



# LES BONS CONSEILS DE SÉCURITÉ pour vos sorties hors-piste

## Informez-vous sur les risques d'avalanche

Tenez compte du drapeau d'avalanche et des informations de sécurité affichées. Interrogez les professionnels de la Montagne ou le Peloton de Gendarmerie de Montagne.

**EN CAS D'URGENCE, CONTACTEZ LE 112**

## Niveaux de risque - avalanche



Risque faible



Risque limité



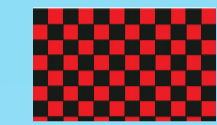
Risque marqué



Risque fort



Risque très fort



## Ne sous-estimez pas la montagne

Si vous n'êtes pas connaisseur de la montagne, ne vous aventurez pas sur les crêtes enneigées ou les pentes raides du Sancy. Faites appel à des professionnels, ils sauront vous guider en toute sécurité.



## Soyez prévoyant

Vérifiez l'état de votre matériel avant votre sortie (raquettes, ski de randonnée, ski freeride, etc...). Veillez à emporter des vêtements adaptés pour vous protéger du froid et de la neige, de l'eau, un en-cas et un téléphone portable chargé.



## Établissez un itinéraire adapté à votre niveau

Informez-vous sur l'itinéraire choisi avant de l'emprunter. Privilégiez les circuits balisés. Ne surestimez pas vos capacités physiques et votre niveau technique.

## INFORMATIONS SPÉCIFIQUES AU SKI DE RANDONNÉE OU DE FREERIDE



### Faites appel à des professionnels

Si vous êtes débutant en ski de randonnée ou freeride, faites appel à un professionnel. **Dans tous les cas, ne partez jamais seul, indiquez votre parcours et votre heure prévisionnelle de retour.**

### Renseignez-vous sur les pistes autorisées pour le ski de randonnée

La remontée des pistes en station est réglementée : interdite sur les pistes ouvertes ou pendant les périodes de damage. Renseignez-vous auprès du service des pistes de la station.

### SOYEZ LOCALISABLE

Équipez-vous d'un détecteur de victime d'avalanche (DVA), ainsi que d'une pelle et d'une sonde. Testez votre DVA avant toute sortie et entraînez-vous à son utilisation. Vérifiez l'état des piles et mettez en marche le mode « émission ». Ayez également sur vous, au minimum, un réflecteur passif.

### En cas de doute sur la stabilité de la neige

Espacez-vous ou mieux, ne passez qu'un par un, surveillez-vous mutuellement et attendez dans un lieu surélevé ou à l'abri.

### Ne suivez pas n'importe quelle trace

Une trace n'est absolument pas un gage de sécurité et peut vous conduire dans des endroits dangereux, d'autant que certaines traces sont faites par des speedriders (équipés de parapentes).

### Renoncez si les conditions sont trop incertaines

Avant de vous engager en hors piste, prévoyez un itinéraire alternatif plus sûr au cas où les conditions ne soient pas celles attendues.