Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 22 (1965)

Heft: 3

Artikel: Excursions à skis [suite]

Autor: Wenger, C.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996396

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 27.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Excursions à skis (suite)

Les avalanches

Points 1 et 2, voir No 2, février 1965, pages 21 et 22.

3. Comportement des rescapés

— Marquer l'endroit où le disparu a été vu pour la dernière fois (point de disparition), éventuellement la trace d'entrée dans l'avalanche.

— Si de nouvelles coulées sont possibles, placer une sentinelle qui avertira l'équipe de sauvetage en cas de danger.

— Présumer où le disparu peut se trouver:
  — le sinistré isolé gît fort probablement dans la direction de l'avalanche, au-dessous du point de disparition ;
  — s'il y a plusieurs sinistrés, ils seront vraisemblablement retrouvés dans la même formation qu'ils avaient au moment où ils furent emportés;
  — les inégalités du terrain peuvent avoir modifié les distances et intervalles initiaux.

a) Entreprendre les recherches méthodiquement, c'est-à-dire :

— commencer à chercher à partir du point de disparition, en suivant une ligne droite jusqu'au bout de l'avalanche ; explorer particulièrement les replats, les obstacles, le rebord du cône d'accumulation de l'avalanche ;

— poursuivre les recherches sur des bandes parallèles à cette ligne ;

— étendre enfin les recherches vers d'autres points du cône d'accumulation, éventuellement vers la zone de rupture.

Scruter la surface de l'avalanche pour voir si des membres, des vêtements, des cordelettes rouges ou des effets d'équipement émergent de la neige. Ecouter. Marquer les endroits où l'on découvre quelque chose et les fouiller immédiatement avec les bâtons (après avoir enlevé les poignées, sinon les rondelles) et les talons des skis, si l'on ne dispose pas de sondes.

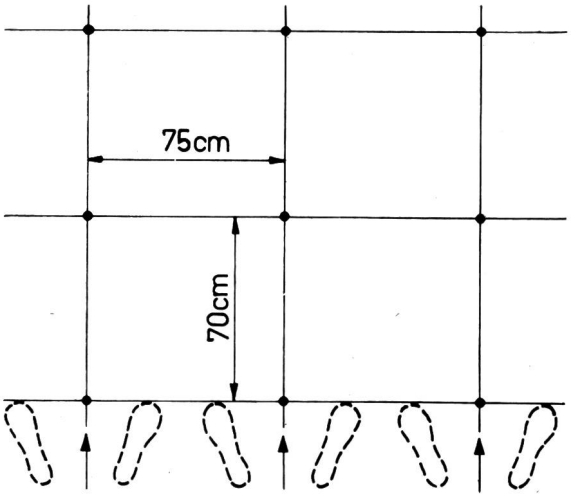


Fig. 1: Sondage sommaire

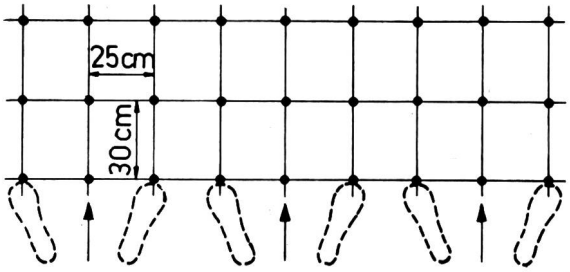


Fig.: 2: Sondage minutieux

Envoyer une estafette alarmer le poste de secours le plus proche et lui porter un rapport écrit mentionnant la date, l'heure et le lieu de l'accident, (si possible noter l'endroit sur une carte), le nombre des disparus et la liste du matériel de sauvetage dont on dispose.

b) Sonder systématiquement avec les moyens disponibles.

Commencer généralement par un sondage sommaire (croquis 1) ; s'il demeure sans résultat, procéder à un sondage minutieux (croquis 2). Si l'on dispose de sondes, limiter éventuellement le sondage à une profondeur de 2 à 3 mètres, notamment lors du sondage sommaire. Recourir en premier lieu au chien d'avalanche, s'il y y en a un sur place.

Si les recherches entreprises au moyen de chiens et de sondes restent infructueuses, on peut envisager de creuser des tranchées. (Croquis du sondage sommaire et minutieux).

