



# INITIATION À LA SURVIE EN HAUTE MONTAGNE

**FORMATION  
ÉTÉ 2023**



## OBJECTIFS :

- Pallier à un impondérable qui impose une nuit en extérieur en haute montagne
- Apprendre à organiser un bivouac improvisé, à optimiser son matériel et ses ressources
- Mettre à jour ses connaissances sur la sécurité en terrain glaciaire.

## CONTENU :

- Notions de météorologie et de secourisme
- Techniques de progression et adaptation du type d'encordement en fonction des caractéristiques du terrain (randonnée glaciaire, pente/couloir, arête...)
- Principes d'installation de bivouacs sur vires, trous de neige, confection d'igloos sibériens
- Stratégies en cas d'orages
- Optimisation du matériel, des ressources et outils utiles
- Risques liés à la nuit en altitude

## CONDITIONS D'INSCRIPTION

Être âgé de + de 18 ans.  
Être pratiquant régulier de la haute montagne.

## DURÉE :

- **2 JOURS** groupe de 4 personnes par guide

## PRIX :

**160 €**  
hors remontées mécaniques (une partie des frais pédagogiques est prise en charge par l'association)

## DÉROULEMENT :

- **J1**  
**8H00** : RDV à l'OHM. Parking couvert Saint-Michel situé à proximité (gratuit 1h)  
**9H30** : déplacement vers le site de bivouac (remontées mécaniques + 2 heures de marche)  
**13H30** : Ateliers sur le terrain  
**18H00** : Préparation du repas, nuit sur place

- **J2**  
**7H00** : Démontage du camp  
**8H00-12H30** : Ateliers sur le terrain puis descente et débriefing

## INSCRIPTION :

04 50 53 22 08

Sur place à l'Office de Haute Montagne (Maison de la Montagne à Chamonix)

**Pré-inscription** valable 48h et validée à la réception du règlement (paiement en ligne via la plateforme Helloasso)

## MATÉRIEL

Équipement adapté à la haute montagne (chaussures d'alpinisme, vêtements adéquats..)

Le forfait pourra être acheté directement aux caisses

Assurance couvrant les activités de montagne

## Matériel de sécurité sur glacier :

- Harnais + longe dynamique équipée d'un mousqueton de sécurité unidirectionnel.
- Casque, piolet, crampons
- 2 sangles de 120 cm, 2 mousquetons de sécurité, 1 autobloquant (mécanique ou cordelette), 2 broches à glace, 2 mousquetons simples, 1 poulie autobloquante type mini traction, micro traction ou pro traction avec son mousqueton de sécurité
- 1 corde adaptée à la progression sur glacier de 40 m minimum pour 2 personnes (ou une chacun si personne seule). Si doute : nous contacter
- 1 cordelette de 5m (diamètre 5mm min)

## Matériel de bivouac :

- Pelle démontable (type pelle d'avalanche hiver). Prêt sur place possible
- Tapis de sol
- Sac de couchage mini confort 0°C
- Ustensiles de cuisine (fourchette, couteau, cuillère, bol)
- Réchaud à gaz avec gamelle métallique (1 réchaud pour 2 possible) + briquet
- Nourriture pour 1 pique-nique + 1 repas du soir + 1 petit déjeuner simple (thé, café, biscuits...)
- Vêtements chauds type doudoune, bonnet... 2 paires de gants minimum.
- 1 couverture de survie
- Sur-sac de couchage (optionnel)

## DATES :

- **17 & 18 JUIN**
- **5 & 6 AOÛT**

**Toute annulation à moins de 4 jours (96 heures) ne sera pas remboursée.**  
Les formations sont maintenues en cas de mauvais temps.  
La Chamoniarde se réserve le droit de l'annuler en cas de force majeure.

