

# LA SÉCURITÉ SUR LES PISTES DE SKI



La sécurité sur les pistes est devenue une question primordiale à l'heure actuelle. L'augmentation croissante du nombre de skieurs et le matériel de ski de plus en plus perfectionné conduisent à une pratique plus dangereuse des sports d'hiver. Il faut désormais insister sur les bons comportements à suivre pour skier en évitant les accidents...

## L'ÉQUIPEMENT SÉCURITAIRE

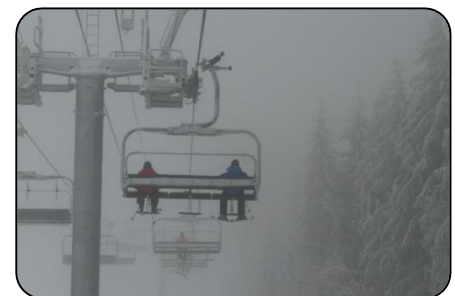
Pour skier en toute sécurité, il est indispensable d'avoir un équipement de bonne qualité, adapté à son gabarit et surtout bien réglé. Ainsi, il est vivement recommandé de porter un casque, surtout pour les enfants, qui atténuera le choc en cas de chute. Il est également fortement conseillé de faire régler ses skis par un professionnel, qui les réglera en fonction de la taille, du poids ou encore du niveau de ski et de l'usure des genoux. Il est aussi préconisé de faire entretenir son équipement régulièrement : fartage (pour mieux glisser) et affutage (pour que les skis accrochent la piste). Le port de lunettes de soleil ou d'un masque de ski est vivement suggéré, car la visibilité joue un rôle majeur pour la sécurité sur les pistes. Enfin, des gants de ski et une tenue bien chaude sont bien entendu indispensables pour la pratique du ski en temps froid.



*Le casque est un moyen efficace pour se protéger*

## LA MÉTÉO

Le brouillard, les chutes de neige ou même un soleil éblouissant peuvent rendre les conditions de ski difficiles car ils ont un impact direct sur la visibilité du skieur.



*Des conditions de ski défavorables...*

Or, une mauvaise visibilité conduira à une pratique dangereuse du ski : risque de chutes, de collision, de dépassement des limites des pistes... c'est pour cela qu'il faut bien s'informer en amont des conditions météorologiques de la station (généralement au pied des pistes et sur le site internet de la station), mais également disposer d'un bon équipement : masque antibrouillard, lunettes ou masque avec un indice élevé contre les rayonnements solaires.

## LES 10 COMMANDEMENTS DU SKIEUR



### RESPECT D'AUTRUI

Je respecte les autres en ayant un comportement correct pour ne pas les mettre en danger.



### MAITRISE DE LA VITESSE

J'adapte mon allure en fonction de mes capacités et de la densité du trafic sur la piste.



### PRIORITÉ SKIEUR EN AVAL

Les skieurs en dessous de moi ont toujours la priorité. Celui qui se trouve en amont (au-dessus) a une position qui lui permet de choisir une trajectoire. Il doit donc faire ce choix de façon à préserver la sécurité de la personne qui est en aval (en-dessous).



### DÉPASSEMENT

Je garde mes distances pour doubler. Le dépassement peut s'effectuer par l'amont ou par l'aval, par la droite ou par la gauche et toujours se faire de manière assez large pour prévenir le comportement de celui que l'on dépasse.



### AU CROISEMENT DES PISTES OU LORS D'UN DÉPART

Au départ ou à un croisement, je m'assure de ne gêner personne et je laisse la priorité au skieur en aval.



### STATIONNEMENT

J'évite de stationner au milieu de la piste. Je me place à gauche ou à droite. En cas de chute, je dois libérer la piste le plus vite possible.



### MONTÉE ET DESCENTE À PIED

Si je dois remonter ou descendre à pied la piste, j'emprunte toujours le bord de la piste en restant vigilant.



