

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 :

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

www.legendarmerie.recrute.fr



INFORMATIONS RECRUTEMENT

0 820 220 221

www.legendarmerie.fr



GENDARMERIE NATIONALE

LA GENDARMERIE EN MONTAGNE

www.gendarmerie.interieur.gouv.fr

SG-12-30266-0-000

SIRPA GENDARMERIE - 2012-020

