



# ALPINISME

## Recommandations pour la pratique et l'encadrement des activités d'alpinisme



---

**Adopté par le comité directeur de juin 2008**

---

## Sommaire

<b><u>Fiche 1</u></b> : à usage des Présidents, des encadrants et des pratiquants .....	3
<b><i>Principes conditionnant l'encadrement des activités d'alpinisme</i></b>	
<b><u>Fiche 2</u></b> : à usage des encadrants et des pratiquants .....	4
<b><i>Recommandations pratiques pour les courses d'alpinisme</i></b>	
<b><u>Fiche 3</u></b> : à usage des encadrants .....	5
<b><i>L'évaluation des risques dans l'organisation et la conduite des courses d'alpinisme</i></b>	
Fiche d'aide à la décision .....	6
Commentaires sur l'appréciation des risques.....	8

## Principes conditionnant l'encadrement des activités d'alpinisme

### Caractéristiques de l'alpinisme

L'alpinisme est une discipline à caractère sportif. Son but est de réussir des ascensions par des itinéraires plus ou moins difficiles et présentant des dangers inhérents au milieu spécifique de la montagne. La difficulté de l'itinéraire, les capacités des pratiquants et les dangers (souvent aléatoires) sont très variables selon les saisons, les jours, les heures, les personnes ...

L'alpinisme exige donc une appréciation permanente des capacités de chacun, et de l'importance des risques encourus.

### La gestion des risques dans la pratique associative

Le but des pratiques associatives n'est pas d'emmenant des adhérents en montagne, comme le font les guides emmenant leurs clients, mais de former des alpinistes autonomes et responsables, capables de réaliser des ascensions par eux-mêmes en évaluant les risques en permanence et au delà, de leur permettre de devenir à leur tour des formateurs. Ce renouvellement de l'encadrement est indispensable pour que l'association puisse poursuivre durablement son objectif d'initiation et de formation à l'alpinisme.

Un tel objectif ne peut être atteint qu'en développant chez les participants la capacité d'appréciation des risques encourus dans les ascensions et la capacité à prendre les décisions appropriées. Ainsi il est souhaitable qu'un débutant occupe, s'il l'admet, une position de premier de cordée, dès lors qu'il a suivi une formation permettant l'acquisition des techniques de base.

La sécurité résultera davantage du choix d'un itinéraire de difficulté adaptée aux capacités des participants, plutôt que du maintien des moins expérimentés en position de second ou d'une proportion donnée d'encadrants par rapport au nombre de participants.

Chaque ascension, aboutie ou non, est l'occasion d'améliorer sa connaissance du milieu et sa maîtrise technique. Définir des critères autorisant une pratique en premier de cordée serait non seulement inefficace pour atteindre le but visé, mais risquerait de produire l'effet inverse, en accréditant l'idée que la sécurité recherchée résulterait du respect d'une norme, alors qu'elle est d'abord dans la vigilance permanente de chacun.

### Les responsabilités de l'association et de l'encadrant

La responsabilité du club est de s'assurer que l'encadrant a les compétences requises pour animer l'activité inscrite au programme d'alpinisme et d'en désigner le responsable de sortie, lorsqu'il y a plusieurs encadrants.

Le responsable a l'entière responsabilité du nombre de participants, de l'organisation des cordées et de l'adaptation de l'activité aux conditions rencontrées et aux capacités effectives des participants. Il devra s'assurer que ceux-ci ont **acquis les techniques de base**, les **informer** sur les difficultés attendues et les **conseiller** sur le choix de l'équipement à emporter ou des techniques à mettre en oeuvre, les **surveiller** au cours de l'activité et intervenir, si nécessaire.

Pour cela la position de l'encadrant la plus favorable n'est pas nécessairement en tête du groupe ou de cordée, et la détermination du nombre de participants et de cordées dans le groupe dépendra des aptitudes des participants, de la configuration du terrain, et des facilités de surveillance et d'intervention éventuelle.