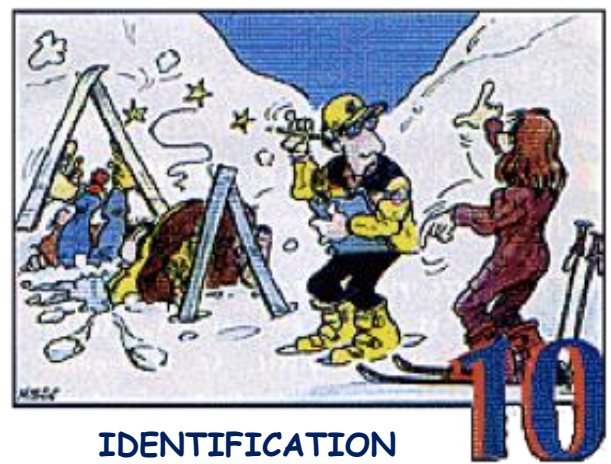
### RESPECT DE L'INFORMATION, DU BALISAGE ET DE LA SIGNALISATION

Je m'informe de la météo, de l'état des pistes et je respecte les consignes et le balisage en place.



### ASSISTANCE

En cas d'accident, je donne l'alerte à la remontée mécanique la plus proche et je reste à la disposition des secouristes.



### IDENTIFICATION

Si je suis témoin d'un accident, je me fais connaître auprès des secouristes.

- Les mesures de sécurité lors du ski en groupe

Skier en groupe implique des règles bien particulières : lorsqu'on skie en file indienne, il faut respecter une distance de sécurité afin de ne pas faire un « effet domino » en cas de chute. Pour s'arrêter lorsqu'on forme un groupe, on doit toujours s'arrêter au-dessus du groupe. Enfin, afin de ne pas perdre le reste du groupe, la règle consiste à s'attendre avant un croisement de pistes.

## LA SIGNALISATION SUR LES PISTES

Les pistes de ski disposent de nombreuses signalisations (panneaux, balises, filets...) relatives à la sécurité. Ces signalisations sont là pour prévenir des dangers éventuels : panneaux « ralentir » aux croisements de pistes, filets au bord des précipices... .

- Les balises numérotées

Les balises numérotées en bord de pistes permettent de se situer sur la piste. Les numéros sont décroissants d'amont en aval. Plus on se rapproche de la balise 1, plus la fin de la piste est proche. La couleur de la balise correspond à la couleur de la piste, du plus facile au plus difficile : verte / bleue / rouge puis noire. **Les panneaux signalant un danger.** Ils sont de forme triangulaire et sont situés soit sur le tracé de la piste, soit en bord de piste et préviennent des éventuels dangers.



Une balise

### Balisage et signalisation sur les pistes

	PISTE FERMÉE	PISTE FACILE	PISTE DE DIFFICULTÉ MOYENNE	PISTE DIFFICILE	PISTE TRÈS DIFFICILE
SUR LE TRACÉ DE LA PISTE					
	DANGER	CROISEMENT	CROISEMENT TÉLESKI	ENNEIGEUR	
À PROXIMITÉ IMMÉDIATE DE LA PISTE					
	DANGER	CREVASSES	FALAISES	AVALANCHES	

- Jalons, piquets de bord de piste

Le long des pistes, on retrouve des jalons (ou piquets) qui délimitent la piste. Ils sont de la même couleur que la difficulté de la piste. Les jalons qui sont situés sur le bord droit de la piste, pour les différencier des jalons sur le bord gauche, ont toujours un sommet orange fluorescent qui permet aux jalons d'être vus en cas de brouillard. Ainsi il est plus facile de se repérer et de ne pas sortir de la piste. Si l'on rencontre des jalons noir et jaune, c'est mauvais signe : il y a danger (vallon, trou, bosse, manque de neige, pierre, plaque de verglas...)

