



A Objectifs

- Connaître son équipement
- Comprendre le bulletin d'avalanche
- Comprendre le port et le fonctionnement de son DVA
- Avoir été sensibilisé aux dangers hivernaux principaux (avalanches, froid, dangers météorologiques, corniches, désorientation, chutes...)
- Avoir été introduit au 3x3
- Comprendre les 4 situations avalancheuses typiques et savoir répondre à la question: « Quel est le danger principal aujourd'hui? »
- Avoir compris les mesures générales de réduction du risque (« Safer Six »)
- Savoir réaliser un sauvetage simple

D Évaluation initiale

Le but de ce questionnaire succinct (réponses par oral ou écrit) est de te permettre de rentrer dans le processus d'apprentissage de ce module. Il est personnel et sert à évaluer tes connaissances initiales.

Assure-toi qu'à la fin du module tu puisses facilement répondre à ces évaluations.

1. Qui es-tu et quelles sont tes attentes ?
2. Quel matériel de sécurité emportes-tu lors d'une sortie en hiver ?
3. Que sais-tu du danger d'avalanche d'aujourd'hui ?
4. Quels sont les dangers auxquels tu t'exposes en dehors du domaine sécurisé ?
5. Que fais-tu en cas d'accident d'avalanche ?

B Prérequis

Pas de prérequis

C Matériel

- Habits chauds
- Équipement complet de sport de neige
- Sac à dos (éventuellement sac Airbag)
- Détecteur de victime d'avalanches (DVA 3 antennes + fonction de marquage), sonde, pelle
- Papier – crayon
- Selon le programme, petit snack et boisson chaude

E Certification

Au terme de ta formation, tu reçois une certification de formation au format « carte de crédit ».

Ta biographie de formation est à jour et consultable en ligne via le site internet www.4000plus.ch/swissmountaintraining.

Attention: La pratique des activités en montagne peut t'exposer à des risques majeurs. Nous te recommandons de souscrire une assurance accident incluant le secours en montagne.

La formation que tu as suivie est conforme aux standards de qualité et de sécurité des guides de montagne suisses. Cette certification est une étape dans ton cursus de formation et une invitation à te perfectionner.

Ne t'arrête pas en si bon chemin, avant de t'inscrire au module suivant, approfondis tes connaissances grâce au site www.whiterisk.ch (« Explore », chapitre « Les Bases », gratuit).

Nous te remercions pour ta participation et te souhaitons de passer de magnifiques moments en montagne sans accident.

