

Premier secours en montagne et milieux isolés by Secouri'cimes



Qualiopi
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
Action de formation

Robert BOUR, formateur du CFAM , organisme certifié
« Qualiopi »

Alpinisme et secours niveau 1



A la découverte du monde d'en haut ...

Vous souhaitez découvrir la pratique de l'alpinisme et des premiers secours en haute montagne.

Ces deux journées vous permettront d'appréhender le matériel et les techniques de base afin de pratiquer en toute sécurité lors de vos premiers pas en alpinisme.

Vous apprendrez également à gérer une situation d'urgence où la mise en œuvre des gestes de premiers secours est nécessaire.

C'est parti pour une marche d'approche jusqu'au refuge.



Au cours de cette formation, vous apprendrez à identifier et à vous servir du matériel de progression et de sécurité en haute montagne (matériel technique ...)

Vos formateurs

Jean-Jacques Malineau

Jean-Jacques est un expert de la haute montagne, son expérience est riche d'anecdotes qu'il ne manquera pas de partager. Parle nous de toi ...

« Je suis un ancien secouriste du PGHM de Chamonix ; Je suis guide de haute-montagne et pisteur secouriste. Je vais prendre plaisir de partager avec vous mon vécu et mon expérience au travers de nombreuses anecdotes. »



Robert Bour

Initiateur de ski-alpinisme au Club Alpin Français, ancien gendarme des unités de haute montagne, formateur de premiers secours en montagne et milieux isolés. Qui es-tu ? ...

« Je pratique de nombreuses activités outdoor, en montagne et en milieux isolés. Aujourd'hui je mets à profit mon expérience et mes compétences de formateur de premiers secours en montagne pour les partager avec VOUS. »



Programme de la formation

Alpinisme

Comment s'habiller en montagne

Quoi emporter dans votre sac à dos et comment le ranger

Savoir utiliser le matériel technique (corde, crampons, piolets etc ...)

Apprentissage de la progression en terrain divers de haute altitude (névés, glaciers, rocher ...)

Premiers secours en montagne

La montagne est un milieu isolé. Le temps d'intervention des secours professionnels est possiblement long. Cette attente doit être mise à profit pour empêcher l'aggravation de l'état de la victime.

Vous apprendrez donc des gestes et postures simples mais efficaces pour gérer une situation d'accident en milieu alpin.

Les points forts de la formation

Expertise

Vous serez encadrés par deux formateurs spécialisés chacun dans leur domaine de compétences.

Apprentissage

L'acquisition des compétences se fait par la pratique et l'expérimentation. Des exercices de mise en situation de secours favoriseront la mémorisation des techniques les plus efficaces.

Environnement

Ces deux journées se déroulent en immersion complète dans le milieu de la haute montagne dans des conditions météorologiques et de terrain variés.



Les questions que je me pose

- La montagne et moi
 - Je connais la montagne
 - J'y habite
 - J'y vais en vacances
 - Je l'ai vue à la télé
 - Mon niveau physique
 - Je pratique des activités sportives plusieurs fois par semaine
 - Une fois par semaine
 - Une fois de temps en tant
 - Je regarde les jeux olympiques à la télé (ships, bière)
 - Mon niveau technique
 - J'ai déjà progressé une ou deux fois sur un glacier, encordé
 - J'ai déjà fait de l'escalade une ou deux fois en haute montagne
 - J'ai déjà fait de l'escalade en couenne
 - J'ai déjà fait de l'escalade en salle
 - J'ai vu des tutos sur youtube
- Mon équipement
 - J'ai tout mon matériel, je suis équipé comme un porte-avion

- J'ai des chaussures d'alpi à semelles rigides, casque, baudrier, corde
- J'ai des chaussures de montagne et un sac à dos de randonnée
- Je suis équipé comme l'as de pique (baskets, short, t-shirt)

Bien qu'il n'y ai pas de pré-requis pour suivre cette formation, les réponses sont à porter à notre connaissance pour mieux évaluer vos capacités afin d'adapter cette formation à votre niveau.

Alors, prêt pour l'aventure ?



Organisation de la formation

Nombre de participants

Afin de garantir une formation de qualité, le nombre de participants est limité à 5 stagiaires par formateur.

Temps et horaires

La formation Alpinisme et secours de niveau 1 se déroule sur deux jours dont une nuit passée en refuge gardé de montagne (durant la période de gardiennage), en immersion dans le milieu alpin. Elle débute vers 9 heures le premier jour.

Le premier jour, la formation s'achève vers 18 heures environ.

Le second jour, le petit déjeuner est servi à 6 heures 00 pour reprendre la formation vers 7 heures environ.

La formation s'achève vers 17 heures environ.

