

Espinal Marc

Abris de fortune et survie.

En situation de survie, il ne faut pas se presser.

L'objet de la séance n'est pas d'effectuer un stage survie, mais de savoir quoi faire si nous sommes obligés de rester sur place à causes des conditions météorologiques désastreuses ou de rester avec un blessé en attendant les secours.

Le cas le plus souvent rencontré est celui du mauvais temps en montagne et surtout d'être loin de notre point de départ. Il convient de ne pas oublier, la fatigue et l'énergie dépensée pour arriver au but fixé.

Mauvais temps : par temps de brouillard ; horaire d'hiver (nuit dans les environs de 17 h), température négative, calorie dépensée : (votre organisme dépense autant de calories pour lutter contre le froid que vous en avez utilisé pour effectuer votre randonnée ou ascension), il faut savoir s'arrêter et ne pas chercher à vouloir continuer.

En effet, le moral du groupe va diminuer et certains de vos compagnons vont vouloir s'arrêter, d'autres continuer etc. Les personnels du sexe féminin ont toujours plus de moral et de volonté que les hommes. Ces derniers sont plus physiques que ces dames.

Dès **15 h**, il faut prendre une décision, si jusque là météo était correcte. Il faut compter **deux heures pour que tout soit prêt.**

Garder toujours le moral : les secouristes viendront.

Conduite à tenir :

Désigner un leader.

Il faut : déterminer un endroit où il est possible d'établir un campement de fortune pour deux, trois, quatre etc. personnes. Sachez que pour construire un igloo, il faut entre 2 et 3 h pour un groupe entraîné.

Tâches à se répartir.

Tout d'abord, ne **pas s'affoler** et remonter le moral à la personne qui » craque ». Cela peut arriver à tout le monde.

1/ Se changer et mettre des habits secs. (Chaussettes, T-shirt, sous-vêtements) /

Pour isoler les chaussures de la neige et éviter des engelures, :

chausser les « **sur bottes –sacs de course grande surface** »

En montagne, il faut des habits amples pour que la couche d'air circule entre les habits et joue le rôle de Gore Tex

2/ Etablir l'inventaire de nourriture et boisson dont chacun dispose dans son sac.

On peut tenir 7 jours sans manger mais pas plus de trois jours sans boire : reins, etc.

Repérer l'endroit où circule un ruisseau, rivière pour faire le plein de liquide avant la nuit.

Espinal Marc

Mettre en commun et charger une **personne de répartir cette nourriture** pour une période de **deux jours**. D'où l'importance de ne pas jeter l'eau du café, thé etc. , la soupe de midi, non finie, ou l'eau en plus.

Deux jours. Délai maximum pour les secours arrivent, ou amélioration des conditions météorologiques pour aller jusqu'au point de départ : minimum deux personnes en tenant compte de la fatigue du bivouac et du peu de nourriture.

S'il s'agit d'une personne blessée ; demander au reste des participants à la sortie et ne restant pas avec le blessé durant la nuit de laisser toute leur nourriture et boisson. En effet, ces derniers pourront se restaurer dès leur arrivée au car ou à leur véhicule.

3/ Matériels : Sortir, pelles, sondes, cordelettes, cordes, mousquetons, broches à glace, sacs poubelles de 130 litres et petits sacs, couverture de survie, poncho, frontale couteaux etc.

Abris à neige :

En fonction de la hauteur de neige :

Pour une efficacité accrue de l'abri, il faut qu'il soit : exigü, confortable et étanche.

Peu de neige.

- a) creuser une banquette avec une fosse à froid, afin que les pieds soient isolés du sol.
- b) Mettre au-dessus une couverture de survie usagée ou un poncho. Couvrir avec de la neige et si cordelettes ou corde : creuser des pics –bâtons de neige pour servir de point d'ancrage.
- c) L'ouverture ne doit pas être rectiligne mais à angle droit et plus basse pour éviter que l'air ne rentre brusquement dans l'abri.

Neige importante et lourde.

- a) creuser une banquette avec une fosse à froid, afin que les pieds soient isolés du sol.
- b) Tailler des blocs de neige et les disposer de part et d'autres de la tranchée. Puis ces derniers doivent s'appuyer les uns aux autres. Recouvrir les espaces et l'ensemble avec de la neige qui la nuit venue va geler. Il faut lisser les blocs de neige à l'intérieur.

Congère

- a) creuser dans une congère un espace suffisamment grand pour une ou plusieurs personnes.
- b) Procéder de la même manière que plus haut

Sous les arbres ou près d'une forêt :

Secouer les branches supérieures de l'arbre car le froid les brise '*faiseuses de veuves* ».
Couper les branches basses du sapin, qui lorsque votre trou à neige ou abri est fait serviront de tapis de sol. Puis procéder de la même manière que ci-dessus.

Hygiène :

Tendre une corde ou cordelette du lieu de bivouac aux feuillots. La corde ou cordelette servira **de main courante** pour le retour. Creuser une fosse, circulaire de faible diamètre, la protéger du vent et positionner des blocs de neige verticaux afin que la personne soit le plus à l'abri.
Avant de passer la nuit relativement au chaud, effectuer ses ablutions.

Conduite dans l'abri :

Espinal Marc

Si vous ne trouvez pas de branches de sapin, mettre une couverture de survie sur la banquette.

Partager le repas à part égales.

Utiliser les grands sacs poubelles : délasser les chaussures et enfiler le 1° sac poubelle qui va arriver jusqu'à la taille. Percer une ouverture pour le deuxième sac poubelle pour l'enfiler par la tête et qui viendra couvrir le premier.

L'eau de l'abri qui coule glissera dessus et isolera les habits. Installer des gobelets sous les gouttières, l'eau est propre et consommable.

Mettre tous les sacs sous un poncho. L'ouverture sera isolée par un poncho.

Comptabiliser le reste de couverture survie, poncho etc.

A/ Si durant la nuit, quelqu'un a besoin d'aller aux feuillets elle doit prévenir. Surtout ne pas y aller seul. La corde servant de main courant se mousquetonner dessus.

B/Durant la nuit, et si vous n'êtes que deux, vérifier la respiration de son voisin afin d'éviter la « *mort blanche* » : Hypothermie puis la mort. Vous relayer pour dormir toute les ½ heure.

C/ Ne pas oublier d'amener une lampe de poche ou une bougie (allumettes)

Et surtout « Gardez le moral »