



Sports de neige en dehors des pistes Attention au danger d'avalanches!

Randonnée à skis, à raquettes ou hors-piste: la pratique des sports de neige en dehors du domaine sécurisé promet des journées hivernales mémorables. Hélas, elle présente aussi un risque d'avalanche et de chute. Opter pour le comportement et l'équipement adéquats permet d'éviter les accidents.

Chaque année en Suisse, en moyenne 20 personnes perdent la vie dans des avalanches qui surviennent hors des pistes. En effet, le risque d'avalanche est difficile à évaluer sans connaissances en la matière ni grande expérience.

Les personnes peu expérimentées opteront pour un sentier raquettes balisé et sécurisé contre le risque d'avalanche, pour un itinéraire de descente balisé en jaune ou pour une randonnée à skis présentant un faible risque, à choisir par exemple sur [skitouren.guru.ch](https://www.skitouren.guru.ch). De nombreuses associations, écoles d'alpinisme ou écoles de sports de neige proposent par ailleurs des sorties encadrées.

La pratique non encadrée du ski de randonnée, du hors-piste ou de la raquette à neige hors des itinéraires balisés nécessite une formation adéquate. Pour l'acquérir, suivez un cours (du [Club alpin suisse CAS](https://www.clubalpin.ch) ou de l'[Association suisse des guides de montagne ASGM](https://www.asgm.ch), p. ex.) ou rendez-vous sur [whiterisk.ch](https://www.whiterisk.ch).

Pour pouvoir faire face aux situations d'urgence, emportez toujours un téléphone portable, un détecteur de victimes d'avalanche (DVA), une sonde, une pelle et équipez-vous éventuellement d'un airbag anti-avalanche.

Pour votre sécurité

- Optez pour des **offres sportives sécurisées** (itinéraires de descente balisés en jaune, sentiers raquettes) ou pour des **randonnées à skis** présentant un faible risque ([skitouren.guru.ch](https://www.skitouren.guru.ch)).
- Veillez à acquérir des **connaissances sur les avalanches**.
- Si vous manquez d'expérience, faites-vous **guider par une personne qui s'y connaît en avalanches**.
- Informez-vous sur le **danger d'avalanches**, les **conditions d'enneigement** et la **météo**.
- Emportez un **téléphone portable** et l'**équipement d'urgence**: détecteur de victimes d'avalanche (DVA), sonde et pelle.

Plus d'infos sur la pratique des sports de neige en dehors des pistes sur [bpa.ch/hors-des-pistes](https://www.bpa.ch/hors-des-pistes)

