

### Au préalable:

- La formation s'adresse aux membres Pyrénéa à jour de leur cotisation et licenciés à la FFME.
- Elle vise à accompagner le pratiquant des activités de montagne dans son cursus pour accéder aux stages d'initiateurs (raquette à neige, ski-alpinisme, alpinisme...) en vue d'un encadrement collectif de personnes au sein de l'association.
- Les thèmes abordés rentrent dans la logique interne propre à l'activité.
- L'alternance des temps théoriques et de terrains apporte une complémentarité dans la formation.

### Niveau des participants:

- Avoir une bonne condition physique (pas celle de Kilian Jornet... mais pouvoir mettre les raquettes ou les skis aux pieds sans être essoufflé!!!)
- Avoir participé à des sorties en milieu hivernal du club en tant que meneur ou autres.

### Objectif de la formation: **Obtention du passeport neige et avalanche FFME**

- Acquérir les bases nécessaires de sécurité, d'autonomie et de logistique collective pour une pratique responsable en milieu hivernal
- Susciter chez le participant une conscience collective de club dans la préparation et la gestion d'une sortie.
- Etre autonome dans la recherche de victime en avalanche (mono et multi victimes) et le déclenchement d'un secours
- Connaitre les situations propices au déclenchement des avalanches.
- Savoir lire un BRA et où trouver les informations relatives au milieu hivernal.
- Maitriser les outils d'aide à la décision.
- Autres.....

### Contenus :

- Je connais l'importance des avalanches sur la pratique et la vie en montagne.
- Je connais le fonctionnement des principaux DVA.
- Je connais les principaux états de la neige et ses transformations physiques.
- Je sais analyser un profil stratigraphique.
- Je connais les principaux types d'avalanche et les causes de leur déclenchement.
- Je sais rechercher plusieurs victimes avec le DVA.
- Je sais organiser et gérer mon groupe lors d'un secours sur une avalanche.
- Je sais me servir d'un outil d'aide à la décision.
- Je connais le fonctionnement de la méthode 3 x 3.
- Je sais choisir ma course en fonction du Bulletin Risque d'Avalanche (BRA)

### Test Connaissances et savoir-faire :

- J'explique les différentes métamorphoses de la neige, et leurs propriétés physiques entrant dans le déclenchement des avalanches, le gradient de température, les différents types de déclenchement possible.
- Je sais mettre toutes les informations dont je dispose pour l'évaluation de la stabilité du manteau neigeux.
- Je sais utiliser un outil d'aide à la décision.
- J'explique le fonctionnement de la méthode 3 par 3.
- Je connais le fonctionnement des principaux Arva du marché.

### Test technique :

- Je réalise une recherche avec Arva : je gère les présents sur le lieu de l'avalanche, j'organise les secours et détecte les victimes en moins de 10 minutes. Je touche à la sonde deux sacs (30l) enfouis à 10m l'un de l'autre sous 80cm de neige, dans un carré de 100m de côté, en partant hors de portée de tout signal.
- Je déneige en un minimum de temps un objet à un mètre de profondeur.
- J'analyse une coupe du manteau neigeux, et identifie les cristaux caractéristiques.
- J'identifie les terrains propices aux différents types d'avalanche.
- Je suis capable de prendre les renseignements auprès des services concernés et de les analyser en vue de la sortie projetée.

Programme : **Attention la présence de chacun à toutes les sessions est obligatoire.**

**Jeudis 13 et 20 novembre** au regard de l'état d'avancement du groupe

**Jeudi 13 novembre RDV 18h30 au CDNP** (la salle sera marquée sur l'écran d'accueil).

Matériel pour la prise de note-clé usb- bonne humeur

- Prise de contact
- Discussion libre et retour d'expérience de chacun au sein du club en tant que meneur, participant, autre...
- Présentation complémentaire et rappel sur la formation
- Projection : préparation d'une sortie- les éléments à prendre en compte
- Le facteur humain- pour une approche comportementale de l'activité- rentrer dans une perception collective de groupe (Le meneur-le groupe-les autres)
- Remise du livret pédagogique FFME « les fiches neige et avalanche – rédacteur François Sivardière » à chaque participant.

**Jeudi 20 novembre RDV 18h30 au CDNP** (la salle sera marquée sur l'écran d'accueil).

Matériel pour la prise de note-clé usb- bonne humeur- fond de sac

- Prise de contact- Questions/réponses (au regard des thèmes abordés le jeudi précédent)
- Le fond de sac (apporter son sac et le triptyque DVA, Pelle, sonde)- Echanges – Trucs et astuces de chacun.
- Nivologie – première sensibilisation à la métamorphose de la neige – les situations propices au déclenchement des avalanches.
- En cas d'accident.

**Samedi 29 novembre à la FAC de Pau Amphi 300 Journée sécurité neige et avalanche**

**Pré-inscription individuelle obligatoire directement auprès de l'organisateur local**

Intervenants : Anena- PGHM-Météo France- CAF- FFME

**Dimanche 30 novembre : Sortie terrain**

Matériel (spécifié le jeudi 20 novembre) : fond de sac, ski de rando + peaux de phoques, raquettes à neige

- Matinée : en petits groupes  
Exercices individuels et collectifs de recherche en avalanche  
Lecture de paysage  
Coupe stratigraphique du manteau neigeux
- Après-midi : Tests passeport

Amicalement JB

Jean-Baptiste Goemare

Chargé en Développement Sportif Territorial

CD 64 FFME