Informations complémentaires

En refuge gardé

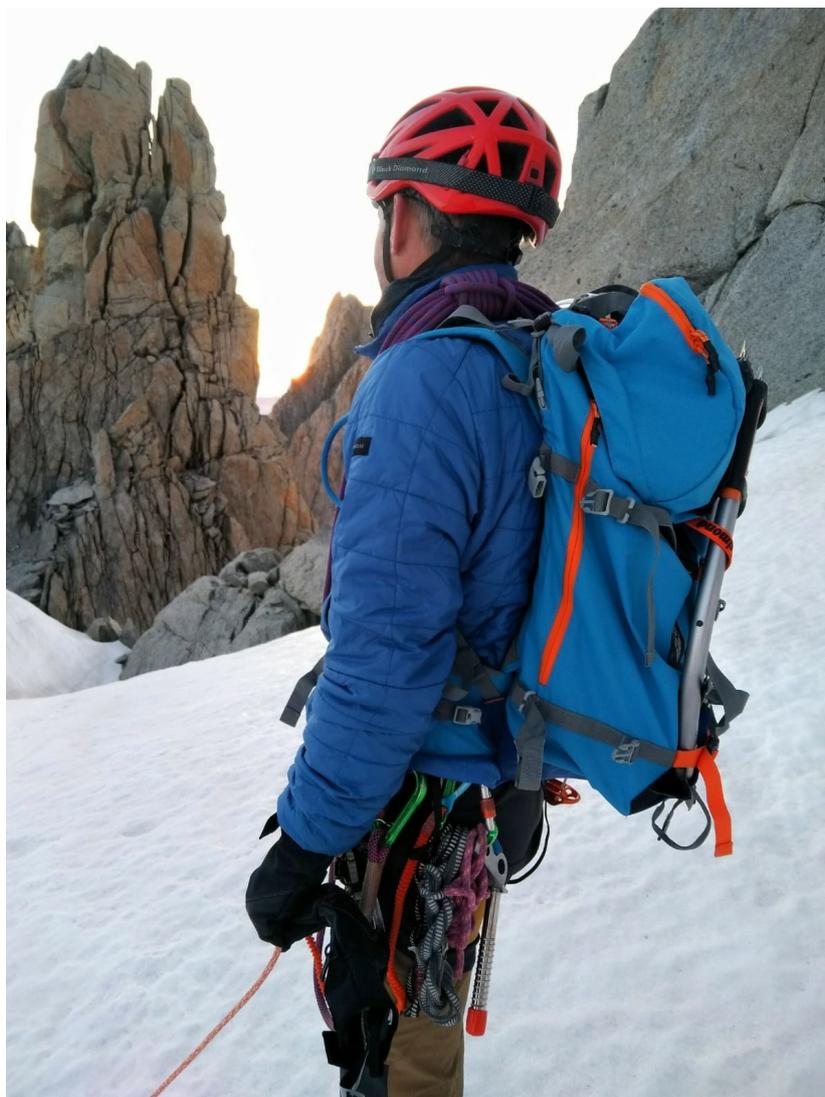
Prévoyez les repas de midi pour les deux jours. Le repas du soir est pris au refuge en formule demi-pension (refuge gardé) qui comprend également le petit déjeuner du second jour. Le prix du refuge en demi-pension est d'environ 50 euros, à régler sur place au gardien.

En refuge non gardé

La formation pourra se dérouler dans un refuge ouvert mais non gardé.

La nuitée se passe en dortoir ou chambres communes plus ou moins grandes avec des sanitaires communs.

Chacun doit prévoir et emporter ses repas.



Lieu de formation

Elle se déroule généralement en Savoie, au pieds des glaciers et hautes montagnes. En fonction des dates retenues nous choisirons le site le mieux adapté en fonction des conditions de la montagne (enneigement, état des glaciers, accessibilité ...)

Assurance et responsabilités

- Secouri'cimes ne saurait se substituer à la responsabilité civile individuelle de chacun.
- Il est donc indispensable de posséder une assurance en responsabilité civile pour participer à nos sorties ou stages de formation.
- Il est obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement,

recherche et secours.

- Il appartient au participant de vérifier, au préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.



Closes d'annulation

- En cas d'annulation de votre part votre acompte est conservé en vue de la programmation d'une date ultérieure.
- En cas d'annulation du fait des encadrants ou d'un cas de force majeure indépendant des organisateurs, les sommes encaissées seront entièrement remboursées ou avec votre accord, une date ultérieure sera programmée.

Contact

Secouri'cimes pôle Savoie Mont-Blanc

Robert BOUR, formateur de premiers secours en montagne et milieux isolés

4689 route de Plainpalais

73340 Saint-François-De-Sales

0617720227

mail : secouri-cimes@orange.fr

Groupe Facebook : « Premiers secours en montagne pôle Savoie Mont-Blanc »



SAVOIE MONT BLANC

Nos partenaires

Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne (FFCAM)



Centre de Formation des Accompagnateurs en Montagne (CFAM)



Au plaisir de partager avec vous, Jean-Jacques et Robert.



Robert BOUR : Certificat de compétence de formateur PAE FPSC -73 – N°2021/069 délivré par le préfet de Savoie.

N° SIRET 893 241836 00012

Jean-Jacques MALINEAU : Guide de Haute Montagne Diplôme N° 38/99 0525 délivré le 28.09.1999

N° SIRET : 44199268200035