

Si vous êtes emporté-e

- Essayez de vous échapper latéralement, lâcher les bâtons, si possible ouvrez les fixations.
- Enclenchez l'équipement de secours si vous en avez un (airbag).
- Tant que la neige est en mouvement, essayez de rester en surface (nager !).
- Avant l'arrêt de l'avalanche, tirez les genoux contre la poitrine et ménagez-vous avec les mains une poche d'air devant le nez et la bouche en tenant les bras devant le visage.

Si vous êtes un rescapé ou témoin d'un accident

*Le sauvetage des ensevelis est une course contre la montre ! Les chances de survie sont bonnes pendant les 15 premières minutes. Ensuite les chances diminuent rapidement. C'est pourquoi **notre section organise régulièrement des cours d'avalanche** qui permettent d'exercer l'ensemble des connaissances à avoir afin d'être efficace en cas d'avalanche.*

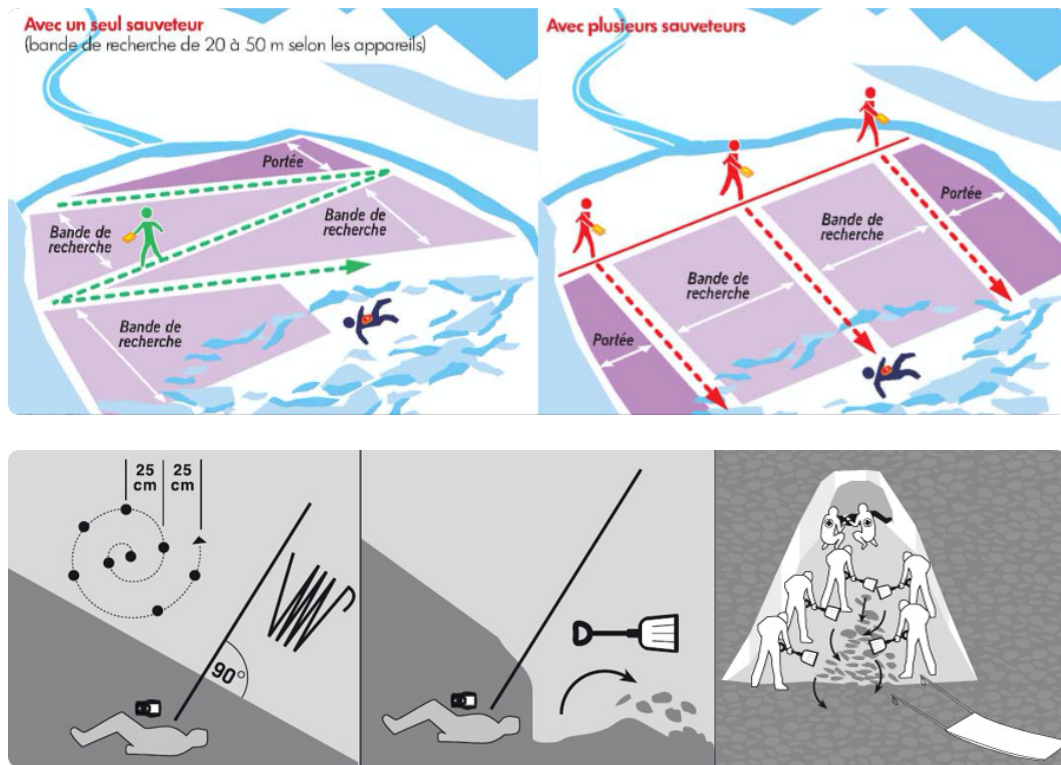
- Observez l'écoulement de l'avalanche et suivez la victime du regard (point de disparition).
- Vérifiez que votre propre sécurité est assurée.
- Faites un point rapide de la situation (zone de recherche, etc).
- Donnez l'alarme (1414 ou application REGA, en Valais 144, téléphone, radio messagers).
- Commencez la recherche par l'ouïe, la vue et à l'aide du ou des **DVA** en position **RECHERCHE** (éteindre les DVA non utilisés).
- Marquer les endroits (drapeau ou **sonde**) où une ou des victimes ont été détectées et si possible une équipe commence immédiatement le creusage par **pelletage**.
- A la fin de la ou des recherches, [repasser les DVA en mode EMISSION](#).

Recherche avec DVA, sonde et technique du pelletage

On distingue **3 phases de recherche** :

- **Recherche du signal**: l'avalanche étant souvent plus large que la portée du DVA, on parcourt rapidement la zone de l'avalanche selon les schémas connus et répétés dans le terrain. Le DVA est tenu horizontalement. Dès qu'un signal est capté, on marque l'endroit et on commence la **recherche grossière**.
- **Recherche grossière**: cette recherche consiste à suivre la flèche à l'écran (qui suit les lignes de champ magnétique) à un rythme constant et sans mouvement brusque. On arrive ainsi jusque'à la victime.
- **Recherche fine**: a partir d'une distance inférieure à 5m, progresser encore plus lentement. Tenir le DVA à hauteur des pieds, cela augmente la précision de la recherche fine. Si la distance augmente à nouveau, la victime est proche ! A ce moment là, on peut procéder à la **recherche orthogonale**. La distance affichée indique la profondeur où se trouve la victime. **L'endroit est marqué** tout de suite et la recherche d'autre victime commence avec le DVA, alors que le sondage commence et permet la localisation précise de la victime. **Le dégagement** de la victime débute immédiatement selon la technique en V, soit à partir de la pointe de la sonde.

**Il n'est pas difficile de creuser un trou dans la neige,
mais de le faire rapidement !
Car la neige accumulée se transforme en béton !**



Premiers secours

- Selon BLS (Basic Life Support) : contrôler les fonctions vitales (tête, thorax, voies aériennes libérées, **réanimation** immédiate si pas de signe de vie).
- Préserver tout refroidissement de la victime.
- Surveiller constamment la victime.

Donner l'alarme

Lors de l'appel à la REGA 1414 ou 144 pour le Valais, indiquer :

- Où s'est produit l'accident ?
- Qui appelle ? (nom, numéro de téléphone, **position**)
- Que s'est-il passé ?
- Quand s'est produit l'accident ?
- Combien de personnes sont entièrement ensevelies ? Combien de rescapés ?
- Météo sur le lieu de l'accident ?
- Donner les raisons de l'intervention (ensevelissement, médicales, topographiques)

A l'approche de l'hélicoptère :

- Préparer une surface horizontale de 6x6m et zone sans obstacles (arbres, câbles, etc...) de 25x25m.
- Une personne doit se tenir au bord de la place, dos au vent, les deux bras levés. Les autres personnes se tiennent à au moins 20m de la place.
- Ne pas laisser traîner des objets (vêtements, sacs, etc...), ranger les skis, les sondes.
- Se mettre à genoux et ne pas bouger.
- Contact visuel avec le pilote.
- Laisser l'équipage faire son travail... aide à leur demande.