

# Savoir reconnaître l'alerte

Consignes nationales sur les risques majeurs

**Vous entendez la sirène...**

Un son montant et descendant  
**3 fois 1 minute 41s** séparées par un court silence

**Vous entendez la fin d'alerte...**

Un son continu de **30 secondes**

## Consignes générales à suivre

Informez-vous sur les risques encourus à l'endroit où vous êtes et les consignes de sécurité spécifiques. Disposez d'un poste de radio à piles.

### A FAIRE



Suivant l'évènement, rentrez dans un bâtiment ou quittez la zone dangereuse, dès l'audition de l'alerte, donnée par la sirène ou tout autre moyen.



Mettez-vous à l'écoute de la radio (France Bleu, France Info). Respectez les consignes des autorités.

### A NE PAS FAIRE



N'allez pas chercher vos enfants à l'école.  
 Ne téléphonez pas, libérez les lignes pour les secours.



Attendez les consignes des auto-rités ou le signal de fin d'alerte pour sortir.

Attendez les consignes des autorités ou le signal de fin d'alerte pour sortir.

**CE DOCUMENT EST À LIRE ATTENTIVEMENT ET À CONSERVER !**



**CCMV**  
 [Communauté de Communes du Moyen Verdon]  
 4, Bd Saint-Michel - B.P. 28  
 04120 Castellane  
 Tél : 04 92 83 68 99  
 ccmv@orange.fr  
 www.cc-moyenverdon.fr



**CYPRES**  
 [Centre d'information pour la prévention des risques majeurs]  
 Route de la Vierge - CS1  
 13696 Martigues cedex  
 Tél. : 04 42 13 01 00  
 cypres@cypres.org  
 www.cypres.org

# DICRIM

## [ Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs ]

ALLONS | ANGLES | BARRÈME | CASTELLANE | BLIEUX | CHAUDON-NORANTE  
 CLUMANC | LA GARDE | LA MURE-ARGENS | LAMBRUISSÉ | MORIEZ | ROUGON  
 SAINT-ANDRÉ-LES-ALPES | SAINT-JACQUES | SAINT-JULIEN-DU-VERDON  
 SAINT-LIONS | SENEZ | TARTONNE



Brochure imprimée en 2010 - Création : www.studiob-design.fr - Imprimé par Pure Impression sur papier certifié PEFC 70% - FCBA/08-008892 IMPRIM'VERT®



## Présentation du **DICRIM**

[ Document d'Information  
Communal sur les  
Risques Majeurs ]

La Communauté de Communes du Moyen Verdon a coordonné la réalisation des Documents d'Information Communaux sur les Risques Majeurs (DICRIM) qui ont été élaborés par ses 18 communes membres afin d'informer leurs habitants des mesures préventives en cas de catastrophe majeure. Ces documents d'information s'appuient sur les Documents Communaux Synthétiques établis par la Préfecture et sur les Plans Communaux de Sauvegarde qui définissent l'organisation et les moyens à déployer dans de telles circonstances.