### Les facteurs de sécurité :

La réussite d'une course d'alpinisme résulte de la maîtrise de ses trois composantes principales :

- la **difficulté de l'itinéraire** : état de la montagne, météo, horaire de jour ou nuit,...
- les **capacités des participants** : expérience, entraînement, acclimatation, équipement (matériel d'assurage et de progression, vêtements, alimentation...), fatigue, blessure éventuelle,...
- la manifestation des **risques naturels** : chutes de pierre ou de glace, coulée de neige, pluie, foudre, ...

La sécurité du groupe repose sur une attention constante portée à l'environnement et aux participants, et sur des options privilégiant la prudence dans la conduite de la course. Le rôle de l'encadrant est d'évaluer les conditions de réalisation de l'ascension en fonction de l'évolution de ces différentes composantes et de décider de la conduite à adopter, poursuivre ou renoncer, tout en sachant qu'une fois la course engagée, la retraite n'est pas nécessairement la solution la plus facile. Le choix initial de l'itinéraire est donc particulièrement important.

Fiche 2 : à usage des encadrants et des pratiquants

## Recommandations pratiques pour les courses d'alpinisme

La montagne est un milieu où les conditions varient beaucoup et il est difficile, voire impossible, de prévoir quel sera le niveau de difficulté exact qui sera rencontré. Il faudra donc sur le terrain être particulièrement attentif à l'environnement et adapter en permanence la conduite des cordées.

Avant de partir l'encadrant doit évaluer quel est le niveau des membres du groupe et définir sur lesquels il va s'appuyer lors de la course. Le nombre des participants sera fonction de la course, mais aussi des niveaux de chacun, une marge de sécurité devra être prévue pour l'ensemble du groupe.

La formation est là pour éviter que tous les incidents qui forment l'expérience, ne soient pas trop graves ; n'hésitez pas à participer aux stages et aux recyclages.

Un cadre fédéral doit tout en animant la sortie, tout faire pour que celle-ci permette à chacun d'apprécier ses capacités, et ainsi, d'accroître son autonomie.

### Pour l'encadrant

Préparez soigneusement votre course avant de partir : connaissance de l'itinéraire d'ascension et de descente, repérage des difficultés et des dangers (topos, reconnaissance, demandes aux amis, gardiens de refuge, gendarmerie...) , de la météo, choix de votre matériel personnel, du matériel collectif et de l'équipement individuel des participants.

Remplissez avec soin la fiche de sortie et sachez adapter en permanence, le programme prévu selon les capacités des participants et l'évolution des conditions en montagne. Faites connaître au Club ou au refuge , toute modification de destination.

Assurez-vous du port adéquat et effectif des équipements individuels de sécurité (casque, gants sur névé et glacier, et bien sûr baudrier et encordement ...)

Marchez très lentement durant les marches d'approche surtout la première heure, et arrêtez-vous le moins possible.

Appréciez en permanence les dangers et le besoin de sécurité d'un ou des participants moins compétents. Veillez à la mise en place des assurances dans les passages pouvant présenter un risque, en mettant en application une ou différentes techniques maîtrisées par les participants.

Ayez une vision du groupe la plus continue possible. Appréciez l'allure et la sécurité de la progression.

Procédez à une évaluation des aptitudes de chacun des participants à la fin de la course

### Pour le participant

Prenez connaissance des pré-requis. Faites part à l'organisateur de votre expérience et de vos aptitudes. Selon l'activité envisagée, votre inscription peut ne pas être acceptée.

Renseignez-vous sur la course, même si vous êtes encadrés.

Vérifiez votre matériel avant le départ et le soir au refuge.

N'ayez pas un sac trop lourd rempli de choses inutiles

mais prévoyez des vêtements de protection en cas de mauvais temps.

Mettez sur la poche supérieure les choses dont vous aurez besoin à tout moment (appareil photo, crème solaire, lunettes de soleil, une paire de gants ou une lampe frontale suivant le cas...).

N'oubliez pas votre casque qui s'avère indispensable dans la plupart des courses qu'elles soient rocheuses, glaciaires ou en couloir neigeux, surtout si elles sont très fréquentées.

Observez les consignes données par l'encadrant.

