

### Prévisions météo Bergen

Mercredi  6°  
5°

Jeudi  7°  
4°

Vendredi  9°  
3°

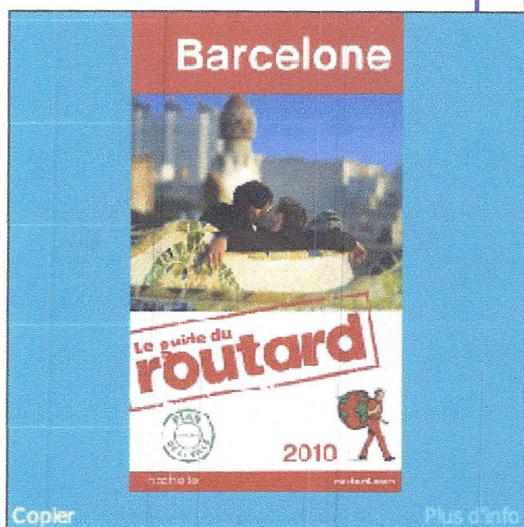
Visitez aussi le site <http://www.phot.itinerances.eu>

Accueil Livres Matériel GPS Info-conseils  
Formation Albums photo FAQ

## Livres randonnées, guides voyages, nature et découverte

[Allez à la boutique en ligne -  
par pays](#)

[Allez à la boutique en ligne -  
par thèmes](#)



## Randonnée en cas d'Orage

### Quels sont les risques ?

Les lésions provoquées par des coups de foudre indirects prennent généralement des formes mineures : vertiges accompagnés souvent d'amnésies et de cécité ou de surdité passagère. En revanche, lorsqu'elle est reçue de façon directe, la foudre a des conséquences beaucoup plus graves. La pathologie la plus fréquente est alors l'arrêt cardiaque. Aussi impressionnant que soit un orage, la foudre tue relativement peu, mais cela arrive même en Belgique. L'orage ne doit jamais être négligé.

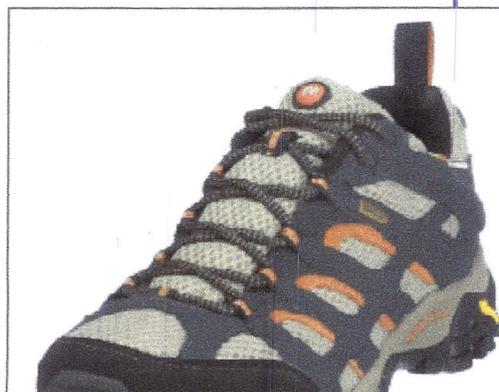
### Quand l'orage se déclenche-t-il ?

Les foudroiements se produisent le plus souvent dans la période allant de la fin d'après-midi au petit matin. Il ne dure généralement pas plus d'une heure/une heure trente et est suivi par un front froid.

### Où tombe la foudre ?

Les reliefs pointus développent des champs électriques qui vont se révéler idéaux pour le passage de l'éclair. Une pointe, une arête, un sommet, tout ce qui va dépasser d'une zone donnée vont donc potentiellement être sélectionnés et attirer la foudre.

## Matériel de randonnée



La notion de conductibilité est également importante. Le cheminement du traceur recherchera le passage le plus facile, donc le plus conducteur. Une tige de fer est idéale. L'eau est également appréciée. Le corps humain en est composé à 90 % !

Un grand mystère demeure le choix final du point d'impact. Même si de multiples relevés montrent que ce sont le plus souvent les points élevés et les éléments conducteurs qui sont touchés, ils démontrent aussi que ce n'est pas systématiquement le cas.

### Comment évaluer la distance d'un orage ?

**L'orage présente un danger dès qu'il s'approche à 3 kilomètres.**

On peut évaluer la distance de l'orage et déterminer s'il se rapproche ou s'il s'éloigne de nous en comptant le temps que met le coup de



Copier

Plus d'info

- [Chaussures de randonnée](#)
- [Semelles](#)
- [Chaussettes](#)
- [Guêtres](#)
- [Chaussant multicouche](#)
- [Sous-vêtement](#)
- [Fourrure polaire](#)
- [Vêtements de pluie](#)
- [Sac à dos](#)
- [Sac de couchage](#)
- [Bâtons télescopiques](#)

## GPS randonnée

- [Quel GPS randonnée choisir?](#)
- [PRATIQUE DU GPS randonnée](#)
- [GPS associé à L'ORDINATEUR](#)
- [Historique du GPS](#)
- [Principe de fonctionnement](#)
- [De la Terre à la carte et au GPS](#)
- [Précision et limites des GPS](#)

## Sécurité en randonnée

On s'éloigne de nous en comptant le temps que met le coup de tonnerre à nous parvenir après avoir vu l'éclair. Ce calcul se base sur le fait que l'éclair et le coup de tonnerre délivrés en même temps ne mettent pas le même temps à nous arriver, la vitesse de propagation du son dans l'air étant nettement moins rapide que celle de la lumière. Attention, il peut se déplacer très vite.

temps en secondes	1	2	3	4	5	6	7
Distance en mètres	340	680	1020	1360	1700	2040	2380

## Consignes de sécurité à respecter en randonnée en cas d'orage

**Prévisions météo Bergen**

<b>Mercredi</b>  <span style="font-size: 1.2em;">6°</span> <span style="font-size: 1.2em;">5°</span>	<b>Jeudi</b>  <span style="font-size: 1.2em;">7°</span> <span style="font-size: 1.2em;">4°</span>	<b>Vendredi</b>  <span style="font-size: 1.2em;">9°</span> <span style="font-size: 1.2em;">3°</span>
--	---	--

