



WE INITIATION à LA SURVIE EN HAUTE MONTAGNE ETE 2020

OBJECTIF : Apprendre à organiser un bivouac improvisé en haute montagne. Gérer le matériel de sécurité habituel et présentation d'outils spécifiques.

PREREQUIS : être âgé de plus de 18 ans. Avoir une expérience en alpinisme glaciaire.

Groupe de 6 personnes

Encadrement : guides de haute montagne, formateur *La Chamoniarde*

DEROULEMENT DE LA JOURNÉE

Jour 1 :

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

8h30 - 9h00 : Présentations - vérification du matériel et départ vers le site. Consignes liées aux restrictions sanitaires.

9h30 - 12h30 : Déplacement vers le site de bivouac. Modes d'encordements en terrain glaciaire. Marche encordée.

12h50 - 13h30 : pique-nique sur le site

13h30 - 18h00 : constructions d'Igloo, présentation du matériel de fond de sac.

Sensibilisation aux risques liés à la nuit en altitude (œdèmes, gelure, hypothermie...)

Récupération d'eau, utilisation de la neige.

Aspects environnementaux et hygiène

Partage d'expériences

18h00 - ... : préparation du repas du soir et nuit sur place.

Jour 2 :

8h00 : démontage du camp

8h00 – 9h00 : cartographie/présentation de nouveaux outils numériques

9h00 - 12h00 : retour à la voiture

12h00 – 12h30 : débriefing, rappel des points clefs

DATES DE LA FORMATION

Samedi et dimanche 11 et 12 juillet 2020

Samedi et dimanche 18 et 19 juillet 2020

Samedi et dimanche 25 et 26 juillet 2020

MATERIEL INDIVIDUEL INDISPENSABLE :

- Vêtements conformes à une activité en haute montagne
- Baudrier avec mousqueton sécurité de préférence directionnel
- 1 longe dynamique équipée d'un mousqueton de sécurité
- 1 corde dynamique (corde à simple ou à double) de 45m minimum (une corde pour 2 suffira)
- Casque, piolet, crampons

- Chaussures d'alpinisme
- 2 paires de gants minimum
- Lampe frontale

Matériel de sécurité sur glacier :

- 2 broches à glace
- 1 autobloquant « textile » type prussic
- 1 poulie autobloquante (type micro-traction) avec son mousqueton de sécurité
- 1 cordelette de 6 m minimum de diamètre 6mm
- 2 sangles de 120 cm et 2 mousquetons simples
- 2 mousquetons à vis

Matériel de bivouac :

- Pelle démontable (type pelle d'avalanche hiver). Prêt sur place possible
- Tapis de sol
- Sac de couchage
- Ustensiles de cuisine (fourchette, couteau, cuillère, bol)
- Réchaud à gaz avec gamelle métallique (1 réchaud pour 2 possible).
- Nourriture pour 1 pique-nique et 1 repas du soir et de quoi faire un petit déjeuner simple (thé, café, biscuits ...)
- Vêtements chauds type doudoune, bonnets...
- 1 couverture de survie
- Sur-sac de couchage (optionnel)

- fiche santé (consultable sur le site) à remplir le jour de la formation
- assurance couvrant les activités de montagne
- masque type chirurgical ou équivalent
- gel hydroalcoolique

MODALITES D'INSCRIPTION

- Par téléphone : **04.50.53.22.08** ou sur place dans les locaux de l'**OHM**.
(Pas d'inscription par mail)
- Inscription validée à la réception du règlement de 100 euros (hors tarif remontées mécaniques)
- Pas de remboursement pour toute annulation à moins de 4 jours (96 heures). Au-delà, en cas, de blessure/maladie, un certificat médical vous sera demandé.
- La Chamoniarde se réserve le droit d'annuler la journée en cas de conditions défavorables jusqu'à J-1.