- Filets, banderoles, « matelas »

Pour signaler un danger sur les pistes, on peut également trouver des banderoles indiquant « ralentir », « intersection » ou « danger » dans les zones à risques : croisements de pistes, départ d'un télésiège... il est impératif de les respecter au risque



*Banderole de signalisation de danger*



*« Matelas »*

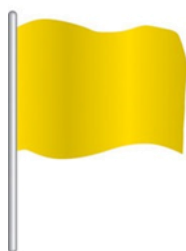
de percuter un autre skieur, une remontée mécanique, ou un arbre... . On peut également trouver des cordes, des filets orange en bord de piste, qui indiquent une crevasse, un trou, un ravin... mais aussi des « matelas » orange, enroulés autour de certains pylônes, qui amortissent le choc en cas de collision.

- La signalisation avalanches (voir fiche thématiques « les avalanches »)

Une signalétique sous forme d'un panneau et de drapeaux est spécialement prévue pour signaler les risques potentiels d'avalanches sur la station :



*Panneau qui indique un risque d'avalanche*



*Niveau 1 ou 2 : risque faible ou limité*



*Niveau 3 ou 4 : risque marqué ou fort*



*Niveau 5: risque très fort !*

# Quel comportement adopter sur les remontées mécaniques ?

Lorsque l'on emprunte les remontées mécaniques, il y a un certain nombre de règles à respecter pour le bon fonctionnement de celles-ci :

## • Sur les téléskis

Avant de prendre le téléski, on freine bien pour s'arrêter et prendre la file d'attente.

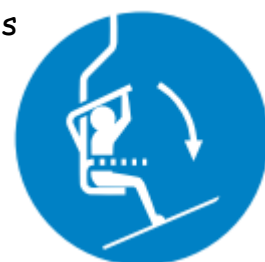
- ✎ Enlever les dragonnes des poignets pour éviter de rester accroché à la perche et garder ses bâtons dans une seule main.
- ✎ Ne pas slalomer et garder la perche jusqu'à l'arrivée pour ne pas faire dérailler le câble et blesser ceux qui montent.
- ✎ En cas de chute, lâcher la perche et dégager rapidement la piste de montée.
- ✎ À l'arrivée, lâcher la perche à l'endroit indiqué ! En cas de dépassement du point d'arrivée, l'arrêt automatique est déclenché.
- ✎ Dégager rapidement l'aire d'arrivée au risque de se faire heurter par une perche !



*Au téléski on garde ses bâtons dans une seule main*

## • Sur les télésièges

- ✎ Placer le sac à dos devant soi au risque de rester accroché au siège.
- ✎ Si l'embarcation se fait mal, il vaut mieux laisser partir le siège pour ne pas rester suspendu.
- ✎ Baisser le garde-corps pour éviter la chute.
- ✎ En cas de panne, on attend patiemment les secours, il ne faut jamais sauter du siège, même à l'arrêt. C'est toujours plus haut que l'on ne le pense.
- ✎ On ne doit pas se balancer sur le télésiège, ce n'est pas une balançoire !
- ✎ En cas de mauvais débarquement, il vaut mieux rester assis et laisser ses jambes pousser la tige horizontale d'arrêt automatique



*Au télésiège on baisse le garde-corps*

- Dans les télécabines :

- ✎ Il ne faut pas dépasser le nombre maximum de passagers, ni faire balancer la cabine.
- ✎ L'ouverture et la fermeture des portes sont automatiques, ne pas chercher à les ouvrir soi-même et ne pas s'appuyer contre.
- ✎ Il ne faut pas se pencher et ne rien jeter par les fenêtres.
- ✎ En cas d'arrêt, attendre calmement le redémarrage ou l'intervention du personnel.
- ✎ Il est interdit de fumer.



*Ensemble de pictogrammes que l'on peut trouver dans une télécabine*

## AUTRES ORGANES DE SÉCURITÉ




- Les pisteurs-secouristes

Si l'on est témoin d'un accident sur la piste de ski, il faut avertir rapidement le personnel de la remontée mécanique la plus proche. Ceux-ci s'occuperont d'appeler les secours : les pisteurs-secouristes ([voir fiche « les métiers spécifiques à la montagne »](#)) qui interviendront sur le lieu de l'accident. Les pisteurs-secouristes sont les organes principaux quant à la sécurité sur les pistes de ski. Ils ne sont pas seulement présents pour secourir les personnes en difficultés, ce sont aussi eux qui mettent en place les protections type « matelas », les filets de protection, les banderoles de signalisation, les panneaux et flèches directionnelles... afin de toujours mieux prévenir les risques d'accidents. Les pisteurs-secouristes n'hésiteront pas non plus à fermer des pistes en cas de risque d'avalanche ou par manque de neige.

