



Sports de neige hors des pistes

Attention au danger d'avalanches!

Randonnée à skis, à raquettes ou hors-piste: la pratique des sports de neige hors des pistes promet des journées hivernales mémorables. Mais elle comporte aussi un certain risque d'avalanche et de chute dans le vide. Opter pour le comportement et l'équipement adéquats permet d'éviter les accidents.

Chaque année en Suisse, en moyenne 21 personnes perdent la vie dans des avalanches qui surviennent hors des pistes. Évaluer le risque d'avalanche est une tâche difficile, qui nécessite des connaissances en la matière ainsi qu'une planification soigneuse des sorties.

Il est recommandé aux personnes peu expérimentées d'emprunter les itinéraires de descente signalés en jaune ou les sentiers raquettes balisés et sécurisés contre les avalanches. Le site skitouenguru.com aide à planifier et à prévoir une randonnée présentant un risque d'avalanche faible. De nombreuses associations, écoles d'alpinisme ou de sports de neige proposent par ailleurs des cours sur les avalanches et des sorties encadrées.

La pratique non encadrée du ski de randonnée, du hors-piste ou de la raquette à neige hors des sentiers balisés nécessite une formation adéquate. À cet effet, suivez des cours proposés par différents prestataires et trouvez des informations sur whiterisk.ch.

Pour pouvoir faire face aux situations d'urgence, il faut toujours emporter un téléphone portable, un détecteur de victimes d'avalanche (DVA), une sonde, une pelle et un sac airbag.

Nos principaux conseils

- Empruntez des **itinéraires sécurisés** (itinéraires de descente balisés en jaune, sentiers raquettes) ou optez pour des **randonnées à skis** présentant un faible risque (skitouenguru.com).
- Suivez un cours sur les **avalanches**.
- Si vous manquez d'expérience, faites-vous **guider par une personne qui s'y connaît en avalanches**.
- Procurez-vous des informations actuelles sur le **danger d'avalanches, les conditions d'enneigement et la météo**.
- Emportez un **téléphone portable ainsi que l'équipement de secours en cas d'avalanche**: détecteur de victimes d'avalanche (DVA), sonde, pelle et sac airbag.

Plus d'informations sur la pratique des sports de neige hors des pistes: bpa.ch/sports-de-neige

