauf notification spéciale sur un support officiel du CAF de Sallanches (programme, site internet, mail).

C'est l'encadrant organisateur de la sortie qui choisit si les inscriptions pourront se faire en ligne ou non, et des délais d'inscriptions. Si le délai d'inscription est dépassé, vous pouvez néanmoins téléphoner à l'encadrant, qui jugera s'il est possible de vous rajouter à l'effectif prévu.

Le participant prend connaissance de la difficulté de la course pour s'inscrire à une course à son niveau.

L'encadrant responsable de la sortie est en droit de refuser toute personne qui ne présenterait pas la condition physique ou les compétences qu'il juge nécessaire, et même en cas de doute sur celles-ci. Il peut refuser toute personne qui ne présenterait pas l'équipement requis. Il peut également écarter un participant dont le comportement pourrait affecter la sécurité du groupe.

Pour les sorties d'hiver : Il est obligatoire de savoir se servir d'un Détecteur de Victime d'Avalanche (DVA), d'une pelle et d'une sonde pour accéder aux sorties en ski de randonnée, en raquettes ou aux cours de ski hors-piste, sans quoi l'inscription à ces activités pourrait vous être refusée. Une formation gratuite est proposée chaque année à tous les adhérents en début de saison d'hiver. Elle est obligatoire pour participer aux sorties. Chacun doit être en possession de son matériel en état de marche. Du matériel peut être prêté par le club si vous en faites la demande à l'encadrant au moment de l'inscription à la course.

Pour les sorties alpinisme : Une formation gratuite est proposée chaque année à tous les adhérents en fin de saison d'hiver (avril ou mai). Elle est fortement recommandée pour participer aux sorties alpinisme, sans quoi l'inscription pourrait vous être refusée.

Après la sortie, sur le chemin du retour, il est d'usage de s'arrêter **boire un pot ensemble** et payer la consommation du responsable de la sortie car n'oublions pas que les personnes qui assurent l'encadrement des sorties sont des bénévoles. **N'oubliez pas de prendre de la monnaie !**

Les **comptes-rendus de sortie** sont très appréciés pour alimenter le site internet du club et présenter nos activités. N'hésitez pas à vous porter volontaires pour en rédiger sans modération !

5. Covoiturage

Le covoiturage est encouragé lorsqu'il n'est pas possible de prendre un minibus. Il relève de la responsabilité civile de chaque conducteur. La responsabilité du club ou de l'encadrant bénévole dans l'acheminement des participants sur le site de pratique **ne pourra pas être engagée.**

Chacun doit respecter le code de la route pour veiller à la sécurité des autres membres

La notion de covoiturage s'entend dans le sens : **chacun prend sa voiture à tour de rôle.**

Le tarif suggéré pour les voitures personnelles et pour le minibus est disponible sur la « Plume du Chocard ». Ce tarif comprend l'utilisation du véhicule et les frais de carburant. D'autres frais peuvent être ajoutés comme, par exemple, frais d'autoroute, de parking, de tunnel... **N'oubliez pas de prendre de la monnaie !**

La quote-part de chaque participant doit être la même quel que soit son mode de transport (voiture ou minibus). Le calcul des frais kilométrique est basé sur la distance entre le lieu de rendez-vous collectif de départ et le lieu d'arrivée collectif de l'activité, et le montant est le même pour toutes les personnes montant dans le véhicule. Si un autre covoiturage depuis un autre lieu est organisé, il s'appliquera un autre calcul indépendant du covoiturage collectif, de même, une personne prenant son véhicule personnel seule ne sera pas incluse dans le calcul du covoiturage.

Pour faciliter le calcul du partage des frais de transport, une application à installer sur smartphone et développée au club est à votre disposition sur demande.

Les conducteurs s'engagent à :

Vérifier que leur véhicule est en parfait état de marche et en règle avec les contrôles de sécurité obligatoires.

Ne prendre aucun risque au volant et n'absorber aucun produit dangereux pouvant altérer leurs capacités à conduire avec vigilance et en toute sécurité.

Être titulaire d'un permis de conduire en cours de validité.

S'assurer que leur contrat d'assurance comporte une clause de Responsabilité Civile prenant en charge les passagers en cas d'accident. Il est recommandé au conducteur d'informer sa compagnie d'assurance qu'il pratique le covoiturage.

Adopter une conduite prudente et respecter scrupuleusement le code de la route. Le conducteur prend la responsabilité de conduire les passagers.

Il est recommandé aux conducteurs de vérifier auprès de leur assureur qu'un tiers puisse conduire à leur place en cas de nécessité.