- Les assurances

Afin de parer à tout risque d'accident, il faut bien veiller à être assuré lors d'une sortie au ski. Soit une assurance individuelle accident est déjà souscrite par le biais d'autres assurances personnelles, soit il est possible de souscrire à une assurance à la journée en achetant son forfait de ski.

- Pour en savoir plus :

-  [Un jeu de société sur le ski](#)
-  [Un site sur le secours et la sécurité en station](#)
-  [Un diaporama sur la sécurité en station](#)



# LA SÉCURITÉ SUR LES PISTES DE SKI

Fiche élève

Nom :

Prénom :

Classe :

À ton avis, quels équipements sont les plus adaptés à la pratique des sports d'hiver ? Entoure les bonnes réponses (une bonne réponse par équipement).



À quels commandements correspondent ces vignettes ? Replace les légendes correspondantes sous les vignettes. Attention, elles ne sont pas toutes utilisables :

Maîtrise de la vitesse - Assistance - Identification - Respect de l'information, du balisage et de la signalisation - Dépassement - Respect d'autrui - Croisement des pistes - Stationnement - Montée et descente à pied.



Entoure les panneaux que tu peux rencontrer en station de ski :



**Coche la bonne réponse :**

***Lorsqu'on prend le télésiège, on doit :***

- Mettre son sac à dos devant soi ?
- Laisser son sac à dos sur son dos ?
- Présenter le contenu de son sac à dos au conducteur ?

***Lorsqu'on prend le téléski, on doit :***

- Garder les dragonnes des bâtons autour de ses poignets ?
- Laisser ses bâtons au conducteur pour ne pas qu'ils nous gênent ?
- Enlever les dragonnes de ses poignets ?

***Dans la télécabine :***

- On peut faire balancer la cabine pour faire peur aux passagers ?
- On peut se pencher par la fenêtre pour admirer la vue ?
- Il ne faut pas s'appuyer contre les portes ?

# LA SÉCURITÉ SUR LES PISTES DE SKI

## Fiche élève corrigée

À ton avis, quels équipements sont les plus adaptés à la pratique des sports d'hiver ? Entoure les bonnes réponses (une bonne réponse par équipement).



À quels commandements correspondent ces vignettes ? Replace les légendes correspondantes sous les vignettes. Attention, elles ne sont pas toutes utilisables :

~~Maîtrise de la vitesse~~ - Assistance - Identification - ~~Respect de l'information, du balisage et de la signalisation~~ - Dépassement - Respect d'autrui - Croisement des pistes - ~~Stationnement~~ - ~~Montée et descente à pied~~



Maîtrise de la vitesse



Respect de l'information, du balisage  
et de la signalisation

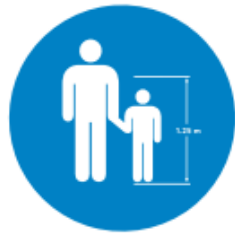


Montée et descente à pied



Stationnement

Entoure les panneaux que tu peux rencontrer en station de ski :



**Coche la bonne réponse :**

*Lorsqu'on prend le télésiège, on doit :*

- Mettre son sac à dos devant soi.
- Laisser son sac à dos sur son dos.
- Présenter le contenu de son sac à dos au conducteur.

*Lorsqu'on prend le téléski, on doit :*

- Garder les dragonnes des bâtons autour de ses poignets.
- Laisser ses bâtons au conducteur pour ne pas qu'ils nous gênent.
- Enlever les dragonnes de ses poignets.

*Dans la télécabine :*

- On peut faire balancer la cabine pour faire peur aux passagers.
- On peut se pencher par la fenêtre pour admirer la vue.
- Il ne faut pas s'appuyer contre les portes.