

Randonner en Cévennes sans se perdre

Guide d'orientation
et de
lecture de cartes

 Schisto



Guide d'orientation pour randonner en Cévennes (et ailleurs...)

Vous souhaitez sortir des sentiers battus, quitter les chemins balisés, explorer de nouveaux itinéraires ou mieux préparer l'itinéraire de vos randonnées... Ce guide propose d'apprendre à s'orienter et à lire une carte topographique comme si vous cheminiez dans le paysage. Il vous servira autant à préparer vos randonnées qu'à vous orienter et retrouver votre chemin sur le terrain et vous ouvrira de nouveaux horizons, en toute sécurité et en toute liberté.

1 – Connaître sa position sur la carte à chaque instant : La règle d'or pour ne pas se perdre est de vérifier régulièrement sa position sur la carte, notamment aux points de repères et d'intersection de chemins. Votre position sur la carte doit être connue à chaque instant au cours de votre cheminement.

2 – Déterminer le Nord et orienter sa carte : Que ce soit à l'estime avec le soleil, avec une montre à aiguille, avec des alignements ou des points remarquables, avec une boussole ou les étoiles la nuit, il est nécessaire de repérer le nord afin d'orienter sa carte correctement >> p 2

3 – Estimer l'échelle de la carte : Comprendre l'échelle d'une carte et estimer ce qu'elle représente sur le terrain est indispensable pour se repérer sur la carte et suivre sa trace à partir de son évolution sur le terrain. Selon l'utilisation, on choisira une carte à une certaine échelle >> p 3

4 – Repérer les éléments grâce à la légende : Apprendre à lire une carte et déterminer les éléments remarquables sur la carte tels les rivières, les points d'eau, les forêts, les routes et les sentiers, les refuges et les abris, les campings, les gîtes d'étape, les points géodésiques, les antennes et les éléments du patrimoine >> p 4

5 – Savoir lire les courbes de niveau : Cette connaissance qui permet d'estimer les pentes non seulement vous indique les difficultés de votre parcours, mais c'est aussi un très bon repère pour vous informer que vous êtes sur le bon chemin... Par exemple, si vous deviez suivre un chemin parallèle aux courbes de niveau et qu'en réalité vous montez ou que vous descendez... mieux vaut faire demi-tour, car vous avez pris un mauvais sentier! >> p 5

6 – Voir la carte en relief : Avec la pratique, les courbes de niveau, mais aussi les ombrages, les falaises ou les rivières permettent de représenter la morphologie du terrain rien qu'en observant la carte. Nous montrerons un exemple illustré d'un bassin versant entre deux lignes de crêtes sur la montagne de la Vieille Morte (St-Étienne-Vallée-Française) >> p 6

7 – Savoir utiliser une boussole : Connaître les différents nord et utiliser une boussole pour déterminer sur le terrain une direction d'un élément du paysage, déterminer sur la carte une direction à suivre pour rejoindre un élément ou retrouver sa position sur la carte >> p 7

8 – Définir les coordonnées GPS : Comprendre le quadrillage sur les cartes IGN, savoir reporter sa position GPS sur une carte ou donner les coordonnées GPS de tout point de sa carte >> p 8

Un encadré vous explique quoi faire si malgré tout vous êtes complètement perdu !

9 – Préparer sa randonnée : Préparer son itinéraire sur sa carte IGN et son sac à dos, tenir compte de la météo, s'informer sur les règles en vigueur dans les espaces protégés, respecter les propriétés, les éleveurs et leur troupeau, protéger la nature en ne laissant aucune trace de votre passage >> p 9

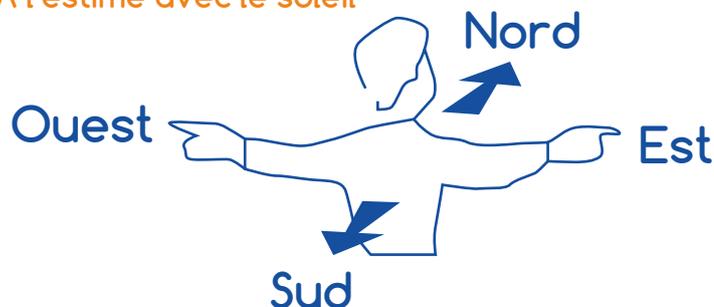
Ce guide a été réalisé par Florence Arnaud, géologue cartographe pour l'association Schisto et le site decouverte-cevennes.fr. Il est protégé par le droit d'auteur du code de la propriété intellectuelle français. Il a été relu par Philippe Gaubert. Le photo-montage de la page de couverture a été réalisé par Jacques Debieesse.

Le site decouverte-cevennes.fr propose de vous immerger dans la culture et les paysages cévenols, connaître et comprendre l'histoire de cette région, découvrir son architecture, aller à la rencontre de ses habitants... Il diffuse régulièrement de l'information spécialisée sur les Cévennes à travers des circuits de découverte à faire pied, à vélo, en voiture, des panoramas ou des expositions.