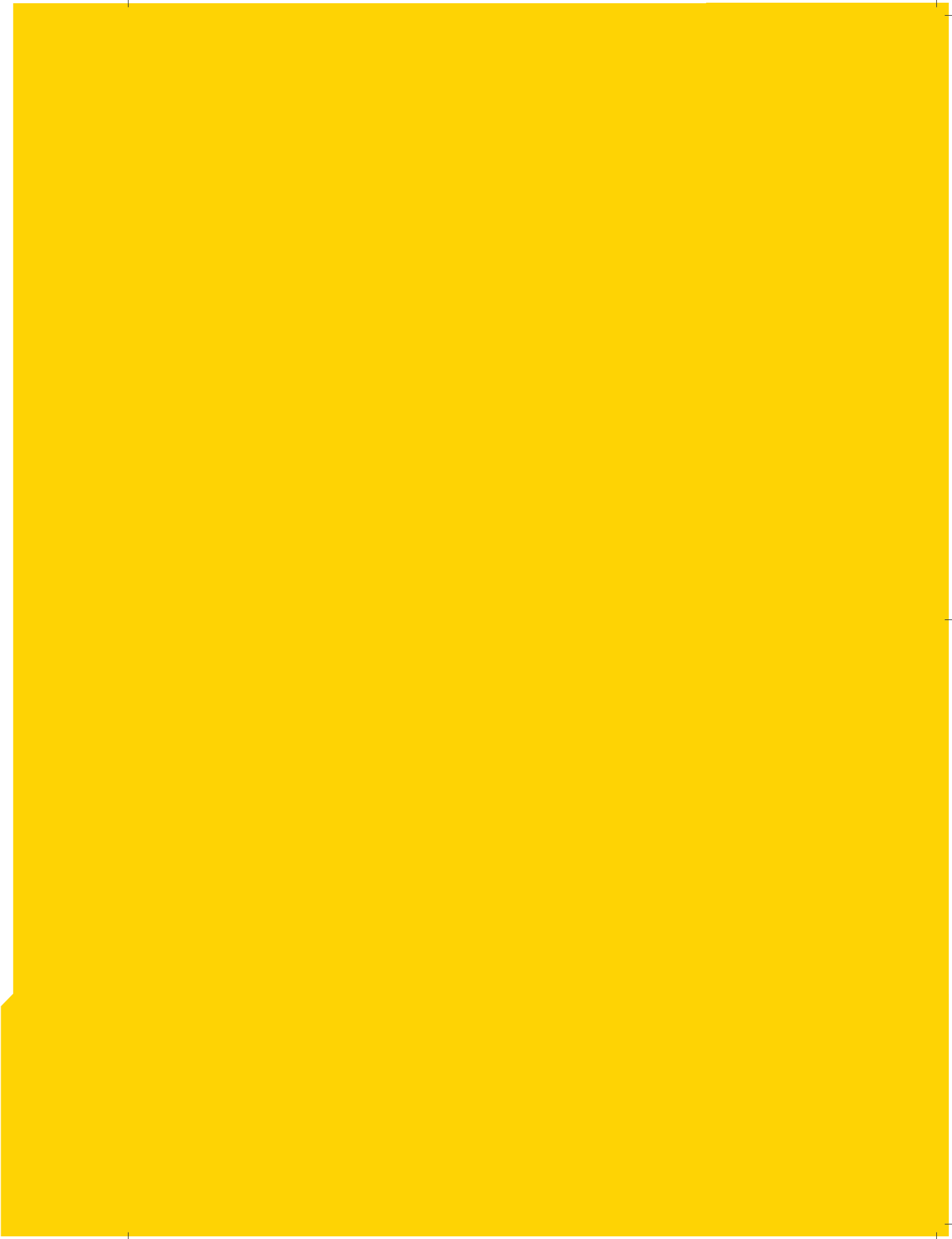
L'actualité nous rappelle malheureusement trop souvent que nous sommes tous, à des degrés divers selon où nous nous trouvons, exposés à certains risques naturels et/ou technologiques. Le risque zéro n'existe pas, y compris sur le territoire de la Communauté de Communes du Moyen Verdon. C'est pourquoi nous avons engagé cette démarche mutualisée à l'échelle des 18 communes, axée sur l'information et la prévention, qui vise à sensibiliser la population sur les risques majeurs qu'elle encourt et sur les mesures de sauvegarde pour s'en protéger.

Pour mener à bien ce travail, la Communauté de Communes a bénéficié de l'appui technique du CYPRES, association loi 1901 oeuvrant pour la protection de l'environnement et pour l'information de la population sur les risques naturels et technologiques à l'échelle de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur.

L'objectif de ce DICRIM est donc de vous faire connaître les différents risques naturels recensés sur votre commune. Ce document ne se veut en rien alarmiste mais chaque citoyen a le droit d'être informé des risques auxquels il est exposé. C'est une condition essentielle pour que chacun acquière un comportement responsable et ait les bons réflexes dans le cas d'une éventuelle alerte.