Soyez rapides dans vos manœuvres. Tout le temps que vous perdrez à ouvrir et fermer votre sac pour chercher les lunettes qui sont au fond, à équiper ou déséquiper un relais, à remettre un crampon mal attaché, s'accumulera en fin de journée et augmentera les risques.

Buvez beaucoup et souvent, et alimentez-vous régulièrement.

Pensez aux autres en évitant de faire tomber des pierres.

Ne vous attardez pas dans les zones exposées aux chutes de pierre, coulées de neige ou de glace

Observez le terrain et la progression des autres participants, signalez l'apparition d'un danger et aidez-vous en cas de besoin.

Ne vous décordez jamais sans vérifier que l'assurance est inutile, au besoin demander l'accord de l'encadrant.

## L'évaluation des risques dans l'organisation et la conduite des courses d'alpinisme

La fiche d'aide à la décision a pour but d'aider les organisateurs et encadrants des sorties d'alpinisme à mieux évaluer les risques encourus, et ainsi à prendre les décisions les plus appropriées durant l'organisation et la conduite d'une course collective.

Ce document s'ajoute aux recommandations pour l'encadrement présentées dans la note sur les principes et la liste des conseils pratiques.

La fiche comprend deux tableaux d'analyse des principaux risques à prendre en considération dans les deux phases avant et pendant la course. Chacun des tableaux comprend huit critères d'évaluation.

### 1 - Préparation et organisation

Le premier tableau correspond à la préparation de la sortie. Le cadre doit analyser les conditions prévisibles de réalisation de la course et veiller à ce que la composition du groupe permette de la réussir en toute sécurité. 8 critères sont indiqués et selon l'évaluation qu'il donnera à chacun de ces critères (très favorable en vert, favorable en bleu, défavorable en rouge, très défavorable en noir), l'organisateur est en mesure de vérifier que le choix de la course est suffisamment adapté aux capacités des participants ou éventuellement, de modifier son projet.

Les critères à envisager sont :

- Prévisions météo
- Etat de la montagne
- Connaissance des itinéraires de montée et de descente
- Niveau de pratique de l'encadrant / Niveau de difficulté et durée de la course
- Exposition de l'itinéraire aux risques naturels (stabilité de la neige ou du rocher, passages sur glacier crevassé, en couloir ou sous chute de séracs,...)
- Engagement de la course
- Proportion de participants autonomes (en fonction du niveau de difficulté de la course) par rapport au nombre de participants non autonomes
- Entraînement et acclimatation des participants

### 2 - Approche et ascension

Le deuxième tableau correspond à la réalisation de l'ascension. Il comprend aussi 8 critères que l'encadrant doit évaluer au moins aux principales étapes de la sortie : approche, premières longueurs, à tout incident. Mais il est préférable que ce soit fait de façon continue en étant attentif au comportement des participants et à l'évolution de l'environnement. Lorsque l'un ou plusieurs des indicateurs deviennent défavorables, l'encadrant devra décider de l'option à prendre : modifier les cordées, abandonner, continuer, appeler les secours, ...

- Etat de l'itinéraire observé sur place ( y compris présence d'autres cordées)
- Equipement des participants
- Allure de la progression
- Maîtrise technique de la progression et de la sécurité des participants
- Evolution de la météo
- Facilité de suivi et de communication des cordées
- Ambiance du groupe
- Conséquences d'un incident ( perte d'un piolet, chute sans gravité...) ou d'un accident ( blessure)

La fiche n'a pas pour ambition d'être exhaustive, ni directive. Elle doit être utilisée comme un cadre de réflexion pour inciter l'encadrant à la vigilance et à la prudence. Elle lui permet aussi de motiver ses décisions auprès des participants et en cela, de contribuer davantage à les faire progresser en autonomie.

Cette démarche d'évaluation exige la plus grande objectivité de la part de l'encadrant qui doit veiller à ne pas se laisser influencer par sa motivation personnelle.