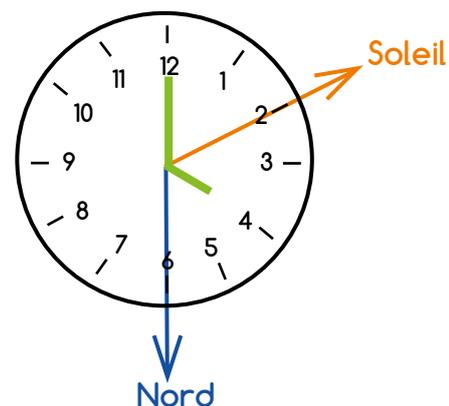
Déterminer le Nord et orienter sa carte

Orienter sa carte c'est amener les lignes de la carte à être parallèles (et dans le bon sens) aux lignes correspondantes du terrain. On doit faire correspondre le Nord de la carte qui se situe par convention en haut avec le Nord géographique sur le terrain. Le haut de la carte donne le nord cartésien lié à la projection utilisée qui diffère de 1 à 2 degrés du nord géographique et du nord magnétique (voir explication des différents nords p. 7). Pour cela, il existe différentes méthodes

À l'estime avec le soleil

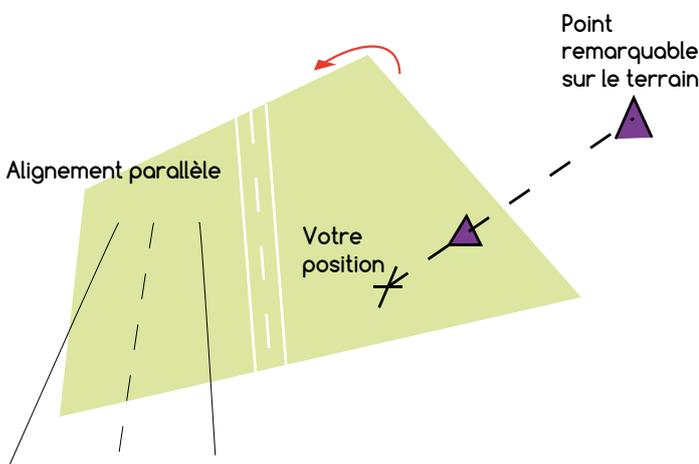


Le soleil se lève à l'Est, se couche à l'Ouest et indique le Sud à 12 h de l'heure solaire. Selon le moment de la journée, estimez un point cardinal et déterminez les trois autres d'après la rose des vents.



Avec une montre à aiguille

Il faut mettre la montre à l'heure solaire. En France, cela correspond à reculer d'une heure en hiver ou de deux heures en été. Puis viser le soleil avec la bissectrice de l'angle formé par le 12 et la petite aiguille qui indique l'heure solaire. Le chiffre 6 donne alors la direction du nord géographique. On obtient le même résultat en dessinant un cadran de montre à aiguilles.



Avec des alignements

S'il existe un alignement sur le terrain comme une route, une lisière de forêt, une ligne de crête... et qu'il est possible de le repérer sur la carte, il suffit de tourner la carte et de l'orienter de manière à ce que l'alignement sur le terrain soit parallèle à celui de votre carte.

Avec des points remarquables

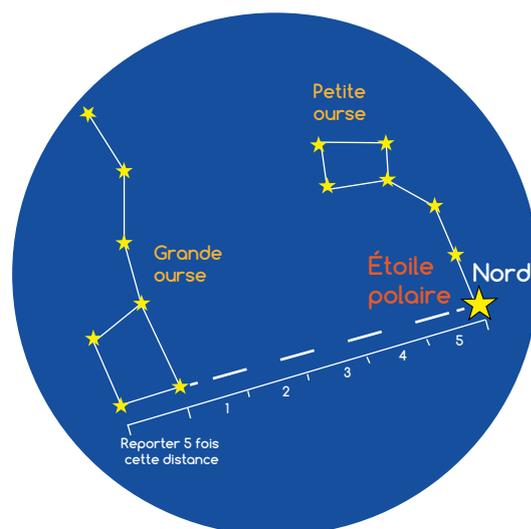
En connaissant sa position sur la carte, il suffit de viser un seul point remarquable au loin (clocher, sommet, point de vue...) pour orienter sa carte en la tournant en direction du point repère. Plus le point est éloigné, plus l'orientation sera correcte. Les autres points remarquables du paysage doivent correspondre.

Avec une boussole

En l'absence de soleil, une boussole donne le nord magnétique qui diffère de 1 à 2 degrés du nord géographique. Le nord géographique est représenté par la pôle nord N.G., le nord magnétique par N.M. et le nord du quadrillage de la carte par le nord de la projection utilisée, Lambert-93. Tournez le haut de la carte vers le Nord indiqué par la boussole, le bord droit ou gauche de la carte doit être parallèle à l'aiguille.

Avec les étoiles

S'il fait nuit, orientez-vous avec les étoiles dont la position bouge tout au cours de la nuit autour du nord géographique indiqué par l'étoile Polaire. Pour retrouver l'étoile Polaire, identifier la Grande Ourse très visible dans le ciel de l'hémisphère nord toute l'année. En comptant 5 distances de l'extrémité du chariot pour verrez l'extrémité de la Petite Ourse, peu brillante, qui correspond à l'étoile Polaire et donc au nord géographique.



Estimer l'échelle de la carte



Comprendre l'échelle d'une carte et estimer ce qu'elle représente sur le terrain est indispensable pour se repérer sur la carte à partir de votre évolution sur le terrain.

Toute carte a une échelle généralement notée dès la première page, par exemple 1 : 25 000 pour les cartes bleues IGN. Le premier chiffre indique la distance sur la carte, 1 cm dans notre exemple, pour une distance sur le terrain correspondant au deuxième chiffre : 25 000 cm dans la réalité, soit 250 m.

Quelques échelles courantes

Les échelles les plus courantes :

- 1 : 25 000** : 1 cm sur la carte correspond à **250 m** sur le terrain ;
- 1 : 75 000** : 1 cm sur la carte correspond à **750 m** sur le terrain ;
- 1 : 100 000**, 1 cm sur la carte représente **1 km** sur le terrain ;
- 1 : 250 000**, 1 cm sur la carte est équivalent à **2,5 km** sur le terrain.