**Serge PRATO,**

*Président de la Communauté  
de Communes du Moyen Verdon*



# Saint-André-les-Alpes

## RISQUES NATURELS



### Risque inondation

**La commune est soumise à un fort risque d'inondation :**

- *une crue du Verdon en aval de la confluence avec l'Issole. La digue en rive droite est suffisamment haute pour éviter une submersion mais les risques d'affouillement et de destruction de la digue ne peuvent pas être négligés,*
- *une crue de l'Issole qui concernerait la CD 2.*

Une inondation a touché la commune en novembre 1994 et a fait l'objet d'un arrêté de reconnaissance de l'état de catastrophe naturelle.



### Risque feu de forêt

Le risque feu de forêt est important car 50 à 75% de la surface communale est occupée par des massifs forestiers.

**1967 :** *incendie de forêt sur le versant est du sommet de Meynière, de l'Auragnier, du Congluet,*

**1982 :** *incendie sur le versant ouest de la crête des Serres qui a parcouru 1950 hectares,*

**1989 :** *incendie sur le versant ouest de la montagne de Maurel qui a parcouru plus de 200 hectares.*



Notre région est un espace fortement soumis aux risques naturels et ces problèmes concernent, par l'exception de leur caractère, leur soudaineté et leur brutalité l'ensemble de nos concitoyens, de nos entreprises, de nos structures. Informer la population sur les différents types de risques auxquels elle peut se trouver confrontée est un devoir citoyen.

Le DICRIM (*Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs*) recense l'ensemble des risques pouvant toucher notre commune.

Il informe nos concitoyens sur les consignes individuelles de sécurité à respecter et les mesures à prendre si, hélas, l'une des catastrophes évoquées se produisait.

Informé c'est :

- *Vous sensibiliser à ces situations qui peuvent devenir dangereuses.*
- *Vous prévenir et faire en sorte que vous ayez la connaissance des risques majeurs.*

En résumé ce document, de part sa connaissance, fait de vous un acteur de votre sécurité dans les cas de risques majeurs.

**Serge PRATO**

*Maire de  
Saint-André-les-Alpes*



## Risque **mouvement de terrain**

La commune est sensible à des risques localisés sur le versant est du Chalvet, sur le versant ouest de la crête des Serres et au lieu-dit "le Rouchas" sur la montagne de Courchons. Elle est concernée par le phénomène de retrait-gonflement des argiles.



## Risque **sismique**

La commune est située en zone 1b, risque faible selon le zonage établi par le décret 91-461 du 14 mai 1991. Le 25 novembre 1994, se produisit une secousse d'intensité 3.5 sur l'échelle de Richter, d'épicentre situé à 10 km au sud-ouest de Castellane.



## Risque **avalanche**

Le risque avalanche est faible sur la commune. Les secteurs supposés à risque sont le versant Nord de la montagne de l'Aup et le versant est de la montagne "le Chalvet".



0 2,5 Km 5 Km

**+** Obtenir des renseignements

**MAIRIE DE SAINT-ANDRÉ-LES-ALPES**

Place Marcel Pastorelli  
04170 St-André-les-Alpes

☎ : 04 92 89 02 04

📠 : 04 92 89 02 56

mairie.st-andre.les.alpes

@wanadoo.fr

RISQUE NATUREL



# le risque inondation

## Qu'est-ce qu'une inondation ?

» **Une inondation est une submersion plus ou moins rapide d'une zone habituellement hors d'eau.**

On distingue trois types d'inondation :

- l'inondation de plaine avec débordement du cours d'eau en dehors de son lit mineur et/ou remontée de la nappe d'eau souterraine,
- l'inondation par ruissellement urbain liée à l'imperméabilisation des sols en zone urbanisée,
- l'inondation par crue torrentielle, liée à des précipitations intenses.

