



## FORMATIONS DE LA CHAMONJARDE HIVER 2017-2018

### Premiers secours et base du sauvetage en montagne

- **Prérequis** : skieurs/snowboardeurs (freeride/rando/alpinisme) pratiquants hors et loin des domaines skiables sécurisés et patrouillés.

- **Contenu de la journée** : Conduite à tenir lors d'un accident en montagne et initiation aux gestes de premiers secours (urgences vitales et traumatismes).

Au programme : Que mettre dans sa trousse de secours, faire un bilan de la situation et de la victime, alerter les secours, traiter les urgences vitales : faire un massage cardiaque, arrêter une hémorragie, dégagement d'urgence d'une victime et mise en position d'attente.

La matinée sera notamment consacrée aux gestes de secours, et aux immobilisations avec les « moyens du bord ». L'après-midi, vous travaillerez sur des scénarios d'accident et la simulation d'un secours. Vous serez initié aux manipulations de cordes afin d'accéder à une victime en sécurité. **Cette journée n'est pas diplômante**

- **Matériel** : Forfait pour la journée – pique-nique – matériel de ski et de sécurité avalanche (DVA, pelle, sonde) – sac à dos – casque de ski (recommandé) et votre propre trousse de secours habituelle. *Pour les pratiquants de l'alpinisme (ou si vous possédez ce matériel)* : 1 corde de 40 m (pour 2 personnes), baudrier ; 1 longe dynamique ; quelques mousquetons, sangle. **Forfait de ski pour la journée (Minimum Chamonix Le Pass), assurance, pique-nique.**

#### DATES DES FORMATIONS

Samedi 3 février 2018

#### DEROULEMENT DE LA JOURNEE

8h30 : RDV à l'Office de Haute Montagne (OHM)

8h30 – 9h45 : Présentations. Que mettre dans sa trousse de secours ?

10h00 – 15h30 : Les situations d'urgence en montagne, conduite à tenir et ateliers sur le terrain.

16h00 : Retour à Chamonix

*Suivant les conditions météo, ce programme peut être modifié (plus de temps en salle)*

Groupe de 12 personnes maximum

Encadrement : 1 pisteur secouriste, AMM - moniteur secourisme et 1 guide de haute-montagne - secouriste, formateurs *La Chamoniarde*.

#### MODALITES D'INSCRIPTION

- Uniquement par téléphone : **04.50.53.22.08** ou sur place dans les locaux de l'**OHM**.
- Assurance personnelle couvrant les activités sur pistes et hors-pistes
- Inscription validée à la réception du règlement de 50 euros
- Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures), ne sera pas remboursée.
- Le mauvais temps (sauf exceptionnel) ne peut justifier une annulation (les formations sont maintenues).

*Adresse postale pour l'envoi du règlement :*

*La Chamoniarde, Maison de la Montagne, 190 Place de l'église, 74400 Chamonix.*