Ainsi un même territoire de 25 km sur 25 km sera représenté sur une carte de 10 cm*10 cm à l'échelle 1:250 000 et de 1m * 1m à l'échelle 1:25 000.

>> L'échelle est d'autant plus grande que le dénominateur est plus petit, l'échelle du 1/25 000 est plus grande que l'échelle du 1/50 000. Plus l'échelle est grande, plus la carte est détaillée et plus elle prend de place.

À chaque pratique, sa carte idéale!

- > Une carte 1m * 1m représentera 25 km * 25 km à l'échelle 1 : 25 000; nous choisirons plutôt cette carte pour la randonnée à pied ou à cheval. Si l'on utilisait cette carte pour un voyage en voiture de 500 km, elle aurait des détails peu utiles et nous devrions avoir près de 20 cartes pour couvrir le trajet.
- > Une carte 1m * 1m représentera 75 km * 75 km à l'échelle 1 : 75 000; cette carte sera pratique pour la randonnée à pied ou à cheval sur plusieurs jours et particulièrement adaptée pour la randonnée à vélo.
- > Une carte 1m * 1m représentera 100 km * 100 km à l'échelle 1 : 100 000; cette carte sera très utile pour visiter une région en vélo, mais aussi en voiture, particulièrement en Cévennes où l'on roule lentement.
- > Une carte 1 m * 1m représentera 250 km * 250 km à l'échelle 1 : 250 000; cette carte sera utilisée pour les voyages en voiture au long cours. Si on l'utilisait pour des randonnées à pied, notre trajet ne représenterait qu'une très petite portion de carte et elle ne serait pas assez détaillée pour nous orienter correctement.

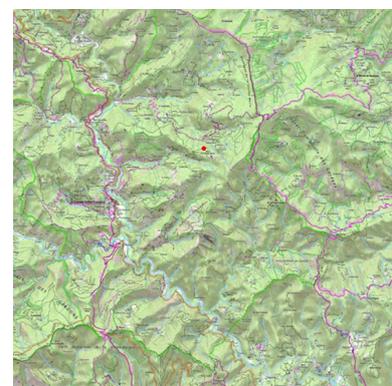
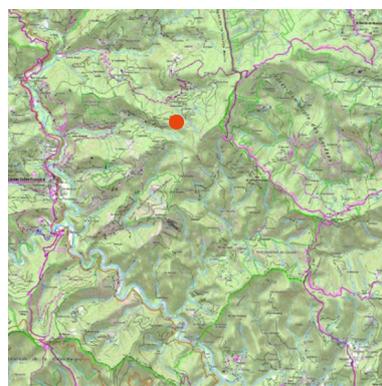
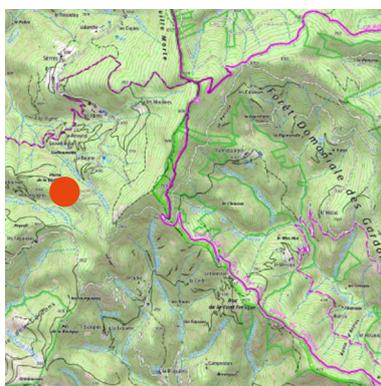
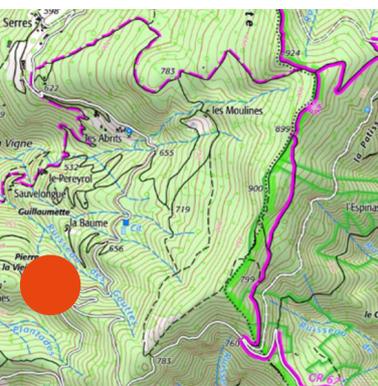
Estimer sa vitesse de progression sur la carte



> Échelle graphique d'une carte IGN à 1/25 000

Un marcheur fait en moyenne **4 km en une heure**, soit **16 cm** sur une carte à **1:25 000**, **300 m de dénivelé en montée et 500 m en descente**. Selon votre rythme, vous devez toujours avoir une idée où vous vous situez sur la carte. Sur une carte à 1/25 000, le quadrillage bleu est composé de carrés de 4 cm de côté, soit 1 kilomètre sur le terrain.

> Carte IGN sur géoportail à différentes échelles autour de St-Étienne-Vallée-Française



Repérer les éléments grâce à la légende

Savoir lire une carte passe par la reconnaissance des éléments cartographiés. Les voies de communication et les éléments importants ne sont pas dessinés à l'échelle, mais précisés par des symboles définis dans la légende fournie derrière la page de présentation des cartes IGN. Les éléments liés à l'eau (rivière, source...) sont **en bleu**, ceux concernant **la végétation** en vert et les constructions humaines sont **en noir**.

Les routes sont représentées par deux traits pleins colorés, leur épaisseur croît proportionnellement à l'importance de la route (nationale, départementale...) :

-  un **double trait plein en rouge** pour les nationales,
-  un **double trait plein en orange** pour les **départementales principales**,
-  un **double trait plein en jaune** pour les **départementales secondaires**,
-  un double trait plein en blanc pour les routes locales et communales goudronnées.
-  Les pistes carrossables non goudronnées sont indiquées en double trait pointillé rempli de blanc.