## Mesures de prévention face au risque inondation

### » Prévention

Prise en compte du risque dans l'urbanisme (*interdiction de construire dans les zones les plus exposées*).

Des travaux d'aménagement, de restauration et d'entretien des cours d'eau et des berges sont réalisés, selon les secteurs géographiques, par la commune, les services du Conseil Général des Alpes de Haute-Provence (*Brigades bleues*) pour le bassin versant de l'Asse et le Syndicat Intercommunal à Vocation Unique (SIVU) d'entretien des berges du Verdon.

### » Prévion

La procédure de vigilance météorologique permet aux autorités responsables de l'Etat de recevoir l'alerte et de prévenir, en cas de danger, le maire et les radios locales.

Une carte de vigilance météorologique est élaborée systématiquement deux fois par jour par Météo-France. Une couleur (*vert, jaune, orange, rouge*) est attribuée à chaque département, selon les dangers potentiels associés aux conditions météorologiques prévues. Lorsqu'un département est classé en orange ou rouge, une procédure de suivi est mise en place par Météo-France. Cette procédure complète le dispositif de prévision des crues.

### » Protection

Travaux de correction des ravins par création de seuil, protection de berges enrochées.

Mise en place d'un plan d'alerte et de secours spécifique dans les campings situés en zone inondable.



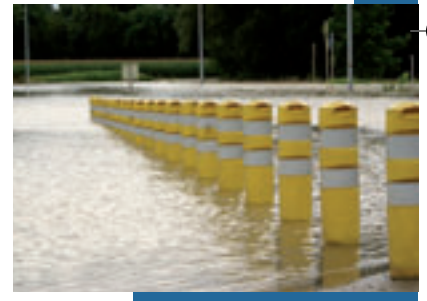
Pour en savoir 

[www.prim.net](http://www.prim.net)

site portail thématique du ministère de l'Ecologie, de l'Energie, du Développement durable et de la Mer dédié à la prévention des risques majeurs

[www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr](http://www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr)

site de la préfecture des Alpes de Haute-Provence



[www.vigicrues.ecologie.gouv.fr](http://www.vigicrues.ecologie.gouv.fr)

site du serveur national de prévision des crues

[www.cypres.org](http://www.cypres.org)

site d'information sur les risques majeurs en Région Provence-Alpes-Côte d'Azur

# Consignes générales face à une inondation

## AVANT : S'organiser et anticiper

- Mettre hors d'eau les meubles et objets précieux : albums de photos, papiers personnels, factures, les matières et les produits dangereux ou polluants,
- Identifier le disjoncteur électrique et le robinet d'arrêt du gaz,
- Aménager les entrées possibles d'eau : portes, soupiraux, évents,
- Amarrer les cuves, etc.
- Repérer les stationnements hors zone inondable,
- Prévoir les équipements minimums : radio à piles, réserve d'eau potable et de produits alimentaires, papiers personnels, médicaments urgents, vêtements de rechange, couvertures...

## PENDANT : Se mettre à l'abri

- Ne pas tenter de rejoindre ses proches ou d'aller chercher ses enfants à l'école,
- Eviter de téléphoner afin de libérer les lignes pour les secours,
- N'entreprendre une évacuation que si vous en recevez l'ordre des autorités ou si vous êtes forcés par la crue,
- Ne pas s'engager sur une route inondée (à pied ou en voiture)

## APRÈS : Respecter les consignes

- Aérer,
- Désinfecter à l'eau de javel,
- Chauffer dès que possible,
- Ne rétablir le courant électrique que si l'installation est sèche.

