

# PREVENTION POUR UN SÉJOUR RÉUSSI

Bien se protéger pour mieux pratiquer c'est avoir :

- Une bonne préparation physique ;
- Un matériel adapté et réglé ;
- Une assurance couvrant les accidents liés à la montagne ;
- Sans oublier le port du casque.

## ADOPTÉZ LES 10 COMMANDEMENTS DU SKIEUR

- 1 - Respecter autrui :**  
Les usagers doivent se comporter de telle manière qu'ils ne puissent mettre autrui en danger ou lui porter préjudice, soit par leur comportement, soit par leur matériel.
- 2 - Maîtriser sa vitesse et son comportement.**
- 3 - Laisser la priorité au skieur en amont.**
- 4 - Dépasser en toute sécurité.**
- 5 - Lors d'un arrêt ou à un croisement de pistes, tout usager doit s'assurer qu'il peut s'engager sans danger pour autrui et pour lui.**
- 6 - Ne pas stationner dans les passages étroits et sans visibilité. En cas de chute, libérer la piste le plus vite possible.**
- 7 - Utiliser les bords de pistes en cas de montée ou de descente à pied.**
- 8 - Respecter les consignes de sécurité, le balisage et la signalisation.**
- 9 - Assister toute personne victime d'un accident, notamment en donnant l'alerte.**
- 10 - S'identifier : si vous êtes témoin d'un accident, rester sur place et communiquer vos coordonnées.**

# NUMÉROS UTILES

NUMÉRO D'URGENCE EUROPÉEN : 112



## RÉPERTOIRE PGHM ET PGM :

<b>PGHM de Chamonix (74) :</b> 04 50 53 16 89	<b>PGHM de Bagnères-de-Luchon (31) :</b> 05 61 79 28 36
<b>PGHM d'Anney (74) :</b> 04 50 09 68 68	<b>PGHM de Savignac-les-Ormeaux (09) :</b> 05 61 64 22 58
<b>PGHM de Bourg-saint-Maurice (73) :</b> 04 79 07 01 10	<b>PGHM d'Osseja (66) :</b> 04 68 04 51 03
<b>PGHM de Modane (73) :</b> 04 79 05 18 04	<b>PGHM d'Alajacio/Corte (Corse) :</b> 04 95 61 13 95
<b>PGHM du Versoud (38) :</b> 04 76 77 57 70	<b>PGHM de Saint-Denis de La Réunion (974) :</b> 02 62 93 59 61
<b>PGHM de Briançon (05) :</b> 04 92 21 58 58	<b>PGM du Mont-Dore (63) :</b> 04 73 65 04 06
<b>PGHM de Jausiers (04) :</b> 04 92 81 06 19	<b>PGM de Murat (15) :</b> 04 71 20 32 57
<b>PGHM de Saint-Sauveur-sur-Tinée (06) :</b> 04 93 02 01 17	<b>PGM de Morez (39) :</b> 03 84 60 31 02
<b>PGHM d'Oloron-Sainte-Marie (64) :</b> 05 59 10 02 50	<b>PGM de Xonrupt-Longemer (88) :</b> 03 29 63 02 90
<b>PGHM de Pierrefitte-Nestalas (65) :</b> 05 62 92 71 82	<b>PGM d'Hohrod (68) :</b> 03 89 77 14 22

[www.legendarmerie.recrute.fr](http://www.legendarmerie.recrute.fr)



INFORMATIONS RECRUTEMENT  
**0 820 220 221**



[www.gendarmerie.interieur.gouv.fr](http://www.gendarmerie.interieur.gouv.fr)



Depuis 1958, l'action de la gendarmerie en montagne s'inscrit dans une longue tradition d'expertise qui a nécessité un engagement sans faille de ses personnels.

Fort de son expérience d'acteur historique de la sécurité en montagne, la gendarmerie a ainsi développé une réponse globale, intégrée et cohérente aux problématiques de sécurité, au profit des populations de l'État et des collectivités locales.

