

Flash Info

Commission du Milieu Montagnard

Nous avons une nouvelle bénévole en charge de la commission du milieu montagnard.

Bienvenue à Aline PERINET-BALLESTER qui prend le relais pour cette commission.

Cette année nous avons retenu le thème de la biodiversité. Plusieurs conférences et sorties seront proposées.

La commission du milieu montagnard présente une soirée « Patous et Loups »



Le mercredi 20 novembre 2024 Salle E à 19h15

Salle E : Entrée du stade Léon Béranger, rue de l'Ancien Pont,
Saint-Laurent-du-Var

Cette soirée sera animée par Patricia Giacobi et Gilbert Castelli. Enseignants, cafistes de toujours, ils se sont engagés dans le programme ALPATOUS créé par France Nature Environnement. Formés dans le cadre de ce projet, ils interviennent comme médiateurs bénévoles entre les différents usagers de la montagne.

Ils expliquent la place du pastoralisme et son rôle dans la biodiversité, l'utilité du loup dans l'écosystème et enseignent les bons comportements à adopter face aux chiens de protection. Gilbert qui est aussi accompagnateur de montagne, nous parlera de son expérience « d'agent constat loup » pour le compte du Parc du Mercantour.

Attention le nombre de place est limité : inscription gratuite mais obligatoire sur helloasso en cliquant sur le lien suivant : [Soirée Patous et Loups](#)

Comme d'habitude nous partagerons après la présentation un pot avec vos meilleures spécialités sucrées ou salées que vous voudrez bien apporter et des boissons (sans alcool).

Bonus : Une bande dessinée est à consulter, sur le site de la [Réserve Naturelle Régionale des Gorges de Daluis](#), ([lien ici](#)) sur la conduite à tenir en cas de rencontre avec les chiens de protection

Ateliers DVA

Un atelier de prise en main du DVA (Détection des Victimes d'Avalanches) est proposé à **la permanence le mercredi 27 novembre de 18h30 à 20h30**
Venez réviser l'utilisation de votre DVA et poser toutes les questions sur le sujet.

Cette reprise en main du DVA sera suivie de travaux pratiques. Ils seront réalisés sur la plage de St-Laurent-du-Var au niveau du centre nautique le **samedi 07 décembre à partir de 10h00**

Cette recherche de victimes effectuée sur la plage, paradoxalement sans neige, permet de se concentrer uniquement sur l'utilisation du DVA.

Venez préparer votre saison hivernale au soleil !

Flash Info : comment s'y retrouver ?

Pour retrouver un article paru dans un Flash Info, il suffit de consulter le (**nouveau**) fichier « **Sommaire des Flash Info** » disponible en tête de la rubrique Flash info de la [page des téléchargements](#) de notre site .

Le contenu de chaque Flash Info y est listé. Le classement est fait du plus récent au plus ancien.

Inscriptions aux sorties



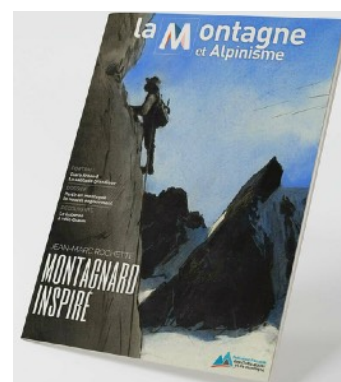
Les inscriptions en ligne ont encore des mystères pour vous ?

Adhérents ou encadrants, venez à la permanence pour résoudre vos problèmes et demander un support.

La bibliothèque de la permanence

Le club reçoit la revue de la FFCAM **La Montagne et Alpinisme**. Ces revues sont en consultation / emprunt à la permanence.

N'hésitez pas à les consulter.



WE de formation de début de saison du ski de randonnée



Le WE de formation de début de saison du ski de randonnée est fixé sur le

week-end du 11 et 12 janvier 2025
Il se déroulera à la ferme des Louiqs à Estenc

Les inscriptions sont ouvertes.

Ce week end d'initiation permet aux nouveaux adhérents d'acquérir les bases de la pratique de ce sport.

Pour les pratiquants déjà initiés, une petite révision en début de saison n'est pas inutile. Une révision ou un perfectionnement est aussi très bénéfique pour la poursuite de la saison !

IMPORTANT : Ce stage sera déclaré officiellement auprès de la FFCAM en temps que stage Neige et Avalanche de niveau 1. Il sera donc inscrit dans les formations validées sur votre espace licencié.

Les thèmes du matériel, nivologie, météorologie, progression de groupe, utilisation du DVA (Détection des Victimes d'Avalanches), gestion des secours seront abordés.

La journée d'exercices et de théorie du samedi sera suivie d'une course le dimanche afin de mettre en pratique les techniques de progression et de secours.

WE de formation de début de saison des raquettes

Une journée et demie de formation est proposée aux pratiquants raquettes. Les inscriptions en ligne sont ouvertes.



Un après-midi de formation théorique animé par les encadrants raquettes : Neige et avalanches - Interprétation du BERA (Bulletin d'Estimation du Risque d'Avalanches) – Le kit DVA/sonde/pelle – La conduite à tenir en cas d'accident...

Le samedi 4 janvier 2025 de 14h à 18h30
Salle E : Entrée du stade Léon Béranger,
rue de l'Ancien Pont, Saint-Laurent-du-Var

Une journée de mise en pratique en montagne le lendemain :

Le dimanche 5 janvier 2025
(lieu à définir en fonction de l'enneigement)

Débutants ou pratiquants réguliers venez acquérir ou réviser en début de saison, les compétences pour évoluer en milieu enneigé.

Il est possible de ne participer qu'à une journée mais ceux qui auront suivi toute la formation pourront obtenir la validation de cette formation qui sera inscrite dans leur espace licencié FFCAM (compétences neige et avalanches niveau 1 de la formation « Initié »).

Liste des sentiers fermés

Ceci est une mise à jour des liens proposés lors du Flash Info 20240607 devenus obsolètes.

Pour le Mercantour, pensez à vérifier l'état des sentiers avant vos randonnées en visitant le site du parc du Mercantour : <https://www.mercantour-parcnational.fr/fr/des-decouvertes/ou-sinformer/info-sentiers>.

Mais il y a d'autres sentiers en-dehors du PNM...

Le Conseil départemental 06, liste les sentiers fermés (notamment suite à la tempête Alex) : <https://randoxygene.departement06.fr/liste-des-sentiers-fermes-pedestre>

Cela concerne tous les sentiers empruntés dans les guides Randoxygène mais aussi **les sentiers hors guide**.

FAQ : Que mettre dans mon sac à dos ?



Une nouvelle **FAQ** (Frequently Asked Questions ou Foire Aux Questions) vient d'arriver. C'est un guide pour le contenu du sac à dos : **Que mettre dans mon sac à dos ?**

Avant tout achat, parlez-en à votre encadrant lors de votre prochaine sortie. Il vous expliquera le besoin et vous aidera à choisir correctement votre équipement.

Comment savoir si mon inscription est confirmée ?

Pour connaître l'état de votre inscription, il faut passer par votre espace licencié.

L'ergonomie d'accès à votre espace licencié a été améliorée. Vous trouverez sous le bouton **Inscription aux sorties** de la page d'accueil du site, un nouveau bouton **Accès espace licencié** qui vous y mènera directement.

 **Inscription aux sorties**

 **Accès espace licencié**

La [FAQ](#) **Comment trouver et s'inscrire à une sortie ?** est mise à jour en conséquence.