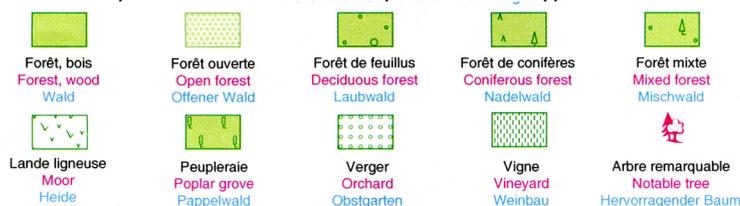
Repérez les points d'eau

Repérez les points d'eau en bleu et sachez différencier les sources et les fontaines  où vous pourrez vous approvisionner en eau, représentées par **un rond bleu vide (Sce, Font)**.

Les cours d'eau permanents sont en trait pleins , ceux temporaires en pointillés .

Repérez la végétation

Les landes et l'absence de végétation sont signalées sur fond blanc alors que **les forêts sont indiquées en fond vert**. Les symboles sur fond vert précisent le type de forêt :



 Les limites de forêt domaniale ou de parcs naturels sont en trait vert épais.

Repérez les chemins et sentiers

 Les chemins non carrossables sont indiqués par un seul trait plein noir.

 Les sentiers sont représentés par un trait noir en pointillé.

Les sentiers en rouge magenta sont balisés et l'épaisseur dépend de l'importance du sentier, Le nom des principaux sentiers est noté le long du chemin sur la carte.

 Grande randonnée, GR, grande randonnée de pays GRP,

 Petite randonnée PR ou sentiers locaux.

Sentier de découverte : Sentier familial balisé avec des panneaux d'informations sur un thème.

Repérez les refuges, abris, campings, aires de pique-nique

- Les refuges sont identifiés par :
-  un lit dans une maison pour les gîtes d'étapes,
 -  une maison en magenta pleine avec un porte pour les refuges gardés,
 -  non pleine avec une porte pour ceux non gardés,
 -  non pleine et sans porte pour les simples abris.

Les campings sont notés par une tente. Les aires de pique-nique un symbole de table avec un arbre.

Repérez les constructions humaines et les éléments de repères

Les constructions humaines sont notées en noir (bâtiments, antennes, lignes haute-tension, voies ferrées...). Pour s'orienter, on retiendra particulièrement les éléments repérables dans le paysage :

- >   églises (croix cerclée), château, menhir (étoile) et les tours (cercle noir),
- >  les points géodésiques (triangle avec un point à l'intérieur),
- >  les antennes (*ant.*).

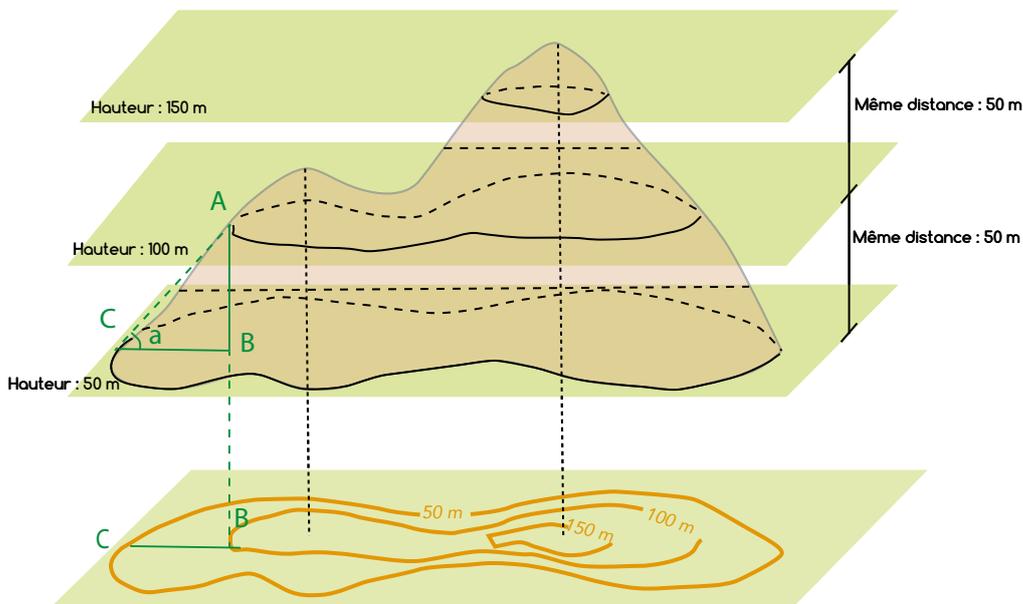
Les parkings sont notés par un P sur carré bleu.

Les limites administratives sont marquées de ligne en tiret de couleur noire.

Savoir lire les courbes de niveau

Savoir lire les courbes de niveau permet de déchiffrer le paysage sur la carte. Cette connaissance permet d'estimer les pentes et donc le dénivelé du parcours. Elle indique les difficultés, mais aussi c'est un très bon repère pour vous informer que vous êtes sur le bon chemin... Par exemple, si vous deviez suivre un chemin parallèle aux courbes de niveau et qu'en réalité vous montez ou que vous descendez... mieux vaut faire demi-tour, car vous avez pris un mauvais sentier!

Qu'est-ce qu'une courbe de niveau?



Réalisation des courbes de niveau

Une courbe de niveau est une ligne imaginaire de même altitude représentée sur la carte en orangé brun (bistre) généralement tous les 10 m sur une carte à 1/25 000, parfois 5 m en plaine ou 20 m en zone montagneuse. Une courbe de niveau dite « maîtresse » est tracée en trait plus épais tous les 50 m et est repérée par un chiffre indiquant sa hauteur, le haut du chiffre correspondant au coté le plus haut. En repérant les altitudes, on détermine les points hauts et les points bas. Les points cotés sont des points géodésiques indiqués par des triangles ou ronds noirs.