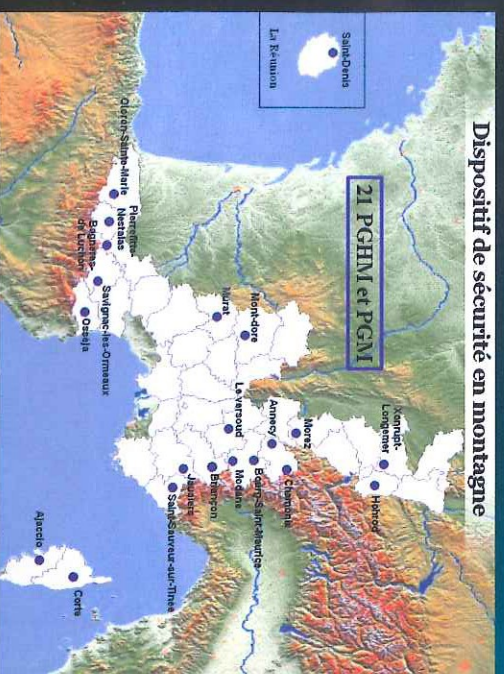
## SES MISSIONS

- ◆ Répondre à l'ensemble des enjeux de sécurité en montagne, y compris en contexte dégradé, gérer d'éventuelles crises d'envergure et mettre en œuvre un dispositif de recherche de personnes efficace;
- ◆ Garantir la prise en compte immédiate de la dimension judiciaire de chaque intervention;
- ◆ Assurer l'égalité des citoyens devant le service public de secours grâce à un dispositif national et permanent.

## LES UNITÉS MONTAGNE

Implantées dans les 35 départements de montagne, le dispositif se décline en 300 brigades territoriales classées montagne et 10 escadrons de gendarmerie mobile. 6000 personnels y sont affectés et assurent l'ensemble des missions de sécurité en montagne.

Parmi ceux-ci 600 militaires, regroupés au sein de groupes montagne gendarmerie (GMG) départementaux, constituent une véritable force d'intervention intermédiaire, apte à être engagée sur des événements d'envergure.

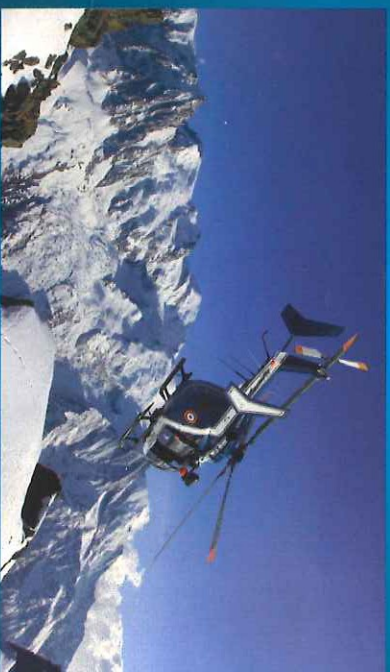


## LES UNITÉS SPÉCIALISÉES

La bonne exécution des missions de secours et d'assistance est garantie par une ressource de 282 gendarmes hautement qualifiés. Regroupés au sein de 21 Pelotons de gendarmerie de haute montagne (PGHM) et Pelotons de gendarmerie de montagne (PGM), ils sont à la fois enquêteurs, montagnards de haut niveau et secouristes expérimentés. Les équipes cynophiles avianche complètent ce dispositif particulier.

## LES SECTIONS AÉRIENNES DE LA GENDARMERIE

8 sections aériennes montagne s'assurent de la maîtrise de la 3<sup>e</sup> dimension : surveillance des massifs, projection des secouristes en montagne, évacuation des victimes et recherches de personnes.



## HORS DES PISTES



La montagne est un espace de liberté où chacun doit prendre en compte les risques inhérents au milieu afin de profiter pleinement de ce magnifique terrain d'activités. Une préparation sérieuse est nécessaire avant chaque sortie en montagne.

## QUELQUES CONSEILS :

- ▶ Se renseigner avant toute sortie en montagne auprès d'organismes compétents comme :
  - ◆ Les unités de secours en montagne (PGHM et PGM);
  - ◆ Les professionnels de la montagne (guides, montieurs, pisteurs...);
  - ◆ Les Offices de tourisme et Maisons de la montagne.
- ▶ Prendre connaissance des derniers bulletins météo, neige et avalanche ou 0892 68 02 XX (XX = numéro du département) ou sur les sites internet dédiés (Météo-France).

- ▶ Prévoir un fond de sac avec : pharmacie, carte, boussole, téléphone portable, vêtements chauds, eau, nourriture...

- ▶ Avoir un équipement en bon état et adapté à la pratique de la montagne. Dans le cadre du ski hors

piste, du ski de randonnée, de l'alpinisme hivernal et de la raquette à neige, le port d'un DVA (Détecteur de victimes d'avalanche), d'une pelle, d'une sonde est obligatoire.

- ▶ Se renseigner sur les risques d'avalanche (échelle européenne).



- ▶ Ne jamais partir seul.
- ▶ En cas d'accident, appelez le 112 ou l'Unité locale de secours en montagne.
- ▶ 5 points clés pour transmettre votre diète :
  - 1-OU?** Lieu – itinéraire – altitude.
  - 2-QUI?** Identité – numéro de téléphone.
  - 3-QUOI?** Type d'accident – nombre de victimes – gravité.
  - 4-QUAND?** Heure de l'accident.
  - 5-METEO?** Vent – visibilité.

- ▶ En cas de besoin de secours, adoptez les signes réglementaires.

BESOIN DE SECOURS PAS BESOIN DE SECOURS

