

# BULLETIN D'INSCRIPTION

à renvoyer à Fédération Foyers Ruraux 13  
4 cours de la République - 13350 CHARLEVAL

Prénom & Nom : .....  
Adresse : ..... Ville : .....  
FOYER RURAL OU Association : .....  
N° carte d'Adhérent : .....  
Date de naissance : ..... Profession : .....  
Tél : ..... Courriel : .....

Je m'inscris à la journée **Cartographie & Orientation** à CHARLEVAL

**1er Octobre 2026**

**Cartographie & Orientation**

Des clés pour ne pas perdre la boussole en rando !

Tarif : **40 €** adhérents Foyers Ruraux - **55 €** non adhérents

• Je joins la somme de : ..... €, chèque à l'ordre de la **FDFR 13**

**REPAS** : Pique Nique tiré du sac, en colline (Chaque participant amène son pique-nique)

Merci de **PARTAGER l'INFO**, à moins de 6 personnes une formation ne peut pas démarrer.



# La FORMATION pour Tous avec les FOYERS RURAUX 13

Cycles de formation de proximité pour  
les acteurs associatifs et les individus

## Stage d'initiation CARTOGRAPHIE & ORIENTATION

Des clés pour ne pas perdre la boussole en rando !



Jeudi  
1er  
Octobre  
2026

**CHARLEVAL** AU SIÈGE FÉDÉRAL DES FOYERS RURAUX 13

Fédérant 25 Foyers Ruraux & Associations d'Animation Rurale et d'Éducation Populaire, soit près de 6 000 adhérents, le réseau **FOYERS RURAUX 13** fédère un tissu dynamique d'acteurs associatifs de proximité et mène tout au long de l'année une mission de **"Tête de Réseau"** et bénéficie d'**Agréments** Ministériels : **Jeunesse Education Populaire - Formation Professionnelle**  
Merci à nos **Partenaires** Institutionnels et Territoriaux



Réseau **FOYERS RURAUX 13**

4, Cours de la République - 13350 CHARLEVAL en Provence  
Tél : 04 42 28 50 18 - courriel : foyersruraux13@gmail.com

Organisme Formation Professionnelle - Association agréée Jeunesse Education Populaire

## Stage d'initiation "CARTOGRAPHIE & ORIENTATION"

Journée de formation alliant apports théoriques (2h30 en intérieur) et apports pratiques et techniques (2h30 en extérieur). A destination de toute personne désireuse de s'initier à la cartographie et à l'orientation en randonnée : randonneurs occasionnels ou confirmés, acteurs associatifs, animateurs randonnée...

Les apports seront adaptés en fonction du niveau des participants et de leurs connaissances préalables : proposition d'exercices pratiques et théoriques, ludiques et pédagogiques, permettant de s'approprier les techniques d'orientation.



### Objectifs :

Savoir correctement interpréter et se servir des cartes IGN, de la boussole et de l'altimètre  
Apprendre à maîtriser les techniques d'orientation et de progression en terrain naturel  
Être en mesure de planifier un itinéraire cohérent et sûr, et être capable de le suivre

### Déroulement de la formation



### Séance en salle

La randonnée : les points de sécurité (équipement, météo, itinéraire, s'autoévaluer, points de repli)

Présentation et utilisation de la boussole par des exercices pratiques : cap, orientation de la carte...

Utilisation de l'altimètre

La carte au 1/25000 ème : comprendre les légendes, les éléments artificiels et le fond de carte, les courbes de niveaux, l'interprétation carte / terrain, les points de repères utiles (point d'appui, point d'attaque, point d'arrêt, déviation volontaire, relocalisation...).



### Exercices pratiques en extérieur (Collines de Charleval)

En individuel ou en petits groupes, ateliers ludiques avec des apports personnalisés : travail sur les itinéraires, la correspondance carte/terrain, l'estimation des distances, la prise de décision

### - Matériel / équipement :

Tenue de randonnée, bonnes chaussures de marche, chapeau et lunettes de soleil, eau et pique-nique. Carnet de notes, boussole, carte IGN et altimètre, si vous avez.  
Merci de penser à votre pique-nique ;-)

### - Intervenant :

Marc AYNIE - Accompagnateur Moyenne Montagne DE  
Partenaire Parc National du Mercantour. Agréé Merveilles, animateur Sciences techniques Environnement & Astro

### - Public :

Acteurs associatifs (bénévoles/salariés) & individuels.

### - Groupe :

mini 6 pers, maxi 12  
CE STAGE NE POURRA PAS DÉMARRER À MOINS DE 6 PERSONNES.

### - Cout :

40 € adhérents Foyers Ruraux - 55 € non adhérents

### - Date :

Jeudi 1er Octobre 2026 de 09h à 17h. Accueil café 8h45

- Site: Partie théorique aux Foyers Ruraux 13 et partie technique dans les collines de Charleval

- Rdv au Siège fédéral des Foyers Ruraux 13 à Charleval en Provence



**"Carto & Orientation - Jeudi 1er Oct 2026**  
**CHARLEVAL** SIÈGE FÉDÉRAL **FOYERS RURAUX 13**

