

# Premier secours en montagne et milieux isolés by Secouri'cimes pôle Vosges



Matthieu FIORELLI, formateur de Premiers Secours en Montagne  
et milieu isolés

RVA 1 (Recherche de victime d'avalanche de niveau 1)



## RVA1 Les thèmes abordés

- L'essentiel à connaître sur la nivologie et les avalanches
- Réduire les risques par des méthodes simples
  - Préparer sa sortie
    - Météo passée et à venir
    - Bulletin des risques d'avalanches
    - Méthode de 3x3
    - Facteur humain
      - l'habitude
      - l'obstination
      - le désir de séduction
      - le sentiment de rareté
      - le positionnement social
      - l'aura de l'expert.
    - Étudier son itinéraire (Carte IGN, Iphigénie, Camptocamp, visorando etc ...)
- Comment s'habiller en montagne
  - Thermorégulation
    - Noyau centrale
    - Écorce
  - Éviter l'humidité
    - S'adapter aux conditions
      - Périodes actives ou passives
      - Refroidissement par conduction
  - 1 ère couche : Confort
  - 2 ème couche : Isolation
  - 3 ème couchhe : Protection
- Gérer son fond de sac
  - Doudoune
  - Chaussettes épaisses
  - Couverture de survie renforcée
  - Trousse de secours

- Le triptyque de secours (plaque aimantée)
  - Détecteur de Victime d'Avalanche (DVA)
  - Sonde
  - Pelle
- Détecteur de victime d'avalanche
  - Méthode de recherche en croix
- Sonde
  - Dimensions
  - Mise en fonctionnement
  - Usage (escargot, 90°, laisser en place)
- Pelle
  - Méthode de pelletage

## Organisation de la formation



## Lieu de formation

Nous définissons le lieu de formation en fonction de l'état d'enneigement aux dates de formations prévues

## Horaires

La formation débute à 9 heures

Il est donc fortement conseillé d'arriver un quart d'heure en avance.

Prévoyez les repas de midi et une boisson chaude en bouteille thermos (bouillon ou soupe recommandé)

La formation s'achève vers 17 heures.

## Matériel nécessaire

- Vêtements adaptés à la situation météo du moment
  - Il peut faire froid et chaud durant la journée
  - Gants
  - Bonnet
  - Lunettes classe 4
- Raquettes à neige
- Bâtons de marque avec rondelles larges
- Chaussures montantes type trekking
- Sac à dos
  - Affaires de rechange
  - Nourriture
  - Boisson chaude
- Trousse de secours (facultatif)

- Triptyque de secours
  - DVA
  - Sonde
  - Pelle

## Informations diverses

### Votre formateur

Matthieu Fiorelli, 42 ans, formateur Premiers Secours Civiques de niveau 1 (PSC1) / Formateur Sauveteur Secouriste du Travail (SST) diplômé d'état, possède une longue expérience de la montagne. Instructeur survie, licencié FFCAM.





## Repas de midi

Nous vous recommandons de prévoir votre casse-croute de midi et une boisson chaude dans une bouteille thermos (de préférence bouillon ou soupe).

## Assurance et responsabilités

- Secouri'cimes pôle Vosges via France Tactical Gear ne saurait se substituer à la responsabilité civile individuelle de chacun.
- Il est donc indispensable de posséder une assurance en responsabilité civile pour participer à nos sorties ou stages de formation.
- Il est obligatoire d'être couvert en assistance, rapatriement, recherche et secours.
- Il appartient au participant de vérifier, au préalable à son inscription, les risques pour lesquels il est déjà couvert.

## Closes d'annulation

- En cas d'annulation de votre part votre acompte est conservé en vue de la programmation d'une date ultérieure.
- En cas d'annulation du fait des encadrants ou d'un cas de force majeure indépendant des organisateurs, les sommes encaissées seront entièrement remboursées ou avec votre accord, une date ultérieure sera programmée.

## Contact

Secouri'cimes pôle Vosges  
Matthieu FIORELLI, formateur diplômé  
d'état  
route de Planois  
88250 La Bresse  
06.45.97.10.44  
mail : [secouricimes.polevosges@gmail.com](mailto:secouricimes.polevosges@gmail.com)  
site internet : <https://www.secouricimes-polevosges.fr>

*Groupe Facebook* : « Premiers secours en montagne pôle Vosges »



Pôle  
VOSGES



## Nos partenaires

Fédération Française des Clubs Alpins et de Montagne (FFCAM)



Centre de Formation des Accompagnateurs en Montagne (CFAM)



*Au plaisir de partager avec vous, Matthieu.*



**FRANCE TACTICAL GEAR**

Sasu France Tactical Gear, 62B route de Planois, 88250 La BRESSE. Tél. : 06.45.97.10.44  
secouricimes.polevosges@gmail.com

Siret : 839 880 333 00019      code NAF : 8559B      NDA : 44880163188

Numéro PAE PSC délivrée par le Préfet des Vosges : 88 / 2021 / 15

Numéro FO-SST / FOR-PREV : HGH03608

Instructor B-Con ID : 45096

Numéro CFA-PSE : 88.99.127

Club Alpin Français : N° d'affiliation : 882920259004

Banque 30087 – Guichet 33665 – Compte 00020491704 – Clé RIB 42 – Gérardmer

IBAN FR76 3008 7336 6500 0204 9170 442

BIC : CMCIFRPP

