

## 1. PRÉPARATION

Objectif de la sortie avec variantes et horaire.

### Conditions



- Bulletin d'avalanches (prévisions)
- Prévisions météorologiques
- Portails de sorties sur internet (avec précaution)
- Horaire / saison
- Autres infos

### Terrain



- Préparer l'itinéraire sur la carte 1:25000, y c. les variantes
- Topoguides et cartes de randonnée à ski
- Chercher et évaluer les passages clés
- Infos provenant des connaisseurs des lieux

### Facteur humain



- Qui participe ?
- Taille du groupe ?
- Clarifier les responsabilités et attentes des participants
- Condition physique du groupe / encadrants
- Équipement
- Horaire

## 2. ÉVALUATION SUR PLACE

Représentation mentale = réalité ? Observer en permanence, réviser la préparation si nécessaire

### Conditions



- Chercher des signes d'alarme
- Météo actuelle, tendance
- Situations avalancheuses typiques / situation avalancheuse favorable ?
- Bulletin d'avalanches correct ?
- Visibilité

### Terrain



- Aperçu des passages clés
- Endroits potentiellement dangereux
- Itinéraire et variantes possibles
- Traces existantes

### Facteur humain



- Contrôle DVA
- Contrôler l'équipement
- Bien-être (groupe, personnel)
- Horaire réaliste ?
- Pièges de la perception
- Autres groupes
- Mettre l'accent sur les feedbacks

## 3. LA PENTE

Réflexions finales sur la prise de risque, choix de la trace, mesures de précaution ou renoncement.

### Conditions



- Situations avalancheuses typiques dans la pente ? Et sont-elles critiques ? Où la situation avalancheuse est-elle favorable ?
- Visibilité
- Parcouru fréquemment
- Autres dangers (glaciers, corniches, etc)

### Terrain



- Déclivité
- Exposition et altitude (favorable/défavorable)
- Forme du terrain
- Taille de la pente
- Conséquences possibles / piège du terrain
- Choix de la trace

### Facteur humain



- Bien-être (groupe, personnel)
- Faits ↔ sentiments
- Tactique (distances, descendre un par un, s'arrêter aux endroits sûrs)
- Communication
- Conduite du groupe / discipline