

En sports alpins,  
la sécurité est primordiale.  
En cas d'accident,  
chacun doit connaître  
le geste qui sauve !

Alpinistes novices ou chevronnés  
Grimpeurs sportifs  
Randonneurs  
Skieurs de randonnée  
Guides de montagne  
Professionnels et  
partenaires du sauvetage  
Spéléologues  
Scouts, etc

## ce cours vous concerne tous !

Il est ouvert à toutes personnes intéressées,  
membres ou non du CAS, âge minimum 18 ans.

L'enseignement est dispensé en français.

La finance de Fr. 130.- (versée à l'inscription)  
comprend l'enseignement, les repas et la nuitée.  
Pour les personnes domiciliées à l'étranger,  
paiement sur place (en francs suisses, CHF).

Pour des raisons techniques, le nombre  
des participants est limité, selon l'ordre d'arrivée  
des inscriptions (le paiement de la finance  
faisant foi).

Un programme constamment mis à jour permet  
à chacun de bénéficier d'un enseignement  
actuel et adapté à ses capacités.

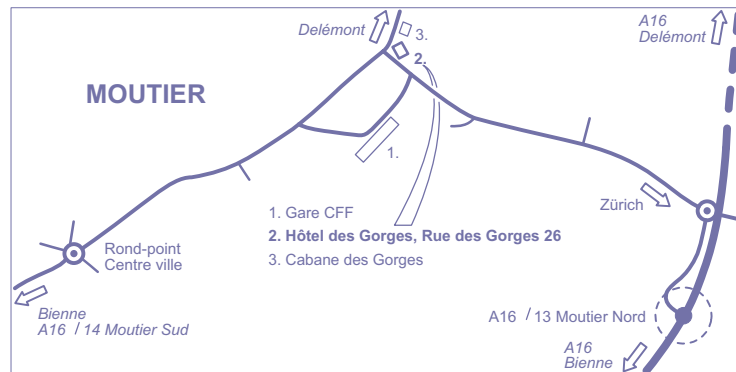
Les groupes sont aux mains de moniteurs  
expérimentés, ce qui permet à chacun de se  
familiariser avec les divers moyens techniques  
modernes. Une attestation est remise à la fin  
du cours.

Une équipe de cuisine efficace et dévouée pourvoit  
à la subsistance dans le terrain et à l'hébergement.

Ce sont plus de trente personnes bénévoles qui  
veillent au bon déroulement du cours.

# PROGRAMME GÉNÉRAL

Plan pour le rendez-vous du début du cours



RD 04.2023

### Samedi 28 septembre 2024

8h00	Contrôle obligatoire des présences à l'intérieur de l'Hôtel des Gorges, rue des Gorges 26, 2740 Moutier, (voir plan)
8h30	Départ sur les lieux du cours
9h00	Début du cours
12h00	Repas sur place, préparé par le cours
13h00	Suite du cours
17h00	Démonstration, problématique des chocs
18h30	Déplacement sur le lieu d'hébergement
19h30	Souper, préparé par le cours

### Dimanche 29 septembre 2024

6h00	Réveil, petit déjeuner préparé par le cours et déplacement sur les lieux du cours
8h00	Suite du cours
12h00	Repas sur place, préparé par le cours
13h00	Suite du cours
17h00	Clôture du cours

### IMPORTANT

#### Equipement personnel:

Pour le cours, chaque participant sera en possession de son matériel utilisé en escalade ou alpinisme.

#### Equipement personnel indispensable:

- 1 baudrier
- 1 cordelette Ø 6 mm, long. 5 m
- 2 anneaux de cordelette
- 2 anneaux de sangle
- 3 mousquetons à vis
- 1 casque
- 1 corde à simple, min. 40 m
- 1 assureur-descendeur
- 1 sac de couchage
- des habits chauds
- chaussures de randonnée au minimum
- 1 gobelet pour boisson

# 59<sup>e</sup> COURS DE SÉCURITÉ ET SAUVETAGE EN MONTAGNE



Avec le soutien de



secoursalpinsuisse

PETZL

Nomi-Sports

28 et 29 septembre 2024  
Poste de secours du Raimeux  
Section prévôtoise du CAS

# ALPINISME CONVENTIONNEL

Basse montagne,  
haute montagne, glacier

## Sécurité en alpinisme conventionnel

- Nœuds, autobloquants, blocage après la chute, encordement, amarrage
- Technique de corde et assurage
- Assurage d'une chute
- Descente en rappel

## Sauvetage en alpinisme conventionnel

- Moufles avec ou sans l'aide du blessé
- Techniques de remontée d'un blessé
- Techniques de descente d'un blessé (glacier et falaises)
- Rallongement de la corde

## Théories communes à tous

- Problématique des chocs et démonstration
- Matériel
- Médicale (pratique en premiers secours)

# ESCALADE SPORTIVE

Falaise, salle

## Sécurité en escalade sportive

- Nœuds, autobloquants, blocage après la chute, encordement, amarrage
- Technique de corde et assurage
- Assurage d'une chute
- Chute contrôlée
- Progression en paroi escalade sportive
- Descente en rappel

## Sauvetage en escalade sportive

- Moufles avec ou sans l'aide du blessé
- Techniques de remontée d'un blessé
- Techniques de descente d'un blessé
- Rallongement de la corde

## Théories communes à tous

- Problématique des chocs et démonstration
- Matériel
- Médicale (pratique en premiers secours)

# COLONNE DE SECOURS GUIDES DE MONTAGNE PROFESSIONNELS ET PARTENAIRES DU SAUVETAGE

## Simulation et gestion d'un sauvetage

- Gestion de l'équipe
- Organisation des moyens

## Sauvetage avec moyens improvisés

- Autobloquants, amarrage
- Descente et remontée d'un blessé
- Passage des nœuds dans le frein, avec corde simple ou double
- Différentes techniques de moufles.

## Théories communes à tous

- Problématique des chocs et démonstration
- Matériel
- Médicale (pratique en premiers secours)



### IMPORTANT

#### INSCRIPTIONS

**Veillez vous inscrire rapidement en ligne car les places sont limitées. Suite à l'inscription, la participation au cours est validée uniquement à la réception de la finance d'inscription de Fr. 130.- (pour les personnes domiciliées à l'étranger, paiement en CHF sur place).**

En cas de non-participation avisée jusqu'à 10 jours avant le début du cours, remboursement avec 10% de frais. Aucun remboursement pour un désistement plus tardif. **Le cours a lieu par n'importe quel temps.**

#### ASSURANCE

Le Poste de Secours décline toute responsabilité en cas d'accident. Les participants doivent être au bénéfice d'une assurance accident individuelle.

#### RENSEIGNEMENTS

##### Responsable du cours

Julien Ryf, +41 (0)79 745 84 20,  
e-mail: [cours.sauvetage.moutier@gmail.com](mailto:cours.sauvetage.moutier@gmail.com)

#### INSCRIPTIONS EN LIGNE

Accès sur le site [www.cas-prevotoise.ch](http://www.cas-prevotoise.ch) → Activités → Cours de sauvetage 2024



SCAN ME