Le conducteur déclare également ne pas avoir fait l'objet de condamnation ou de retrait de permis pour conduite en état d'ivresse.

Les passagers s'engagent à :

- Ne pas gêner la conduite du conducteur
- Respecter la propreté du véhicule dans lequel ils sont transportés
- Respecter les horaires et lieux de rendez-vous indiqués

6. Recommandations de pratique

La fédération a édicté des recommandations spécifiques à chaque activité ainsi que des recommandations pour une [pratique respectueuse du milieu naturel](#), qui s'imposent aux licenciés et aux encadrants. Elles sont accessibles sur le site Internet fédéral.

Le CAF de Sallanches est soucieux du respect de ces recommandations, principalement :

- Respecter cet environnement, ne pas le dégrader, ne pas déranger, ne laisser aucune trace de son passage, afin de préserver sa richesse et d'en faire profiter nos successeurs.
- Respecter la faune et la flore, afin de permettre à la vie de perdurer dans un environnement souvent hostile.
- Respecter et laisser intacts les sites, les gravures, les marques, les repères et les curiosités naturelles.
- Ramener ses déchets avec soi dans la vallée.
- Se conformer aux règles d'usage et de savoir-vivre dans les parcs, les zones protégées, les propriétés privées, les refuges, les bivouacs.
- Réduire et minimiser l'impact de nos déplacements sur la pollution de l'air, de la terre et de l'eau.

7. Frais et remboursements

Les réservations, confirmations ou annulations de séjours auprès d'hébergeurs tels que gîtes et refuges sont de la responsabilité de l'encadrant organisateur.

Lors de leur inscription, l'organisateur encaissera de la part des participants une avance financière correspondant au minimum à leur quote-part des arrhes versées à l'hébergeur par le club. Ceci permet de responsabiliser l'adhérent lors des inscriptions et d'éviter les désistements de dernière minute alors que des frais ont été engagés.

En cas d'annulation pour des raisons météorologiques, si l'hébergeur renonce lui-même aux arrhes qui lui ont été versées, les avances sont remboursées aux participants. Dans le cas contraire, les participants perdent leur versement.

En cas d'annulation ou de non-participation du fait de l'adhérent, les arrhes ne seront pas remboursées et restent acquises par le club, sauf raison impérieuse ou fourniture d'un certificat médical.

Toute autre dépense (remontée mécanique, location de matériel) reste à la charge de l'adhérent.

Si l'annulation est due au seul organisateur c'est le club qui assume le dédommagement.

8. Structure artificielle d'escalade (S.A.E) du gymnase du Rosay

Pour accéder à la SAE il faut être adhérent du CAF de Sallanches, et payer une cotisation supplémentaire. Le paiement est matérialisé par un bracelet à accrocher au baudrier, qui doit être présenté aux encadrants lors de la séance.

Les séances d'escalade libres sont surveillées par des encadrants du CAF de Sallanches, tous les mardis et vendredis, de 19h30 à 22h00, de mi-septembre à fin juin sauf les jours fériés et pendant les vacances scolaires. Aucune inscription n'est nécessaire.

Certains lundis de 20h00 à 22h00, des séances de dry-tooling encadrées sont proposées. Elles sont annoncées sur l'agenda en ligne et les inscriptions sont obligatoires.

Notez que :

- Les locaux doivent être laissés en parfait ordre de propreté et de fonctionnement.
- Les cordes doivent être laissées sur chaque relais et repliées en fin de séance de façon à ne pas trainer sur le sol.
- La séance ne doit pas nuire à la tranquillité et à la sécurité du voisinage.
- Les portes d'accès au gymnase doivent être fermées à la fin de la séance.
- La ville se réserve le droit d'utiliser ou d'annuler ponctuellement des créneaux à titre exceptionnel.

9. Participation d'un mineur à une activité adulte

Tout mineur autorisé par le titulaire de l'autorité parentale peut participer à une activité, **à condition que le responsable de l'activité l'accepte.**

Une autorisation écrite d'un parent, précisant que celui-ci a pris connaissance du lieu, du type de sortie et du niveau de celle-ci, est nécessaire si le mineur n'est pas accompagné du titulaire de l'autorité parentale. Les autorisations peuvent être données valablement par **un seul parent déclarant exercer l'autorité parentale**, et aucune vérification de cette déclaration n'incombe au club.

Cas particulier de la SAE : la pratique en « créneaux libres » n'est pas autorisée pour les mineurs de moins de 15 ans non accompagnés de l'un de leurs parents ou représentant légal.

A partir de 15 ans, l'accès est possible en présence d'une personne majeure ayant accepté d'être désignée comme responsable par une autorisation parentale spécifique.