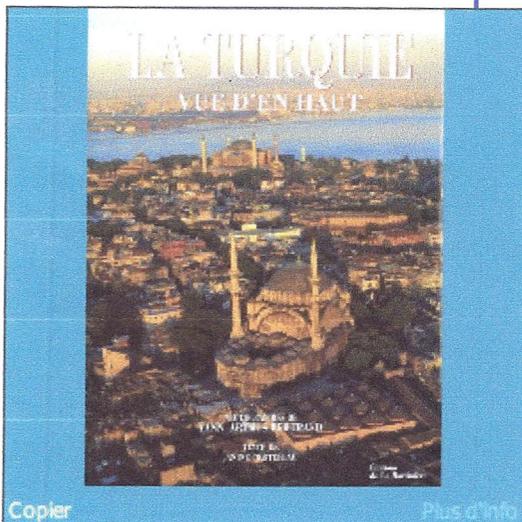
Visitez aussi le site <http://www.phot.itinerances.eu>

[Accueil](#)      [Livres](#)      [Matériel](#)      [GPS](#)      [Info-conseils](#)  
[Formation](#)      [Albums photo](#)      [FAQ](#)

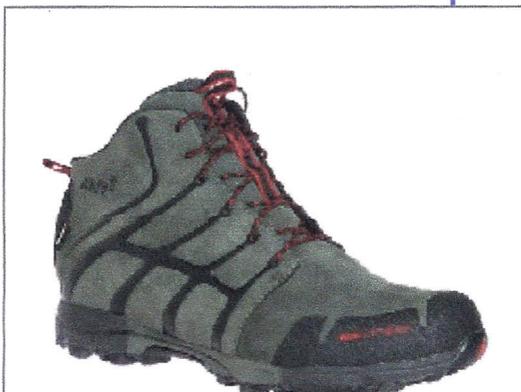
## Livres randonnées, guides voyages, nature et découverte

[Allez à la boutique en ligne -  
par pays](#)

[Allez à la boutique en ligne -  
par thèmes](#)



## Matériel de randonnée



## Consignes de sécurité à respecter en randonnée en cas d'orage

### Lorsque les prévisions météo annoncent un risque d'orage

- partir tôt,
- se laisser la possibilité en cours de route de raccourcir l'itinéraire initialement prévu,
- modifier l'itinéraire afin d'éviter les zones exposées aux coups de foudre.

### Lorsque l'orage est proche

- Fuir les endroits exposés et placer les bâtons de marche dans le sac à dos en évitant que les pointes dépassent. Les bâtons tenus à la main forment des angles aigus favorisant l'augmentation locale de champs électriques. Cette situation est à proscrire.
- Éteindre les téléphones portables et les placer au milieu du sac en le protégeant de l'humidité (ils seront très utiles en cas de problème pour appeler les secours).
- Rechercher un endroit sécurisé :
  - Clairière en forêt, sinon le plus loin possible des troncs.
  - Ne jamais s'abriter en dessous d'un arbre (surtout isolé, en bouquet ou en lisière). La probabilité est 50X plus grande pour que la foudre tombe sur l'arbre que sur l'homme, mais on risque alors un coup de foudre indirect en offrant à la foudre un chemin de moindre résistance vers la terre.
  - Eboulis, pente herbeuse ou enneigée.
  - Au pied d'une paroi, il faut que celle-ci soit au minimum de 5 à 10X la hauteur du sujet accroupi (+/- 15 mètres). La distance minimale du pied de la paroi doit être de 3 mètres.
  - Attention, être trop près de la paroi (surtout si elle est mouillée) ou s'abriter en dessous d'un surplomb est à proscrire totalement. Après être tombée sur un sommet ou arête rocheuse, la foudre poursuit sa course en suivant les parois rocheuses.
  - Une grotte spacieuse, dont le plafond serait à plus de 3



- [Chaussures de randonnée](#)
- [Semelles](#)
- [Chaussettes](#)
- [Guêtres](#)
- [Chaussant multicouche](#)
- [Sous-vêtement](#)
- [Fourrure polaire](#)
- [Vêtements de pluie](#)
- [Sac à dos](#)
- [Sac de couchage](#)
- [Bâtons télescopiques](#)

---

## GPS randonnée

---

- [Quel GPS randonnée choisir?](#)
- [PRATIQUE DU GPS randonnée](#)
- [GPS associé à L'ORDINATEUR](#)
- [Historique du GPS](#)
- [Principe de fonctionnement](#)
- [De la Terre à la carte et au GPS](#)
- [Précision et limites des GPS](#)

---

## Sécurité en randonnée

---

metres de hauteur et la distance des parois a plus d'un mètre peut aussi faire l'affaire.

- Ne jamais s'abriter dans une grotte trop petite.
  - Un refuge recouvert de métal est idéal car le courant circule alors à l'extérieur sans pénétrer (idem cabine de téléphérique, voiture, ...)
  - Les cabanes en bois sans paratonnerre procurent une médiocre protection contre la foudre. Sinon se placer au centre, à l'écart des masses métalliques (conduites, poêle).
- Se débarrasser des objets métalliques en les plaçant à deux mètres minimum.
  - Se mettre en position de sécurité (accroupi, genoux relevés, pieds et jambes joints) et s'isoler du sol avec des objets secs (sac à dos, vêtements, ...) ou en se plaçant sur une grosse pierre assez large pour s'asseoir et placer les pieds, en attendant que l'orage s'éloigne. Il est impératif de ne pas constituer un circuit électrique en plaçant simultanément les pieds et les mains sur le sol ou le rocher. Lorsque la foudre tombe au sol, le courant diffuse concentriquement à la surface de la terre. Un homme debout à proximité verrait un courant dérivé lui entrer par un pied et sortir par l'autre. Le trajet est moins grave que pour un animal à quatre pattes soumis lui à un courant qui passe par le cœur.