### FICHE D'AIDE A LA DECISION

		Très favorable	Favorable	Défavorable	Très défavorable
<b>AVANT LA COURSE</b>  8 critères	Météo prévue	Conditions très stables	Bonne mais changement annoncé	Risque d'orage Mauvais regel	Perturbation annoncée
	Conditions de course	Très bonnes avec infos	Bonnes avec informations	Moyennes ou peu d'informations	Mauvaises ou pas d'informations
	Connaissance de l'itinéraire	Plusieurs parcours dans des conditions différentes	Déjà parcouru	Non parcouru mais documentation disponible	Non parcouru et sans documentation
	Niveau encadrant et niveau course	2 degré d'écart ou plus	1 degré d'écart	Equivalence en toutes conditions	Equivalence en bonnes conditions
	Exposition de la course aux risques naturels	Très faible	Exposée par mauvaises conditions	Exposition permanente sur une petite portion	Très exposée
	Engagement de la course	Très faible Descente ou retour faciles, échappatoires	Course classique Conditions de descente stable et demi-tour possible	Course longue , descente délicate dans certaines conditions	Descente et demi-tour dans la voie complexes et difficiles
	Proportion de participants autonomes	Tous autonomes	Moitié de non- autonomes	deux tiers de non-autonomes	Compagnons inconnus
	Entraînement et acclimatation	Fin de saison Plusieurs courses réussies	Quelques courses réalisées	Entraînement régulier mais pas de séjours en altitude	1 ère sortie de la saison

		Très favorable	Favorable	Défavorable	Très défavorable
<b>PENDANT LA COURSE</b>  8 critères	Etat de l'itinéraire, fréquentation du jour	Conditions aussi favorables que prévu, bonne trace	Proches de la prévision, pas d'autres cordées	Des passages délicats imprévus, autres cordées	Plus mauvais que prévu, difficultés accrues. Encombrement
	Equipement des participants	Matos complet progression, assurance, vêtements, frontale, ....	Possibilités de compensation dans le groupe	Incidence sur la progression	Mise en jeu de la sécurité
	Allure de la progression	Plus rapide que prévu	Conforme à la prévision	Lente	Très lente
	Maîtrise technique	Progression en sécurité	Manque d'aisance mais compatible avec horaire	Quelques défauts d'assurance	Techniques non maîtrisées
	Evolution de la météo	Stable	Quelques signes de détérioration	Légère dégradation	Nette dégradation
	Communications dans le groupe	Le groupe reste soudé et dispose de moyens de communication	Les cordées restent à portée de voix et de vue	Difficulté de communiquer avec tout le groupe	Perte de contact
	Ambiance du groupe	Excellente	Bonne	Quelques divergences sur la stratégie ou une décision	Mésentente marquée
	Conséquences d'un incident	Le matos reste suffisant, blessure très légère, ...	L'allure est ralentie mais sécurité et horaire acceptables	Blessure très pénalisante mais possibilité de retraite	Appel aux secours nécessaire

Dominante **très favorable ou favorable**

Dominante **défavorable:**

Dominante **très défavorable:**

niveau de risque acceptable

niveau de risque élevé, adaptation nécessaire

niveau de risque trop important dans le cadre d'une sortie de club

## Commentaires sur l'appréciation des risques

### 1 - Préparation et organisation

Le choix de la course envisagée initialement par l'encadrant peut être remis en cause à tout moment jusqu'à l'attaque de la voie (et ensuite il s'agira de décider de poursuivre ou d'effectuer une retraite) en fonction d'une part, des informations recueillies sur l'état du terrain (de ses dangers et de ses difficultés) et d'autre part, sur les capacités du cadre et des participants.

Pour l'encadrant, la connaissance préalable de l'itinéraire n'est pas une nécessité mais la recherche de renseignements (carte et topo-guide précisant l'ampleur de la course, prévisions météo, ...) et l'information des participants au moment de leur inscription sont indispensables pour que le groupe ne s'engage pas dans une ascension hors de portée pour l'encadrant lui-même ou pour les candidats.

Ceux-ci doivent pouvoir apprécier par eux-mêmes l'opportunité de leur participation en fonction de leur niveau de qualification et de préparation physique, mais la décision incombe à l'organisateur.

L'aptitude de chacun des participants à réussir la course envisagée est la première condition à leur inscription.

On leur indiquera la liste du matériel exigé pour la course envisagée en précisant que c'est une deuxième condition de leur participation à l'ascension. Rappeler la nécessité de vérifier réglage et bon fonctionnement.

