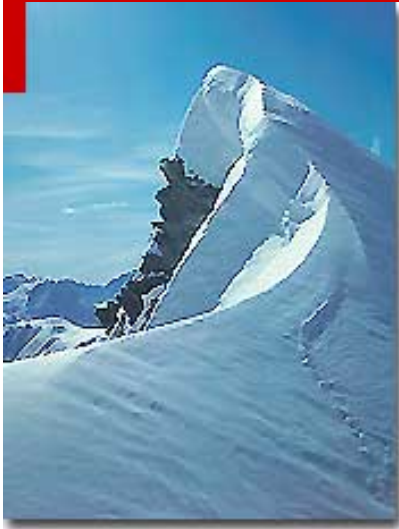




## Conseils pratiques : neige et sécurité

Tout savoir ou presque...



En montagne enneigée, à partir du moment où l'on quitte l'univers sécurisé des pistes de ski, on entre dans un monde à risques. Aux classiques dangers( froid, brouillard) qui guettent le randonneur (à ski, à raquettes ou à pied), le pratiquant de hors-pistes (à ski ou à snow board) et l'alpiniste, s'en ajoute un plus spécifique : l'avalanche. Heureusement, l'accident d'avalanche n'est pas toujours une fatalité. La connaissance des règles élémentaires de sécurité et leur application permettent de mettre un maximum de chances de son côté.

### ■ Dossier : Les tests de stabilité du manteau neigeux

#### ■ Que faire avant et pendant la sortie ?

- ▶ Avant de partir
- ▶ Pendant la sortie

#### ■ Que faire en cas d'accident d'avalanche ?

- ▶ Si vous êtes témoin d'un accident d'avalanche
- ▶ Premiers secours à une victime d'avalanche
- ▶ Si vous êtes pris dans une avalanche

#### ■ Avant de partir

### **1. Informez-vous :**

- bulletin des prévisions météorologiques sur le 08.92.68.02.XX (XX : n° du département pour lequel on veut la prévision), ou sur 3615 Météo ;
- bulletin d'estimation du risque d'avalanche (BRA) sur le 08 92 68 10 20, sur 3615 Météo ou [www.meteo.fr](http://www.meteo.fr).

La consultation de ces bulletins, pour une information générale, doit devenir un réflexe, mais elle ne dispense pas d'une information locale :

- professionnels, en particulier pisteurs-secouristes, guides de montagne ;
- panneaux d'information aux bas et aux sommets des remontées mécaniques ;
- drapeau avalanche (jaune = risque limité 1 et 2, damiers jaunes et noirs = risque important 3 et 4, noir = risque très fort 5) ;
- filets et cordes : ne pas les franchir, ils vous protègent de barres rocheuses, de rochers ou de pentes avalancheuses.

### **2. Équipez-vous :**

- portez sur vous un ARVA (appareil de recherche de victime d'avalanche) dont vous avez appris au préalable le fonctionnement et la façon de l'utiliser, vous pouvez aussi vous équiper d'un ballon ABS, d'un gilet "Avalung" et pour ceux qui partent en hors-piste, ayez au moins sur vous une paire de réflecteurs RECCO.
- pelle, sonde, qui sont les deux auxiliaires indispensables de l'ARVA ;
- vivres de course, boisson ;
- vêtements chauds, bonnet, gants ou moufles ;
- lunettes de soleil, crèmes solaires (visage et lèvres) ;
- plan des pistes, carte au 1/25000e, boussole et altimètre ;
- couverture de survie, pharmacie, couteau, bougie et briquet
- matériel de sécurité en terrain glaciaire si nécessaire.

**3. Ne partez pas seul**, mais choisissez bien vos compagnons : combien (un petit groupe est plus facile à gérer) ? Quel niveau technique ? Quelle forme physique ? Quelle expérience de la montagne ? Quels rapports entre vous ?