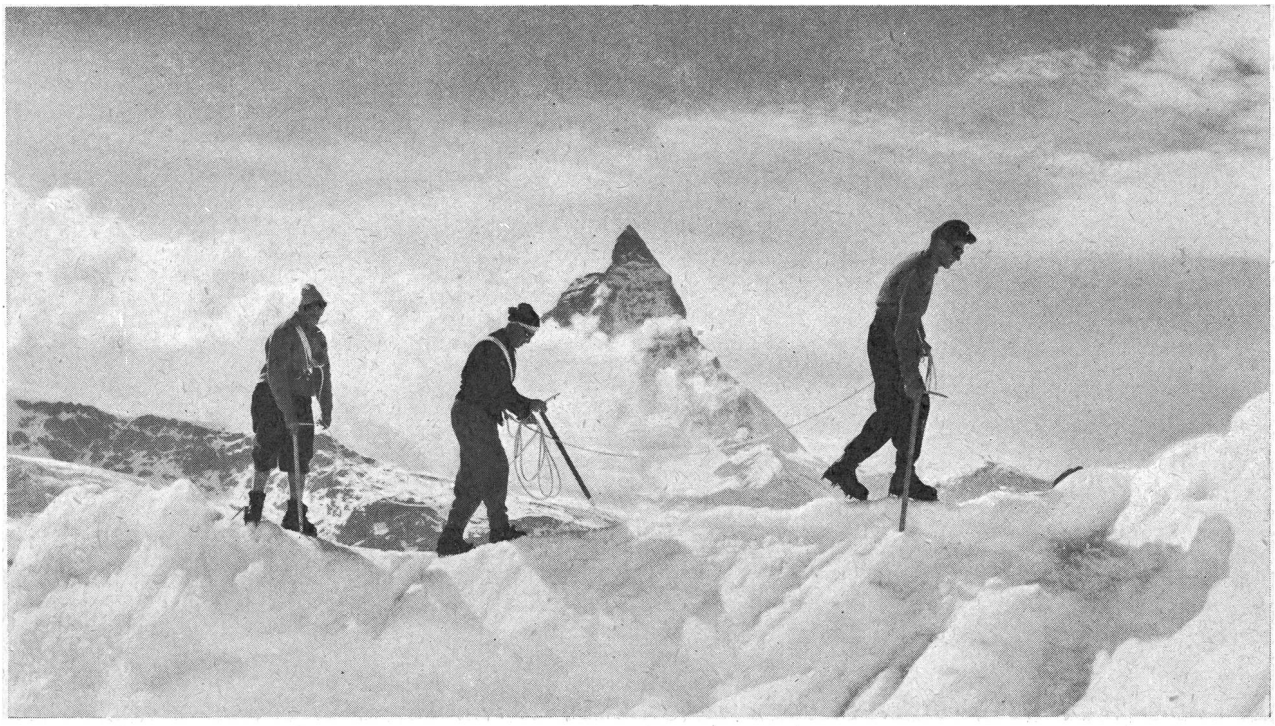
4. Mesures à prendre après avoir retrouvé une victime de l'avalanche

Premier secours :

— Libérer complètement la tête ;

— débarrasser la bouche et le nez de la neige et de l'eau (procéder éventuellement à la respiration artificielle, selon c) ;

— dégager le corps entier, transporter éventuellement la victime en lieu sûr.



a) Si la victime n'a pas perdu connaissance :
— la préserver du froid, à l'aide de vêtements chauds, de couvertures de laine, de cruches et de boissons chaudes ;
— l'examiner et lui donner les premiers soins en cas de blessures ;
— la transporter rapidement en l'observant constamment. L'étendre sur le côté ou sur le ventre en raison du danger d'étouffement par vomissement ; la coucher immédiatement sur le ventre, si elle vomit.

b) Si la victime est sans connaissance, mais respire encore :
procéder de la manière décrite sous a), mais ne lui faire absorber aucune boisson.

c) Si la victime ne donne plus signe de vie (arrêt de la respiration, du pouls) :
— libérer complètement les voies respiratoires de la neige, de l'eau et des résidus éventuels de vomissement ;
— pratiquer la respiration artificielle au moyen de la bouche (respiration bouche-à-nez) ;

Fig. 3

— masser la poitrine à l'endroit du cœur ;
— réchauffer le corps de la manière indiquée à a) (mais sans recourir à une boisson) ;
— continuer sans relâche la respiration artificielle jusqu'au moment où la victime a repris connaissance, ou qu'un médecin arrive et ordonne un autre traîtement, ou que des signes certains de la mort sont apparus (yeux vitreux, rigidité cadavérique) ;
— ne transporter la victime qui ne peut pas encore respirer d'elle-même que si la respiration artificielle peut être assurée.

Les secours

Dans chaque cabane, une affiche indique où les secours peuvent être obtenus. Le poste de police ou de douane le plus proche, ainsi que le téléphone (No 11), sont également en mesure de donner tous renseignements utiles à ce sujet. Les postes et colonnes de secours du CAS sont organisés par les sections sur la base d'un règlement établi par le Comité central ; ils sont à même d'entrer en action dans un laps de temps très court.