L'identification et le repérage des risques naturels sont à présenter aux candidats, pour que, dès leur décision de s'inscrire, ils prennent en compte la présence des dangers ainsi que les exigences qui en découlent sur le plan des connaissances techniques et de la condition physique.

De préférence, il faudra chercher à équilibrer les cordées. Si les considérations d'affinité doivent primer, cela peut remettre en cause le choix de l'itinéraire ou la participation de certains.

L'acceptation de candidats de niveau faible peut conduire à un réexamen du choix de la voie et éventuellement à retenir un autre itinéraire plus accessible.

### 2 - Approche et ascension

L'observation visuelle de l'état de l'itinéraire projeté est à faire dès que l'approche le permet, et si c'est possible, interroger les interlocuteurs locaux (gardien de refuge, autres alpinistes, ...) sur les ascensions récentes ou envisagées.

La présence d'autres cordées peut être un élément positif, lorsqu'il s'agit de personnes qualifiées qui vont faciliter la recherche de l'itinéraire ou la réalisation de la trace. Mais elle peut être une raison pour renoncer au choix initial selon les risques encourus (chutes de pierre, ...) ou la perspective de l'allongement de la durée de l'ascension selon le nombre de cordées engagées.

On vérifiera que chacun dispose de l'équipement nécessaire pour la course. S'il n'est pas complet, le choix de la course est à confirmer ou la participation de certains peut être compromise.

L'allure de la progression est l'un des indicateurs les plus significatifs de la capacité de réussite de la course. La comparaison du temps passé avec l'horaire prévu doit être effectuée au moins à la fin de la marche d'approche et dès les premières longueurs gravies dans la voie. Si l'ascension est poursuivie, un examen périodique est nécessaire.

L'encadrant doit veiller à être en mesure d'observer ou de rester en liaison avec l'ensemble des cordées. Pour cela il est souvent préférable qu'il ne soit pas dans la première cordée. Mais cela exige que la cordée de tête reste en contact, lorsque les derniers s'attardent. La sensibilisation préalable des participants à l'importance du maintien des communications entre cordées est un facteur de sécurité en permettant au groupe de s'entraider en cas de besoin.

A tout moment les circonstances peuvent nécessiter une retraite. C'est à l'encadrant de procéder à une appréciation permanente du temps passé, des risques et des difficultés, mais aussi à chacun des participants de procéder à l'évaluation de ses propres capacités à poursuivre et d'attirer à temps, l'attention sur les éventuelles difficultés qu'il ressent.

En cas de difficultés, l'ambiance du groupe peut se dégrader. L'encadrant doit veiller à ce que les décisions soient bien comprises par tous. En cas de divergence avec un ou plusieurs participants il formulera les consignes devant l'ensemble des participants et il fera constater leur non-respect éventuel.

Avant de s'engager dans la course, il sera utile que l'encadrant convienne avec les participants des dispositions à adopter en cas d'accident de façon à pouvoir compter sur chacun pour alerter les secours au plus tôt, quelle que soit la victime.

Pour cela on examinera les moyens de communication dont disposent les participants et on indiquera quelle est l'organisation locale des secours. En cas d'isolement du secteur visité, on incitera à la plus grande prudence.

Au cours de l'ascension, le processus d'évaluation doit être permanent et le plus objectif possible. En particulier, l'encadrant prendra du recul par rapport à sa motivation personnelle, de façon à ne pas sous-estimer les difficultés rencontrées par le groupe, lorsqu'il est personnellement très motivé par la réussite de la course. L'inverse est plus hypothétique, mais si le cadre n'est pas motivé par la poursuite de l'ascension, il faut qu'il s'en explique auprès des participants et examine les conditions éventuelles d'une retraite, sans chercher à mettre en cause les capacités de ses compagnons injustement.

L'encadrant devra veiller à ce que les critères rouge (défavorables) et noir (très défavorables) ne s'accumulent pas. Il s'efforcera de décider à temps des mesures (Changement d'objectif, retraite, poursuite ...) à adopter pour éviter que l'ascension prenne une dominante « noire ».