Au centre de courbes de niveau concentriques, on distingue soit des sommets dont l'altitude



est parfois notée, soit des cuvettes indiquées par une flèche couleur bistre. Lorsque les courbes de niveau sont dentées, elles indiquent des falaises rocheuses. Les lignes de crêtes sont des lignes qui suivent les points les plus hauts des reliefs. Ce sont des lignes de partage des eaux, c'est-à-dire que deux gouttes d'eau qui tombent de part

et d'autre de la ligne suivront chacune le versant opposé. Les lignes de talweg définissent les lignes qui suivent les points les plus bas du relief, elles sont généralement occupées par des rivières, des petites vallées permanentes ou temporaires. Au niveau des talwegs, les courbes de niveau forment un V dont la pointe est dirigé en amont, vers les points hauts. Un col, point bas d'une ligne de crête, se situe entre les extrémités amont de deux talwegs.

Plus les courbes de niveau sont resserrées, plus la pente du terrain est forte. Les lignes perpendiculaires aux courbes de niveau sont les chemins de plus grande pente. Celles parallèles aux courbes de niveau sont des chemins plats.

Estimer son dénivelé

Pour estimer le dénivelé sur une carte, il faut d'une part savoir lire les courbes de niveau et en déduire les altitudes précises et, d'autre part, mesurer la distance entre les deux points d'altitude définis.

Reprenons notre schéma sur les courbes de niveau (voir le triangle ABC en vert sur le schéma ci-dessus).

Calculer le dénivelé correspond à calculer la pente de la montagne $AC=AB/BC$;

La distance BC est donnée par l'échelle de la carte : vous mesurez en millimètre la distance entre le point B et C, soit par exemple 4 mm, c'est-à-dire 100 m pour une carte à 1/25 000.

Puis la différence entre les deux altitudes est indiquée par les courbes de niveau, AB : 50 m ;

La pente est de AB/BC soit 50 m/100 m soit 0,5 ou 50 %, c'est-à-dire 50 m de dénivelé pour 100 m de distance.

En degré, l'angle « a » de la pente correspond à l'arc tangente de 0,5 converti en degré soit une pente de 26,6°.

Pente en %	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
Pente en degré	5,7°	11,3°	16,7°	21,8°	26,6°	31°	35°	38,7°	42°	45°

Voir la carte en relief

L'estompage de la carte reflète la morphologie du paysage comme s'il était éclairé à 45° par le nord-ouest. Il est d'autant plus marqué que le relief est prononcé. Avec la pratique, les courbes de niveau, mais aussi les ombrages, les falaises ou les rivières permettent de se représenter la morphologie du terrain rien qu'en observant la carte.

Exemple illustré de lecture du relief

Prenons l'exemple d'un bassin versant entre deux lignes de crêtes sur la montagne de la Vieille Morte (St-Étienne-Vallée-Française).

Les lignes de crêtes surlignées en rouge encadrent un bassin versant c'est-à-dire la zone qui alimente un même cours d'eau. Il est composé de plusieurs valats temporaires ou permanents qui se rejoignent pour former un ruisseau, tel le ruisseau de la Combe, celui de la Mongeyre, celui de la Font.

Imaginer un itinéraire

Imaginez maintenant que vous suivez l'itinéraire du Roc de la Front Fresque à travers le bassin versant jusqu'à Montdonnet. La lecture des courbes de niveau et de la carte permet de retracer cet itinéraire avec une grande précision. Cette lecture n'est valable que pour l'exercice, car elle ne tient pas compte des propriétés privées éventuelles et il faut se méfier des sentiers en pointillés noirs en Cévennes, souvent d'anciens sentiers de chèvres inaccessibles de nos jours...

Vous partez du Pereyret et empruntez le sentier noir en pointillé, vous descendez abruptement, le sentier étant quasiment perpendiculaire aux courbes de niveau, et donc dans la plus grande pente, jusqu'au valat.

Puis, vous descendez progressivement jusqu'avant la Clède. Mais attention le sentier est discontinu, il faut espérer que cela passe... Enfin, le terrain est quasiment plat jusqu'au ruisseau de la Combe (il y a une légère montée, puis une redescente juste avant le ruisseau).