Appel au secours sur le lieu de l'accident :

Emettre, dans l'intervalle d'une minute, six signaux identiques, et les répéter après une pause d'une minute.

Réponse à cet appel :

Emettre trois signaux à la minute, et les répéter après une pause d'une minute.
Les signaux peuvent être optiques ou acoustiques: agiter en arc de cercle un objet bien visible ; faire réfléchir par un miroir la lumière du soleil ; faire de la lumière ou simplement faire entendre des appels.
Les signaux d'appel et de réponse se succèdent jus-

qu'à ce que la liaison soit établie avec certitude entre sinistrés et sauveteurs.
L'engagement d'un avion ou d'un hélicoptère est de plus en plus fréquent dans une action de secours. La garde aérienne suisse de sauvetage en montagne (GASS) a fixé, à l'intention de l'alpiniste, deux signaux destinés à renseigner le pilote sur son besoin d'intervention. Ces signaux sont :

Fig. 1: Nous avons besoin d'aide

Fig. 2: Nous n'avons besoin de rien

Il est indispensable que tous les participants à une excursion soient renseignés en ce domaine avant d'affronter la montagne. Il en est de même du sauvetage de crevasse.
Il est bien évident qu'en ces chapitres je me suis limité en quelque sorte au côté sombre de l'alpinisme hivernal et printanier. Mais si l'on en fait abstraction, la montagne risquera de ne pas permettre à son admirateur de découvrir son royaume indescriptible, mais combien réel.

Deux excursions de printemps

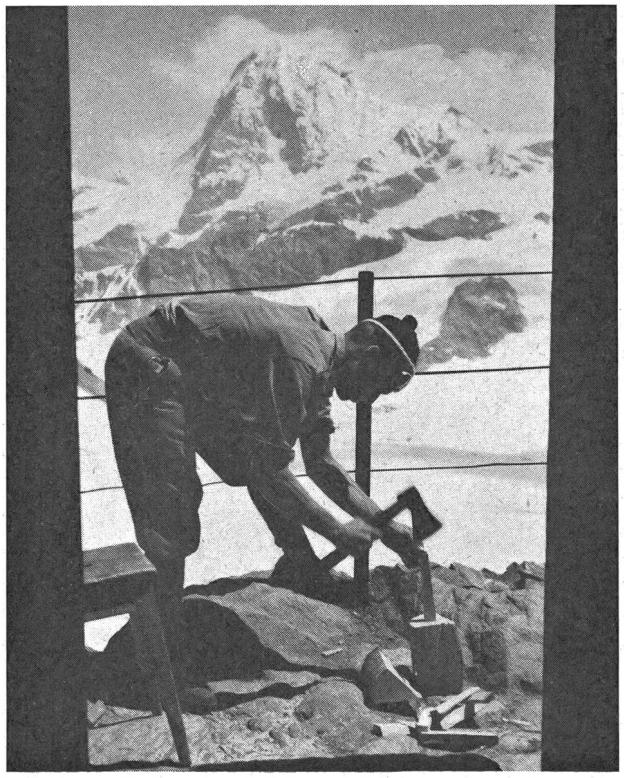
La Gouille—cabane Waldkirch (ou cabane des Aiguilles Rouges)—pointe de Vouasson—La Gouille
Course d'un jour et demi. CN Arolla No 283.

