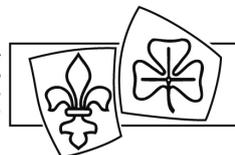


## CONCEPT DE SÉCURITÉ POUR UNE ACTIVITÉ

Ce document convient particulièrement comme concept de sécurité pour les randonnées.

Type de l'activité	
Date	
Responsable	

Équipement	
Groupes de performance	
Sommets	
Dangers potentiels	
Points d'entrée, points d'accès	
Alternatives	
Réaction en cas de changement soudain de météo (hébergement)	
Point de non-retour	
Règles de comportement	
Matériel d'urgence	
Participants	



Numéros de téléphone importants	
Ambulance	144
Rega	1414
Urgences empoisonnement	145
Service météorologique	162
Entrepôt/Lieu de camp	
Téléphone de crise cantonal	

## Explications et compléments au concept de sécurité

**Se renseigner peu avant le début de l'activité :** Toutes les informations à court terme sont connues

- prévisions météo ;
- rappeler une nouvelle fois en cas d'utilisation de pas de tir ;
- informer les sociétés ferroviaires, les refuges (heure d'arrivée, nombre de participants).

### Équipement

- contrôler l'équipement de chacun des participants (chaussures de marche, vélo...);
- comment faire avec les participants qui n'ont pas d'équipement conforme ?
- sac à dos adapté et rempli (contrôler le poids du sac → 15-20% du poids corporel);
- vêtements : vêtements de rechange, pull et imperméable ;
- boisson en quantité suffisante (au moins 1,5 litre) et suffisamment de nourriture.

**Points de sortie, échappatoires :** toujours garder une voie de sortie ouverte

- marquer les différents points de sortie sur la carte et les confirmer sur place ;
- se réserver des moments où l'on peut encore faire demi-tour, éventuellement raccourcir le parcours ou trouver un abri.

**Alternatives :** décision libre de la maîtrise

- un parcours ne doit pas forcément être annulé seulement à cause du fait qu'une variante en cas de mauvais temps n'a pas été prévue ;
- décider de variantes en cas de beau temps et de mauvais temps (ou bien déplacer l'activité dans le programme).

### Changement soudain de la météo

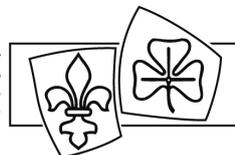
- où y a-t-il des refuges ou des abris sur le parcours ?

**Point de non-retour :** passé ce point, il n'y a pas de retour possible et il ne reste que la fuite en avant

- discuter avec toute l'équipe de direction de la décision à prendre.

**Discuter des règles de comportement :** le déroulement de l'activité est clair pour tout le monde

- garder le contact visuel avec le groupe ;
- les personnes menant et fermant le groupe sont des responsables de randonnée ;
- comportement des participants pendant l'activité (chute de pierres, chemin étroit, prendre des raccourcis, emporter ses déchets avec soi, dangers...);
- pauses et repos : où et quand doit-on manger et boire ?
- où se trouvent les responsables de groupe, qui dispose d'une trousse de pharmacie ?



**Matériel d'urgence :** connaître les règles en cas de situation d'urgence

- remplir le formulaire en cas d'urgence ;
- chaque participant dispose d'une carte en cas d'urgence ;
- réexpliquer les mesures à prendre en cas de crise ;
- avoir une trousse de pharmacie sur soi.

**Participants**

- quelle est la forme physique des participants ?

---

**Méthode 3 x 3**

---

La planification d'une activité doit être vérifiée également peu avant et pendant son déroulement. La méthode 3 x 3 aide à mieux appréhender les divers facteurs (conditions, terrain, groupe) déterminants pour la sécurité dans le cadre de la planification. Ces facteurs doivent aussi être gardés à l'esprit pendant l'activité.

	Condition	Terrain/environs	Groupe
<b>A la maison</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Bulletin météo actuel</li> <li>■ Personne de confiance sur place</li> <li>■ Saison</li> <li>■ De jour ou de nuit ?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Carte 1:25'000</li> <li>■ Planification d'itinéraire</li> <li>■ Connaissances personnelles (reconnaissance), photos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Qui / combien participent à l'activité ?</li> <li>■ Calcul du temps de marche</li> <li>■ Composition du groupe, équipement, expérience, compétences...</li> <li>■ Quelle est mon expérience en tant que responsable ?</li> </ul>
<b>Dans la région (sur place)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Visibilité, nébulosité</li> <li>■ Météo (précipitations, températures, vent, aussi en région d'altitude)</li> <li>■ Prévission ?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mes attentes correspondent-elles avec la réalité (état de la route, visibilité du marquage) ?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Qui est présent ? (équipement, composition du groupe)</li> <li>■ Motivation, dynamique de groupe</li> <li>■ Propre forme physique en tant que responsable (maladies éventuelles, etc.)</li> <li>■ Vérification du temps de marche en continu</li> <li>■ Responsabilité personnelle</li> </ul>
<b>Durant l'activité (en route)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Evolution de la météo, prévisions</li> <li>■ Visibilité</li> <li>■ Critères pour rebrousser chemin</li> <li>■ Champs de neige ancienne</li> <li>■ Orage, coup de foudre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ « Bouffe-temps » (terrain laborieux, pont défectueux, trop d'eau, etc.)</li> <li>■ Qu'est-ce qui nous attend encore ?</li> <li>■ Prendre une décision à chaque point de non retour</li> <li>■ Dangers d'éboulement ou de chute</li> <li>■ Chute de pierre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Motivation, constitution du groupe, discipline, dynamique de groupe</li> <li>■ « Bouffe-temps » (arrêt du groupe pour chaque petite situation risquée, traîner, etc.)</li> <li>■ Tactique (avancement de la sécurité, anticipation, pauses, tempo de la marche, état de santé, descente)</li> <li>■ Encadrement du groupe</li> <li>■ Arrêt risqué du groupe pour la formation, traîner, etc.</li> </ul>