### **4. Étudiez l'itinéraire sur la carte ou le plan des pistes :**

- adaptez votre itinéraire aux conditions météorologiques (le temps), nivologiques (la neige), topographiques (le terrain) et humaines (les personnes : niveau technique et physique du plus "faible" du groupe), en pensant en particulier à ne pas rentrer trop tard ;
- faites connaissance avec le terrain : faites-vous une idée des pentes et des ruptures de pentes pour prévoir des passages éventuellement délicats et des itinéraires de repli.

**5. Signalez l'itinéraire et l'heure approximative de votre retour** à des parents, amis, ou en laissant un mot sur le pare-brise de la voiture.

## **■ Pendant la sortie**

Un certain nombre de précautions doivent être prises sur le terrain afin de se déplacer dans des conditions maximales (mais pas toujours totales !) de sécurité :

### **Dès le départ de la sortie :**

- se compter pour savoir combien on est (cela permettra de n'oublier personne en cours de route ou en cas d'accident) ;
- tester systématiquement son ARVA (émission, réception et portée) ;
- mettre son ARVA sur soi en position "émission" (on ne l'éteindra qu'au retour, la sortie terminée).

### **Puis :**

- Prendre en compte la réalité et l'évolution (et non plus les prévisions) des conditions nivométéorologiques, topographiques et humaines pour choisir son itinéraire :
  - la météo : surveiller en particulier les chutes de neige ou de pluie, le vent, la température

de l'air et le soleil, la présence de nuages et de brouillard (la perte de visibilité ou le "jour blanc" sont des facteurs aggravants, car ils rendent difficiles voire impossible les observations visuelles) ;

- la neige : surveiller en particulier la consistance de la neige, les liaisons entre les différentes couches, l'existence en profondeur de couches fragiles (gobelets ou faces planes, givre de surface, neige roulée) ou de plans de glissement (croûte de regel), l'épaisseur de neige fraîche (mais attention : un manteau neigeux peu épais n'est pas pour autant stable), la présence d'indices signalant un transport de neige par le vent (irrégularités dans l'épaisseur de neige récente, zones d'érosion de la neige et zones d'accumulation, corniches, surface de la neige travaillée par le vent, etc.) et l'humidification passée ou en cours du manteau neigeux ;

- le terrain : les facteurs influençant la stabilité du manteau neigeux sont l'altitude (limite pluie-neige), l'exposition par rapport au soleil, l'inclinaison et le profil de la pente, ainsi que la topographie locale (combes et couloirs, croupes, crêtes, arêtes, cols, barres rocheuses, séracs, etc.) et son orientation par rapport aux vents dominants ;

- les hommes : condition physique, niveau technique.

• La présence de traces n'est absolument pas un gage de stabilité : ne pas suivre n'importe quelle trace sans réfléchir.

• Quelques précautions en cas de doute sur la stabilité d'un passage obligé (mais ne faudrait-il pas pratiquer le "doute systématique" ?) :

- enlever dragonnes et lanières de sécurité des fixations de ski ou du snowboard ;

- ne pas skier regroupés, mais laisser des distances entre les membres du groupe, voire n'engager qu'une seule personne à la fois dans la zone présumée dangereuse ;

- se surveiller mutuellement ;

- prévoir des zones de sécurité où l'on pourra attendre et surveiller les autres membres du groupe, ou vers lesquelles on pourra s'échapper en cas d'avalanche ;

- ne pas s'arrêter à l'aval direct de la trajectoire des suivants, mais dans une zone de sécurité ;

- déchausser permet de remonter dans la ligne de plus grande pente sur le bord de la zone dangereuse (et évite donc d'avoir à faire des traversées hasardeuses), ou de progresser dans une zone très peu enneigée, mais plus sûre ;

- évoluer "en douceur" en évitant si possible tout virage brutal et pire, toute chute. Ces mesures peuvent être appliquées dès le moindre doute (et même avant) : elles "ne coûtent pas cher", ne perturbent pas (pour la quasi-totalité d'entre elles) la progression, et peuvent minimiser les conséquences d'un accident au cas où le danger n'aurait pas du tout été suspecté.

• Ne pas hésiter à faire demi-tour si les conditions sont trop douteuses ou risquent de le devenir avant le retour en lieu sûr !