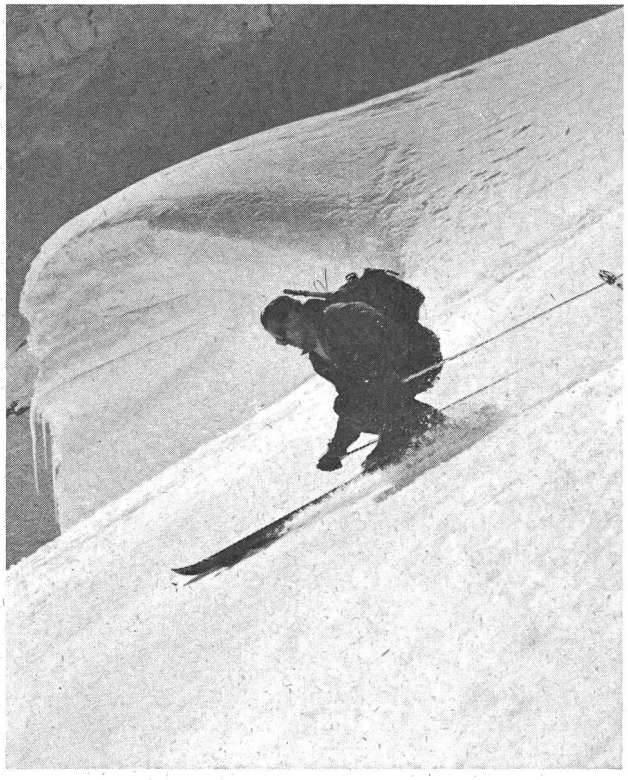
Des Haudères, par voiture, jeep ou car, gagner La Gouille (sur la route d'Arolla). De la Gouille, on monte à la cabine Waldkirch par le lac Bleu, le point 2417 et les Crosayes (le cabane se trouve sur une tête rocheuse, à peu près au point 2844 ; elle est visible de loin). Temps de montée : 2 h. 30 à 3 heures. Coucher à la cabane.
Le lendemain, on remonte la rive gauche du Glacier des Aiguilles Rouges jusqu'au col de Darbonneire (raide). De là, par des pentes douces, jusqu'au sommet de la Pointe de Vouasson, 3489,7 m. Temps de montée : 2 heures. Descente par le même chemin.
Difficulté : moyenne. Dangers : nuls. Epoque : mars-avril-mai.
La descente se faisant sur des pentes sud, on y trouve en général très tôt de la neige de printemps.
Téléphone et poste de secours: Les Haudères ou Arolla; Sion Aérodrome civil.
Le restaurant de la Gouille n'est pas toujours ouvert.
N. B. Les temps ci-dessus correspondent à l'allure d'un petit groupe entraîné. L'évaluation des difficultés a été faite en fonction de jeunes gens peu habitués au ski de tourisme. Pour un « honnête » skieur alpin, toutes les courses proposées ci-dessus sont des courses sans difficulté, par beau temps et bonnes conditions de neige.
En ce qui concerne les dangers signalés, je tiens à préciser ceci : ces dangers n'existent que lorsque, d'une façon générale, la montagne est dangereuse, après une grosse chute de neige ou par suite de redoux ou de fœhn. Par conditions normales (couche de neige tassée, basse température), ces excursions n'offrent pas de danger.

Le tour du massif Mont-Blanc de Cheillon—Pigne d'Arolla—Ruinette
Circuit : Arolla—Cabane des Vignettes—Cabane de Chanrion—Cabane de Val-des-Dix—Arolla,
en quatre jours. CN Arolla No 283.

Au départ d'Arolla, suivre l'itinéraire normal de la montée aux cabanes des Dix et des Vignettes, tout

