



SGGM | SSMM

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Societ  Suisse de Médecine de Montagne
Societ  Svizzera di Medicina di Montagna



Mountain Emergency Medicine Course

-

Pré-requis techniques minimaux

Généralités :

- Bon esprit d'équipe et de collaboration
- Bonne condition physique pour la randonnée en montagne, la randonnée à ski et l'alpinisme (dénivelé de 1000-1200m/jour)
- Absence de vertige

Techniques alpine :

- Marche et grimpe avec piolet et crampons à glace dans un terrain facile
- Escalade en tête avec chaussures de montagne de degré 3 (UIAA)
- Escalade et progression avec assurage à la corde courte et mi-longue (courts passages de grimpe plus difficiles, comme de petites longueurs)
- Réalisation d'un ancrage dans le terrain (neige, glace et rocher)
- Utilisation de la carte et de la boussole pour orientation dans le terrain
- Reconnaissance des dangers objectifs et subjectifs

Spécificités pour l'hiver :

-  tre capable d'effectuer une randonnée à ski de manière autonome
- Descente à ski de manière sûre et autonome hors-piste dans tous types de neige (virage parallèles ou stemm)
- Localisation et extraction de la victime d'avalanche avec DVA, sonde et pelle

Maniement de corde :

- Nœud de p cheur, de huit, de Prusik, d'amarre, demi-nœud d'amarre, nœud de bloquage, réserve de corde
- Rappel sur corde à simple et à double
- Assurage du premier de cord e
- Technique de mouflage simple et double (Autrichien /Suisse)
- Auto-sauvetage en crevasse