



Sécurité générale

Les monitrices et moniteurs J+S

- appliquent la méthode 3×3 Sports de montagne pour planifier, réaliser et évaluer minutieusement chaque activité; ils se montrent prévoyants (marge de sécurité);
- définissent l'activité, la taille de groupe maximale, le niveau des participants, les personnes auxiliaires ou cheffes/chefs de cordée nécessaires en fonction de leurs propres compétences, la difficulté de la course et les conditions pour lesquels ils peuvent assurer la sécurité (en règle générale, la taille des groupes sera inférieure au nombre maximal de participants théorique);
- conviennent avec l'expert non seulement du programme de cours, mais encore de ses modifications, notamment si cela implique des exigences plus élevées;
- choisissent des excursions et des activités qui correspondent aux capacités des participants;
- encouragent une culture du dialogue et incitent ainsi les participants à gérer consciemment le risque;
- veillent au respect des standards en matière de technique et de tactique, tels qu'ils sont décrits dans le manuel «Sports de montagne d'été» du Club alpin suisse CAS ainsi que dans les aide-mémoire J+S utilisés en Alpinisme;
- respectent en escalade sportive (y compris en escalade de blocs) l'aide-mémoire «Prévention des accidents en escalade sportive».

Sécurité personnelle

Les monitrices et moniteurs J+S

- s'assurent avant l'activité, voire au début de celle-ci, que les participants sont équipés correctement;
- contrôlent, selon l'activité, que les participants portent un casque (notamment en cas de risque de chute de pierres);
- ont à portée de main une trousse de secours, une couverture de survie ou un sac de bivouac, un téléphone portable et l'aide-mémoire en cas d'urgence.

Mesures de prévention dans les activités sportives

Les monitrices et moniteurs J+S

- veillent, en cas de risque de chute, à réduire ce dernier au maximum en fonction de la situation et des participants;
- vérifient que le contrôle du partenaire a été effectué avant de commencer l'escalade;
- s'encordent sur les glaciers enneigés;
- vérifient que les participants ont retiré les bijoux qui les gênent (notamment les bagues);
- prévoient suffisamment de pauses permettant l'hydratation et des apports énergétiques;
- choisissent, lors des passages d'escalade, une méthode adaptée pour les effectuer de manière efficace et suffisamment sûre.

Sport des enfants

Les monitrices et moniteurs J+S

- exercent une surveillance adaptée au degré de développement, notamment lors de l'assurage.

Spécificités des visites de grottes

Les monitrices et moniteurs J+S

- s'assurent que chaque groupe qui visite une grotte non touristique est accompagné par quelqu'un qui connaît la grotte et qu'il suit ses instructions;
- appliquent la même technique dans la visite de grottes qu'en alpinisme; la plongée et la natation sont interdites.

Spécificités des vias ferratas

Les monitrices et moniteurs J+S

- veillent à ce que tous les participants portent un casque, un baudrier et un set de via ferrata aux normes comprenant un coulisseau antichutes (tenir compte du poids du participant);
- veillent à ce que les participants soient assurés, si nécessaire, avec une corde supplémentaire.

