

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 »



Pourquoi une formation de premiers secours en montagne ?

La montagne c'est magnifique mais ce n'est pas un parc d'attraction. Tout ce qui ailleurs (en ville ou à Waliby Stroupf) est bien sécurisé ne l'est pas dans la nature. Et par sa nature propre, la montagne est plutôt hostile. Tout ce qui est en haut doit forcément descendre un moment ou un autre, c'est la loi de la gravité (chutes de pierres, d'avalanches, de personnes aussi ...) et il n'y a pas que ça.



S'il arrive une tuile (un accident), on se retrouve souvent seul, isolés et ceux qui nous accompagnent sont rarement formés aux gestes qui sauvent. Ça peut vite devenir très compliqué... Very very compliqué !

Si on n'arrive pas à joindre les secours, en attendant qu'ils se pointent, c'est toi le toubib et crois moi, tu ne vas pas t'ennuyer. Tu vas te retrousser les manches et mettre les mains dans le cambouis.



Conscience ...

Se préparer, anticiper, appréhender le milieu, se former pour être prêt au cas où.

En ville, on est bien entouré ; un numéro d'immeuble, un nom de rue, un réseau 5G, c'est un milieu aseptisé. Tu appelles le 15 (SAMU), tu indiques ton adresse et 5 minutes après tu as les pompiers qui déboulent toutes sirènes hurlantes.

En montagne, tu es seul, le pompier c'est toi; alors tu vas savoir faire ? Garder ton sang froid ? Prendre les bonnes décisions ?



Nous autres montagnards sommes les premiers maillons de la chaîne des secours, lorsqu'un accident survient.

Évoluer en montagne, c'est s'exposer aux risques du milieu. Une chute dans une pente raide, une pierre qui nous percute ou plus simplement une entorse; autant de risques qu'il faut anticiper en se préparant à agir.

C'est pourquoi, avec l'aide d'un matériel pédagogique adapté (mannequin de secourisme, prothèses simulant des blessures, trousse de secours ...) tu apprendras à gérer une situation d'urgence pour éviter l'aggravation de l'état de la victime.



La gestion de l'isolement

Pas de réseau téléphonique, pour appeler le SAMU, tu peux te brosser ...

C'est quoi le numéro déjà ???

C'est « *démerde toi comme tu peux !* »

Et ne perdons pas de vue qu'en montagne, les secours mettront beaucoup plus de temps à intervenir qu'en ville, c'est pourquoi la maîtrise des gestes qui sauvent est primordiale.

Mais alors on fait comment ?? Il se met à neiger, le brouillard ...

On y voit plus à dix mètres, il est par où le refuge ??

J'ai froid, j'ai pas pris de vêtements de rechange ni de quoi manger. Je pensais pas que ça allait m'arriver.

Y va bientôt faire nuit ... On fait quoi maintenant !!!?? ... Pouhaaaa la cata !!!



Action ...

Agir, c'est se former aux gestes qui sauvent dans les pires situations.
Eh oui, la montagne c'est pas Disney Land. C'est pour ça qu'on a créé Secouri'cimes ; pour se former et être prêt à intervenir le jour « J » ...
On s'est dit qu'on ne pouvait pas uniquement se reposer sur les pros.
S'ils ne peuvent pas intervenir, on fait quoi, on prie, on fait un barbecue ???
Alors on a décidé d'agir ... Ensemble.



Le risque d'aggraver les blessures d'une victime est important ... Il y a des choses à faire qui sont bien plus efficaces que des nœuds au cerveau.
Se sécuriser en se protégeant du froid, des intempéries, d'une chute...
Alerter ou faire alerter les secours, rassurer la victime etc ...
Du bon sens et des gestes simples mais efficaces feront de toi un bon secouriste.

Du plus simple au plus compliqué

Cette formation n'impose pas de pré-requis. Il n'est pas nécessaire d'avoir au préalable, des compétences particulières en matière de premiers secours. Juste la conscience qu'un accident n'arrive pas qu'aux autres et la volonté d'apprendre.

On parle de gestes qui sauvent à mettre en œuvre pour empêcher l'aggravation de l'état de la victime. Cela peut-être une hémorragie qu'il faut stopper sans délai, confectionner une atèle de fortune pour immobiliser une fracture, savoir reconnaître une inconscience ou encore faire un massage cardiaque. Et tout ça dans un environnement compliqué.



Suggestion des thèmes abordés

- Traitements par symptômes
- Réduire les risques
- La chaîne des secours
- Les hémorragies
- Les traumatismes
- Les gestes qui sauvent
- La trousse de secours
- Les moyens de communication dans le groupe (talkie-walkie)
- La gestion de groupe

Organisation de la formation

Temps et horaires

Une formation spécifique aux premiers secours en montagne se déroule généralement sur deux jours, en immersion dans le milieu montagne, avec une nuitée commune en refuge.

Lieu de formation

Nous le choisissons ensemble en fonction de votre connaissance des possibilités d'hébergement d'altitude (refuges de montagne, gîtes etc ...) ou de nos suggestions. De préférence accessible en voiture pour faciliter l'acheminement de du matériel pédagogique.

La formation se déroule ensuite aux alentours directs du lieu d'hébergement pour favoriser le repli en cas d'intempéries.



Informations diverses

Votre formateur

Robert Bour, 57 ans, initiateur de ski-alpinisme, ancien gendarme des unités de haute montagne, formateur de premiers secours diplômé d'état, possède une longue expérience de la montagne et des milieux polaires arctiques.



Assurance et responsabilités

- Secouristes 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 diplômé d'état
4689 route de Plainpalais
73340 Saint-François-De-Sales
0617720227

mail : secouri-cimes@orange.fr

Groupe Facebook : « Premiers secours en montagne »



Nos partenaires

CFAM (Centre de formation des accompagnateurs en montagnes



FFCAM (Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne)



Au plaisir de partager avec vous, Robert.



Certificat de compétence de formateur PAE FPSC -73 – N°2021/069 délivré par le préfet de Savoie.
N° SIRET 893 241836 00012 -
Banque 14707 – Guichet 00065 – Compte
30119245584 – Clé RIB 58 – Ligny En Barrois – IBAN FR76 1470 7000 6530 1192 4558 458
BIC : CCBPFRPPMTZ