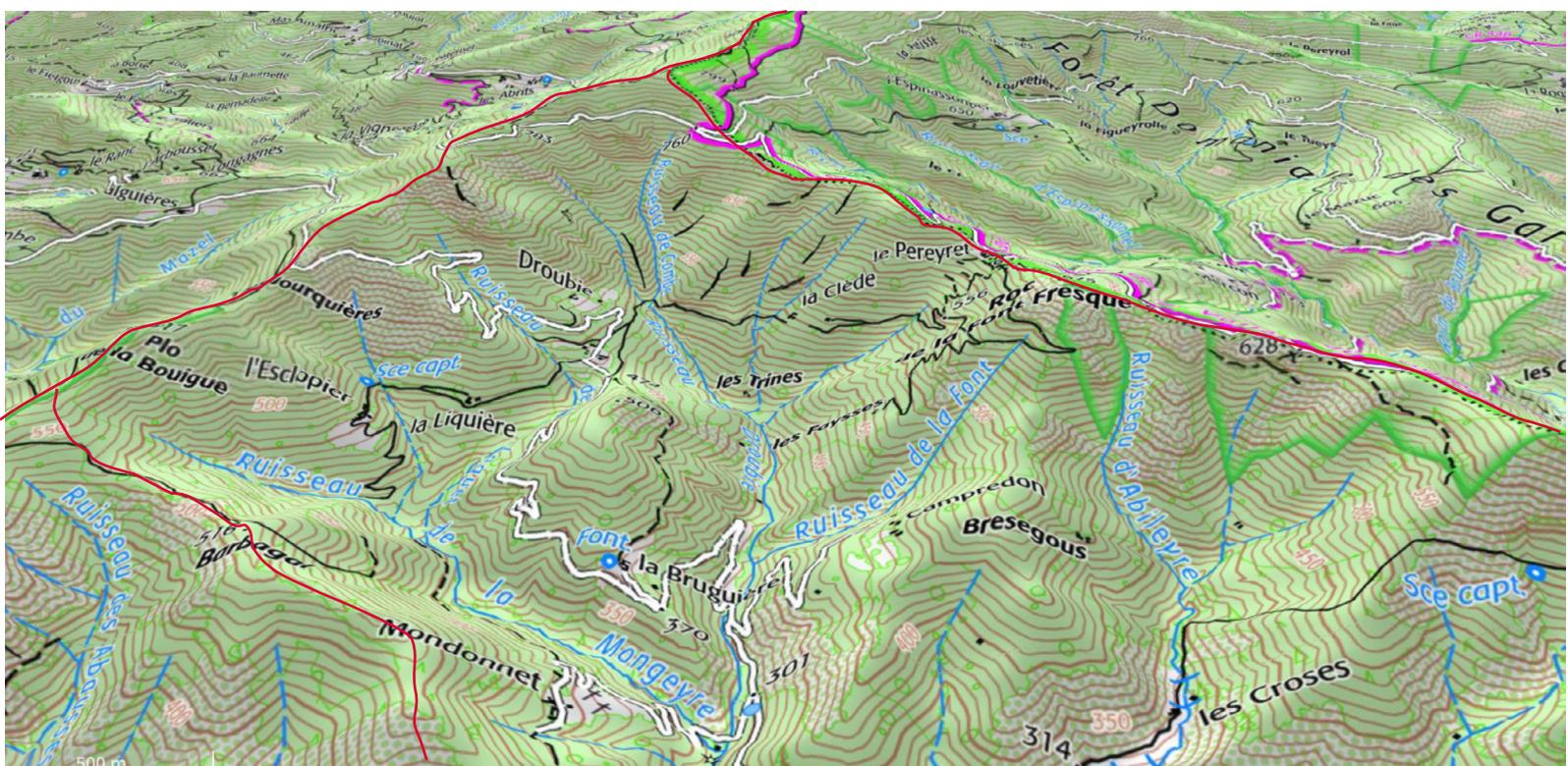
Ensuite, plusieurs sentiers s'offrent à vous. La piste qui monte à droite (en pointillé rempli de blanc) va jusqu'à la crête et passe sur l'autre versant.

En allant tout droit, vous marchez à plat, passant devant des maisons, vous contournez un petit sommet à 506 m, puis vous suivez une piste qui descend régulièrement, en tournant, jusqu'à la Bruguière.

Avant la Bruguière le terrain est plat, il est possible de faire le plein d'eau et vous marchez à plat jusqu'à la tête d'épingle, puis vous descendez jusqu'au ruisseau de Droubie que vous traversez et que vous suivez sur une centaine de mètres.

Vous ne prenez pas la piste qui monte à gauche.

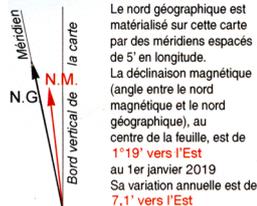
Vous retransversez le ruisseau de Droubie, puis le ruisseau Mongeyre et vous montez tranquillement en suivant de grands tournants en tête d'épingle jusqu'à Montdonnet.



Savoir utiliser une boussole

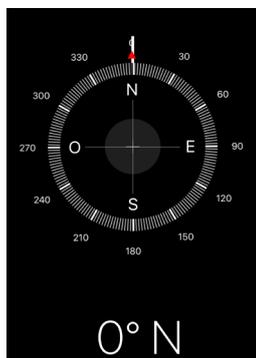
Attention de ne pas utiliser la boussole près d'un élément magnétique comme le fer, le cobalt ou le nickel (une voiture par exemple) ou d'un champ magnétique (ligne de haute tension), car l'aiguille n'indiquerait plus le nord.

Les différents nord



La boussole indique le Nord magnétique (N.M.) qui diffère du Nord géographique (N.G.) indiqué par le pôle nord de quelques degrés (déclinaison magnétique) et également de quelques degrés (déclinaison) avec le nord de la carte (Nord de la projection Lambert). La position de ces différents nord et les variations de déclinaisons sont données sur un schéma en bordure de chaque carte et sont valables pour un lieu et une année donnée, car le champ magnétique de la Terre évolue dans l'espace et au cours du temps.
> Déclinaison magnétique sur la carte IGN à 1/25 000 de la corniche des Cévennes (2019).

Déterminer une direction



On détermine la direction d'un élément par son azimut, c'est-à-dire l'angle sur un plan horizontal entre la direction de cet élément et le nord magnétique. Une boussole est graduée de 0 à 360°. Sur le terrain, vous visez l'élément avec la boussole et lisez son azimut en degré à partir du nord (0).

