



Secourisme en montagne hivernale

Stage de formation 26 et 27 mars 2011

Week-end très riche et très formateur que Jean-François Andrades, alias Jeff, le responsable de la formation, nous avait concocté ce 26 et 27 mars dans la vallée d'Ossau.

A 9 heures ce samedi matin, nous étions tous accueillis par un café, au refuge CAF de Gabas. 21 participants, la plupart encadrants ou initiateurs, étaient venus des différents CAF d'Aquitaine: Turbo Béarn, Pau, Oloron, Bayonne, Cestas, Bagnères de Bigorre, Vallée d'Ossau et bien sûr Orthez.

La matinée a débuté par un rappel des gestes de premiers secours, notamment le bilan vital (la conscience, la respiration, la circulation) la PLS (position latérale de sécurité), la réanimation cardio-pulmonaire, et l'utilisation d'un défibrillateur (DSA), certes encore peu répandu en milieu montagnard, mais il est prévu d'en équiper très prochainement les refuges pyrénéens. Puis André, secouriste de montagne, nous a montré comment effectuer un "point chaud" afin de mettre une victime à l'abri, et comment passer l'alerte aux secours : le n° d'urgence 112 et les informations importantes pour la localisation: les lieux, l'altitude et éventuellement les coordonnées GPS.

Pour clore la matinée, Jean, un ancien mécano hélico de Dragon 64, l'hélicoptère de la sécurité civile, nous a briefés sur la préparation d'un emplacement pour l'atterrissage de l'hélico en terrain montagneux, les gestes à faire et à ne pas faire, pour faciliter la tâche du pilote et des secouristes.

En début d'après-midi, nous sommes allés sur la DZ (Drop Zone) d'Artouste, où s'est posé l'hélicoptère Dragon 64, un Eurocopter EC145, en provenance de Pau. Pendant près de 2 heures, nous avons pu échanger avec tout l'équipage, composé du pilote et de son mécanicien, ainsi que 2 secouristes qui pour la démonstration ont été hélitreuillés. Des personnes très disponibles et abordables qui nous ont expliqué leurs missions, l'organisation des secours dans les Pyrénées, et nous ont fait part de leurs expériences avec quelques anecdotes intéressantes. Ils nous ont également montré le matériel qu'ils utilisaient. Ils ont par ailleurs insisté sur les gestes à effectuer, sur le terrain, pour faciliter leur intervention: préparer une zone d'atterrissage d'environ 20m sur 20m, la plus plate et la plus dégagée possible, débarrassée de tout ce qui peut s'envoler avec le souffle des pales de l'hélico. Il faut se positionner au bord de cette zone, face au point de posé potentiel de l'hélico et dos au vent, et y rester, pour indiquer au pilote où il doit se poser. Voici les gestes à adopter lorsque un hélicoptère nous survole (éviter de faire "coucou" pour éviter toute confusion...) :

"Nous n'avons besoin de rien":



"Nous avons besoin d'aide":





Secourisme en montagne hivernale

Stage de formation 26 et 27 mars 2011

Il faut conserver les bras en V (Y) jusqu'au posé de l'appareil. Si le pilote choisit de se poser à l'endroit que vous lui indiquez, il faut s'accroupir sans bouger ni reculer. On devient ainsi LE point de référence du pilote. Il faut ensuite attendre que les secouristes débarquent de l'appareil. Autre point important: ne jamais aborder un hélicoptère par l'arrière. Il faut toujours rester dans le champ de vision du pilote, donc devant lui, en évitant de se déplacer.

Petite précision intéressante : l'hélico est très efficace dans la recherche de victime la nuit, grâce à l'utilisation des jumelles de vision nocturne (JVN), si les randonneurs sont équipés de frontales (à condition de les éteindre à l'arrivée de l'hélico, pour ne pas éblouir le pilote). Équipement à ne pas oublier donc dans le sac à dos, même si on prévoit de ne partir que la journée, on ne sait jamais ce qui peut arriver. Les seuls éléments météo qui empêchent Dragon 64 d'intervenir sont le brouillard et le vent fort.

De retour au gîte, un médecin urgentiste nous a parlé de ses interventions en montagne et des pathologies liées au milieu montagnard (d'hiver) en nous indiquant la conduite à tenir devant des cas d'hypothermie, de gelure, d'hypoxie (le mal des montagnes) et traumatismes divers. Moment d'échange et de retour d'expériences très intéressant.

La soirée s'est terminée autour d'un repas préparé au gîte, chacun prenant soin de régler sa montre sur l'heure d'été avant d'aller au lit, pour être à l'heure pour la sortie du lendemain.

Après une nuit pluvieuse, Jeff nous annonce que la sortie prévue est annulée, nous resterons en salle... déception générale. On se penche donc sur la réalisation d'un brancard de fortune, réalisé avec tout ce que l'on a sous la main, l'hiver, en montagne: skis, bâtons, sacs à dos, vêtements, cordes et une bonne dose d'imagination et un certain sens du bricolage... mais ça semble efficace! Puis Jean-Jacques, un médecin généraliste cafiste, nous décrit le contenu de sa trousse de secours, alliant homéopathie et allopathie, pansements et bandages divers et variés.

A la faveur d'une éclaircie, et pour le bonheur de tous, Jeff décide finalement de faire une mise en situation à l'extérieur. Nous partons donc pour le Col du Pourtalet, les uns chaussant les raquettes, les autres leurs skis. La météo est capricieuse mais nous sommes contents de prendre l'air et d'être dans l'action. Le scénario est simple: une avalanche a eu lieu, 4 personnes sont absentes à l'appel, à nous de retrouver leurs arvas sous la neige... Exercice simple en apparence, mais qui révèle les lacunes des uns dans la connaissance du matériel de base (aussi simple que de déplier correctement et rapidement une sonde...) et les difficultés des autres dans l'organisation de la recherche. En résumé, s'il y a un message à faire passer: rien ne vaut l'entraînement! Il faut donc absolument participer aux formations "Techniques de sécurité en terrain enneigé" organisées par tous les CAF au début de l'hiver.

Le stage se termine autour d'un verre à la Venta du Pourtalet, chacun satisfait de ce week-end riche en informations et en échange, tous conscients de l'importance d'une bonne formation aux gestes de premiers secours appliqués à la montagne.