d'abord dans les mélèzes puis, suivre la moraine de jonction des glaciers de Tsidjiore Neuve et le Glacier de Pièce, reconnaissable en hiver par la nervure prononcée qu'elle forme direction sud-ouest puis plein sud. Du point 2563, s'élever, soit par la moraine, soit par la langue du glacier de Pièce, suivant les conditions d'enneigement.
Suivre ensuite la rive gauche du glacier de Pièce jusqu'à la base de la grande pente conduisant au Col des Vignettes que l'on gravit par sa rive droite.
La cabane des Vignettes est située juste derrière le Col, à environ quarante mètre sur la gauche.
Cette partie du circuit n'offre pratiquement pas de danger d'avalanche une fois les conditions de printemps établies. Tout au plus la base de la moraine conduisant au glacier de Pièce nécessite-t-elle quelques élémentaires précautions.
Montée depuis Arolla : 4 h. 30 à 5 heures.
La cabane des Vignettes est propriété de la Section Monte-Rosa du CAS.
Altitude : 3157 m. 73 places. Coord. : 602.850/93.130.
Deuxième jour: De la cabane des Vignettes, descendre direction plein sud vers le Col de Chermontane, puis suivre le glacier d'Otemma par le milieu, jusqu'aux travaux de prise d'eau et même un peu plus bas si les conditions de neige sont bonnes. Immédiatement à la sortie du défilé on repère le chalet de la Pauma, en direction nord-ouest à environ 500 m. En cas de brouillard la sortie du féfilé peut être prise pour point de repère d'un départ à la boussole puisque c'est à cet endroit que l'on cesse d'avoir des rochers sur la rive droite.
Altitude : 2280 m, Azimut 5900. Distance à parcourir en ligne droite : 1400 m.
Comme la traversée entre les cabanes des Vignettes et de Chanrion ne nécessite qu'un maximum de 5 à 6 heures, l'après-midi peut être mis à profit pour skier sur les excellentes pentes autour de la cabane.
La cabane de Chanrion est propriété de la Section Genevoise du CAS.
Altitude : 2460 m. 55 places. Coord. : 595.510/87.520.
Cette partie du circuit ne présente absolument aucun danger d'avalanche.
Troisième jour: De la cabane de Chanrion suivre tout d'abord le chemin construit pour les prises d'eau du glacier de Breney. Plein nord, puis aussitôt que l'on a passé l'arête arrondie qui descend de la pointe d'Otemma suivre à flanc, sous la pointe d'Otemma, à l'altitude d'environ 2850 m, pour passer au-dessus d'un petit rognon rocheux (P. 2840.1). Environ deux cent mètres plus au nord-est traverser franchement le glacier de Breney, pour rallier, au point 2780, la base du Col de Lyre-Rose.
S'élever ensuite directement au col. Cette montée de 300 m est assez pénible et peut présenter certain danger d'avalanches, et les précautions d'usage doivent être prises.
Du col de Lyre-Rose, traverser le glacier de Lyre-Rose sur sa rive gauche, en direction du Col du Mont-Rouge qui, bien que très raide, s'escalade facilement soit par la gauche, soit par la droite du rognon rocheux central. Il peut y avoir de la glace au plus fort de la pente du col, il est donc recommandé de se munir de vis ou de broches à glace pour établir une main courante.
Du col du Mont-Rouge (3335 m) traverser le plateau supérieur du glacier de Giétro NNE, pour rejoindre le col de Cheillon, pratiquement au même niveau que le col du Mont-Rouge.
Du col de Cheillon on repère facilement la cabane de Val-des-Dix en direction NNE. Il faut tout d'abord gagner la base de la pente du col proprement dit, par sa rive gauche puis se maintenir sur la même rive du glacier de Cheillon. En cas de brouillard dès la base du col, il est préférable de faire la fin de l'itinéraire à la boussole depuis 3100 m déjà (altimètre nécessaire). Le point de départ devrait se trouver à environ 500 m du col, direction plein nord. Puis, avec un azimut 750, parcourir une distance d'environ 1900 m.
Attention ! Il ne faut pas se laisser entraîner par les pentes prometteuses du glacier de Cheillon, car, en cas





de brouillard, la cabane de Val-des-Dix n'est pas facile à trouver.
Durée de la traversée : 4 h. 30 à 5 heures.
La cabane de Val-des-Dix est propriété de la Section Monte-Rosa du CAS.
Altitude : 2928 m. 80 places. Coord. : 598.380/95.500.
Cette partie de l'itinéraire ne présente que peu de danger, et peut être comparée au point de vue avalanches aux dangers du premier jour. Il est clair que si la montée aux Vignettes est dangereuse, il ne faut pas se lancer à accomplir le circuit.

Quatrième jour : De la cabane des Dix, descendre d'abord sur le glacier de Cheillon puis le traverser en direction NE, pour atteindre la base du Pas de Chèvre.
Celui-ci s'escalade facilement par des échelles métalliques scellées dans le rocher. Toutefois, il est préférable d'encorder les jeunes pour cette escalade, la sortie étant souvent verglacée.
Du Pas-de-Chèvre, on suit la belle combe qui conduit directement par la Montagne de l'Arolla sur les mélèzes clairsemés qui constituaient le départ du circuit, au-dessus d'Arolla.
Le danger d'avalanches est minime ou inexistant par neige transformée de printemps.
Postes de secours : Fionnay : CAS et centrale électrique, Les Haudères CAS, Sion, Aérodrome civil.
Téléphones : Au printemps, Ferpècle et Arolla (station de pompage), Mauvoisin (barrage).

Temps de parcours :

Premier jour :	
Arolla—Les Vignettes	4—5 heures
Deuxième jour :	
Les Vignettes—Chanrion, selon condition du glacier d'Otemma (assez plat) .	3—6 heures
Troisième jour :	
Chanrion—Col de Lyre-Rose	3—4 heures
Col de Lyre-Rose—Col du Mont-Rouge	1 heure
Col du Mont-Rouge—Col de Cheillon .	1/2 heure
Col de Cheillon—Cabane des Dix . . .	1/4 heure
Chanrion—Val-des-Dix	5—6 heures
Quatrième jour :	
Cabane des Dix—Pas-de-Chèvre . . .	1 heure
Pas-de-Chèvre—Arolla	1—1 1/2 heures

* * *

Texte :

Cours et examens à option . . . . . Extraits des prescriptions d'exécution EPGS . . . . . Conseils . . . . . Avalanches	Ch. Wenger
Itinéraires d'excursions	S. Beaud O. Peissard J.-L. Seylaz
Photos	H. Lörtscher Ch. Wenger