Ainsi un sommet au Nord-Est aura un azimut de 45°, à l'Est un azimut de 90°, au Sud-Est, un azimut de 135°, au Sud un azimut de 180°, au Sud-Ouest, l'azimut sera de 225°, à l'ouest de 270° et au Nord-Ouest de 315°....

De même, si l'on veut rejoindre un élément sur la carte, on trace la droite entre notre position et l'élément et on mesure l'angle de cette droite avec le nord magnétique. Cette mesure nous donne la direction à suivre avec la boussole sur le terrain pour retrouver l'élément.

> Boussole numérique sur iPhone indiquant le nord magnétique

Retrouver sa position

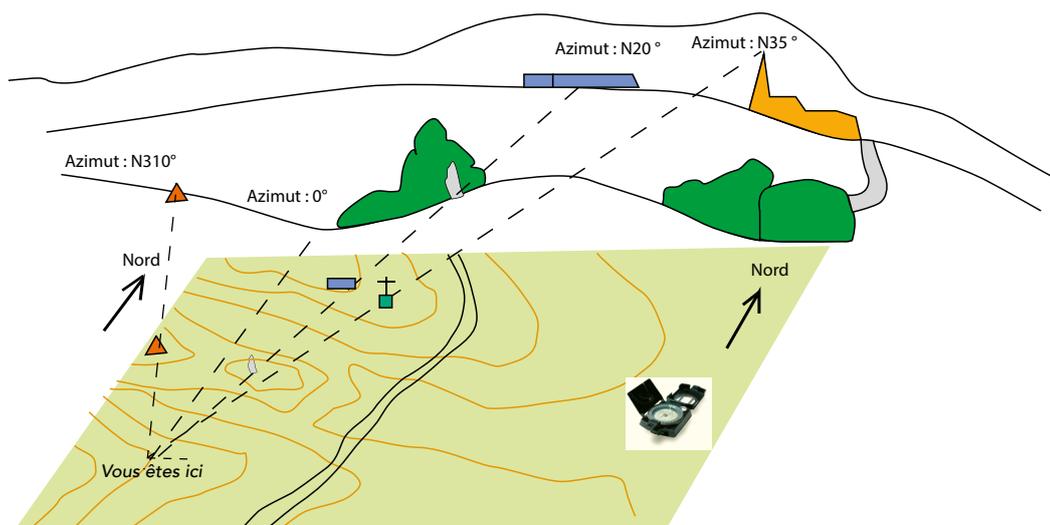
Il est possible de retrouver sa position sur la carte en visant au moins deux éléments du paysage et en déterminant leur direction. Puis on trace la droite correspondant à la direction passant par l'élément. Notre position correspond à l'intersection des deux droites. Si l'on reporte la direction de tout autre élément du paysage visé à partir de notre position, la droite passant par cet élément rejoindra le point d'intersection de notre position.

Repérer sur la carte les éléments du paysage

Une fois la position déterminée sur la carte, il est possible de viser n'importe quel repère, sommet, village pour déterminer la direction, tracer la droite correspondant à cette direction et passant par notre position, puis de retrouver le nom du repère sur la carte, le long de cette droite, en estimant la distance.

Repérer sur le terrain les éléments de la carte

Connaissant notre position sur la carte, tracer la droite reliant notre position et un sommet, par exemple. Lire la valeur de l'angle par rapport au nord, haut de la carte, et retrouver cette direction avec la boussole pour retrouver le sommet dans le paysage.



Définir les coordonnées GPS

Le quadrillage

La projection des cartes IGN est une projection conique conforme de Lambert (Lambert-93). Le quadrillage en bleu permet de déterminer la position précise d'un point de la carte ou de faire figurer un point GPS sur cette dernière. Sur les cartes IGN, le quadrillage en bleu utilisé est celui UTM-WGS84 (projection cylindrique Universal Transverse Mercator appliqué sur le système géodésique mondial UGS84 adopté par le système de positionnement par satellite, GPS).

Pour désigner un point sur la carte, on lit ses coordonnées : l'abscisse, de gauche à droite, sur la ligne horizontale et l'ordonnée, de bas en haut sur la ligne verticale.

Reporter sa position GPS sur une carte

Exemple : le GPS indique UTM 31 T 563 321 4898 915

> Les six premiers chiffres sont l'abscisse et se lisent en bas sur la carte. Aller au point bleu 563 puis convertir 321 m en millimètres sur la carte : 1 cm sur la carte fait 250 m sur le terrain donc 321 m fait $321/250 = 1,284$ cm soit 12,84 mm. L'abscisse du point sera donc à 12,84 mm de 563, on trace alors la ligne parallèle au quadrillage vertical.

> Les 4 derniers chiffres sont l'ordonnée et se lisent à gauche de la carte. Aller au point bleu 4898 puis convertir 915 m en millimètres sur la carte : 1 cm sur la carte fait 250 m sur le terrain donc 915 m fait $915/250 = 3,66$ cm soit 36,6 mm. L'ordonnée du point sera donc à 36,6 mm de 4898, on trace alors la ligne parallèle au quadrillage horizontal.

L'intersection entre les deux lignes tracées sur la carte donnera précisément votre position indiquée par le GPS.

Donner sa position en coordonnées GPS

En réalisant la même procédure inversée, on peut retrouver les coordonnées GPS de tout point de la carte. Il suffit de tracer la droite horizontale et celle verticale passant par ce point, puis de lire en abscisse les chiffres auxquelles on ajoute les mètres convertis à partir de la mesure en millimètres que l'on réalise avec une règle graduée.

Vous êtes perdu!

