

Généralités

Les sorties à ski de randonnée nécessitent, à part une dose d'expérience, une préparation minutieuse en raison notamment du danger d'avalanches. Aujourd'hui, la digitalisation apporte une aide précieuse à la préparation d'une course. Il est bien loin le temps où il fallait appeler un répondeur pour avoir la météo, et pourtant ce n'est pas si vieux, je l'ai vécu !

Pour toutes les activités hivernales, le danger d'avalanche est omniprésent et il n'est pas calculable malgré les progrès récents de la science de la neige et des avalanches. Le thème des avalanches sera traité plus en détail dans « [Sécurité!](#) ».

Quelques données et conseils pour votre sécurité

Une avalanche de neige est d'abord un phénomène physique dû à une rupture du manteau neigeux sur une pente. Elle constitue un danger naturel. Mais cette définition ne doit pas nous faire oublier que près de 90% des randonneurs, freeriders ou adeptes de la raquette, ensevelis dans une avalanche, l'ont eux-mêmes déclenchée.

D'une part, une bonne préparation, une évaluation attentive du danger et un comportement adapté permettraient d'éviter une grande partie de la centaine d'accidents enregistrés chaque année en Suisse.

D'autre part, une connaissance aussi approfondie que possible de la neige, des risques d'avalanche, de leur mode de déclenchement, et des stratégies à adopter est nécessaire pour conduire une course. A cet égard, l'Institut pour la neige et les avalanches SLF à Davos renseigne sur les avalanches en général ainsi que sur les types et facteurs reconnus dans la formation des avalanches. Le site du SLF publie, deux fois par jour, un bulletin actualisé avec une évaluation du risque sur une échelle de 1 à 5. A noter que la consultation attentive de ce bulletin est importante en cas d'accident avec des suites judiciaires. Toutefois, ce danger est assez variable d'un secteur à un autre, c'est pourquoi il est plus qu'utile de se renseigner sur les conditions locales auprès d'un bureau de guides ou des installations mécaniques.

Posséder un matériel sûr et de qualité est aussi important. Le détecteur de victimes d'avalanche DVA, la pelle et la sonde constituent l'équipement standard obligatoire. Il est recommandé de s'équiper d'un DVA moderne à trois antennes, avec lequel même un utilisateur peu expérimenté, mais tout de même formé à son utilisation, pourra facilement retrouver une personne ensevelie.

Par ailleurs, l'airbag, utilisé en freeride, s'il ne préserve pas de l'accident, réduit le risque d'un ensevelissement total ou partiel et augmente quelque peu les chances de survie.

Enfin, dans le sac à dos, on aura toujours, à part les peaux, les couteaux, une pharmacie de secours, son téléphone portable (est-il nécessaire de la préciser ?) ou une radio de groupe, matériel d'orientation, des lunettes de glacier, des habits chauds, de la crème solaire. Une liste du matériel figure sur notre site sous « [Liste de matériel](#) ».

Durant la randonnée, il faut constamment réévaluer l'évolution des conditions en tenant compte de l'heure et la météo (changements, réchauffement diurne), le comportement du groupe (signes de fatigue, horaire, pauses). Acquérir ce savoir, c'est se donner les moyens d'adapter si nécessaire sa route pour minimiser les risques.

Organisation et conduite d'une randonnée à ski

Avant la course (dans le cadre de la préparation et de la planification de la course)

- Prendre en compte la compétence des membres et le nombre des membres du groupe prévu.
- Choisir une course adaptée (itinéraire, difficulté, durée, horaire, taille du groupe).
- Etudier les déclivités, les passages clés, l'exposition, les altitudes, les zones de tranquillité, etc...
- Contrôler le risque d'avalanche à l'aide de la méthode **STA**, de la méthode **MRG** et établir la grille **3X3** pour l'évaluation et la prise de décision.
- Envisager un itinéraire B (défensif).
- Examiner à temps le bulletin d'avalanche et la météo.
- S'informer sur l'enneigement local, l'itinéraire.

Au départ

- Informer le groupe et l'organiser.
- Contrôler le matériel (DVA, pelle, sonde, év. matériel de sécurité, couteaux, portable, GPS + batterie, carte, boussole, altimètre, protection solaire et contre le froid, etc...).
- Clarifier les responsabilités et les attentes des participants.

Pendant la course

- Examiner le manteau neigeux, qualité de la neige, neige soufflée (**danger**), chercher les signes d'alarme « Woum », réaliser des tests.
- Tenir compte d'un éventuel changement de température, ensoleillement.
- Examiner le relief en amont surtout (pentes homogènes, rochers), pentes sup. à 30°.
- Trace existante ou non, nombreuses traces de descente (**danger diminué**), corniches.
- Les ordres donnés (distances de sécurité, changement d'itinéraire, retour en raison des conditions, etc...) doivent être entendus et respectés par tous les participants.
- Les indications ci-dessus figurent avec des détails supplémentaires sur le dépliant «ATTENTION AVALANCHES !» que vous pouvez commander à l'adresse : www.slf.ch/kat

Réduction du risque

- Si possible contourner les accumulations de neige soufflée récente.
- En terrain raide et inconnu : demi-tour par brouillard.
- Eviter la partie la plus raide d'une pente.

Facteur humain

- Passages clés : un à un.
- Fixer un corridor de descente.
- Arrêts aux endroits sûrs.
- Conduite et communication claire du groupe.

A noter que la plupart des points ci-dessus pourront intervenir devant la justice en cas d'accident.