Le soleil n'apparaît pas, vous n'avez pas de boussole, votre smartphone n'a plus de batterie, votre GPS ne fonctionne plus, vous avez votre carte, mais ne savez plus où vous êtes... Pas de panique!

1 - Rappelez-vous la dernière fois que vous vous êtes localisé sur la carte et ce que vous avez fait depuis pour avoir une idée du secteur où vous êtes.

2 - Recherchez des points de repère autour de vous : Par exemple, vous êtes sur un sentier, dans un tournant en tête d'épingle, dans un valat, près de la rivière, à côté d'un dolmen, le long d'une forêt...

3 - Toujours perdu... Prenez de la hauteur pour avoir la meilleure vue globale du paysage et regardez au loin pour essayer de retrouver approximativement l'orientation : une mer au sud, une plaine à l'est... La lecture des courbes de niveau vous indique les vallées principales, les sommets et lignes de crêtes, la position d'un village sur un flanc de montagne... Essayer de retrouver ces éléments dans le paysage et repérez des éléments caractéristiques du paysage que vous pourriez reconnaître et voir sur la carte.... Tentez d'orienter votre carte et déterminez des éléments remarquables au loin pour retrouver votre position comme présenté en page 3.

Rien n'y fait, vous ne savez absolument plus où vous êtes... Une seule solution.... Prenez de la hauteur et recherchez au loin un village, un hameau, une habitation où éventuellement vous rendre pour vous informer et vous situer. Si vous êtes dans une vallée, descendez le long d'un ruisseau si c'est possible, c'est vers le bas de la vallée que vous retrouverez des signes de civilisations. Et si vous tombez sur un système en terrasse caractéristique des Cévennes, sachez que chaque terrasse a un escalier!

Préparer sa randonnée

Préparer son itinéraire

Vous êtes maintenant prêt à préparer n'importe quel itinéraire sur une carte topographique. Choisir sa longueur, sa durée et son dénivelé en fonction de votre niveau, repérer les points d'eau, les hameaux, les difficultés éventuelles....

Avant votre départ, pensez à vous informer sur la météo. Ces conditions météo devraient même être prise en compte pour choisir votre itinéraire, préférez une randonnée en forêt en été si le temps est très chaud, renseignez vous sur la présence de neige en hiver, évitez les fonds de vallée en temps de pluie... Estimez les conditions météorologiques de votre randonnée en fonction de l'itinéraire choisi, par exemple si vous êtes à découvert en plein été à 12 h, n'oubliez pas votre chapeau!.... Les changements de temps en montagne peuvent être très rapides, les conditions météorologiques sur le mont Aigoual ou le mont Lozère très différentes que celles dans les vallées, prenez garde aux orages dont la foudre est particulièrement dangereuse sur les crêtes, pensez aux risques de montées rapides des eaux dans une région où les pluies cévenoles et crues en aval associées peuvent être importantes et brutales.

Pensez aussi à vous informer sur les règles en vigueur, une grande partie des Cévennes se trouve dans le Parc national des Cévennes, une zone protégée soumise à des règles strictes. De même, l'ensemble des Cévennes, des Causses et des Gorges est classé patrimoine mondial de l'UNESCO au titre de paysage culturel de l'agro-pastoralisme méditerranéen. Vous rencontrerez de nombreux troupeaux de brebis gardés par des patous, les chiens dont le rôle est de les protéger. Vous devez adopter une attitude adéquate! Pensez à refermer les barrières derrière vous, passez le plus loin possible des troupeaux, si ce n'est pas possible signalez vous auprès des chiens, s'ils viennent vers vous arrêtez-vous, faite face aux chiens, sans les regarder dans les yeux, en leur parlant, le but étant de les rassurer. Vous pouvez également mettre un objet entre vous et le chien (un chapeau, un sac à dos...).

Lors de votre randonnée, protégez l'environnement, ne laissez aucune trace de votre passage!

Préparer son sac à dos

Prévoir un sac à dos adapté à votre randonnée. Pour une randonnée itinérante, le poids maximum recommandé pour un sac à dos est de 20 % du poids du porteur, soit 12 kg pour une femme de 60 kg et 16 kg pour un homme de 80 kg.

Pour une randonnée à la journée, le minimum à prendre dans votre sac à dos :

- > Des vêtements adaptés à la météo, un coupe-pluie et un coupe-vent, un chapeau ou une casquette, de la crème solaire, des lunettes de soleil, une bonne paire de chaussures de marche imperméable,
- > De l'eau, 1,5 l minimum et de quoi vous restaurer (pique-nique, barre de céréales, fruits secs...),
- > Éventuellement une couverture de survie, un couteau, une trousse de secours, une lampe frontale, un GPS et une boussole.

Et bien sûr avoir une carte topographique à 1/25 000 avec soi ainsi qu'un téléphone portable pour la sécurité et prévenir en cas d'accident.

Découvrir les Cévennes autrement

Decouverte-cevennes.fr est un site qui propose une véritable immersion en Cévennes. Partez pour un voyage à travers le temps de près de 500 millions d'années pour comprendre la formation des roches et des paysages cévenols, découvrez une terre de résistance, riche de deux mille ans d'histoire, traversez une nature exceptionnelle et protégée, des forêts remarquables, rencontrez des habitants singuliers ... Le site decouverte-cevennes.fr, accessible à tous en version ordinateur, tablette ou mobile, vous plonge au cœur des Cévennes authentiques à travers des randonnées exceptionnelles à faire à pied, à vélo, ou en voiture, à la découverte de points de vue et de paysages parmi les plus beaux et les plus sauvages de France.

www.decouverte-cevennes.fr