## Consignes individuelles de sécurité



➤ Fermez portes, fenêtres, soupiraux, aérations



➤ Montez à pied dans les étages



➤ N'allez pas chercher vos enfants à l'école pour ne pas les exposer



➤ Fermez le gaz et l'électricité



➤ Écoutez la radio  
➤ Respectez les consignes des autorités



➤ Ne téléphonez pas, libérez les lignes pour les secours

RISQUE NATUREL



# le risque feu de forêt

## Qu'est-ce qu'un feu de forêt ?

- » **On parle de feu de forêt lorsqu'un feu concerne une surface minimale d'un hectare d'un seul tenant et qu'une partie au moins des étages arbustifs et/ou arborés (parties hautes) est détruite. La période de l'année la plus propice aux feux de forêt est l'été, car aux effets conjugués de la sécheresse et d'une faible teneur en eau des sols, viennent s'ajouter les travaux en forêt.**

Trois conditions sont nécessaires :

- *Une source de chaleur (flamme, étincelle), la malveillance, les accidents, l'imprudence des hommes sont souvent à l'origine des incendies (travaux agricoles, forestiers, cigarettes, barbecues, dépôts d'ordures, écobuage non contrôlé),*
- *De l'oxygène : le vent active la combustion,*
- *Un combustible (végétation).*

Le risque de feu est plus lié à l'état de la forêt (sécheresse, disposition des différentes strates, état d'entretien, densité, relief, teneur en eau...) qu'à l'essence forestière elle-même (chênes, conifères...).

## Mesures de prévention face au risque feu de forêt

### » Prévention

Les mesures générales de prévention visent à empêcher l'éclosion d'un sinistre. Il existe dans le département une réglementation de l'emploi du feu définie par arrêté préfectoral avec 3 périodes (libre, dangereuse - 15/03 au 14/06 et 15/09 au 15/10 - et très dangereuse - 15/06 au 14/09).

Le débroussaillage est une obligation. Celui-ci incombe au propriétaire et s'applique aux abords des constructions dans un rayon de 50 mètres et de 10 mètres de part et d'autre des voies privées y donnant accès (arrêté préfectoral n°2007-1697).

### » Prévion

Lors des périodes les plus critiques de l'année, on mesure quotidiennement les conditions hydrométéorologiques et l'état de la végétation. La surveillance est assurée par un réseau de tours de guet et de patrouilles de surveillance équipées pour attaquer les départs de feux.

### » Protection

Des aménagements de terrain sont réalisés en matière de défense contre l'incendie : création de pistes coupe-feu, installation de citernes d'eau...

## Pour en savoir

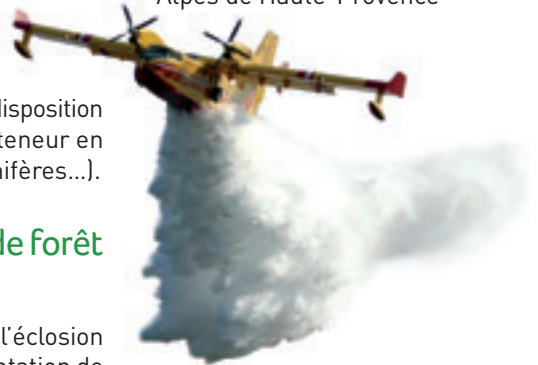


[www.prim.net](http://www.prim.net)

site portail thématique du ministère de l'Ecologie, de l'Energie, du Développement durable et de la Mer dédié à la prévention des risques majeurs

[www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr](http://www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr)

site de la préfecture des Alpes de Haute-Provence



[www.promethee.com](http://www.promethee.com)

site présentant les données chiffrées sur les incendies de forêt (superficie, nombre, répartition) pour quinze départements méditerranéens

[www.cypres.org](http://www.cypres.org)

site d'information sur les risques majeurs en Région Provence-Alpes-Côte d'Azur

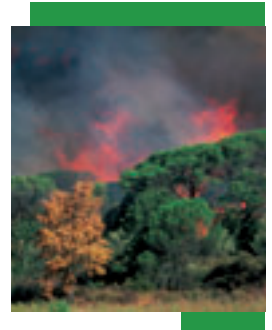
# Consignes générales face à un feu de forêt

## AVANT : S'organiser et anticiper

- Repérer les chemins d'évacuation, les abris,
- Prévoir les moyens de lutte (points d'eau, matériels),
- Débroussailler,
- Vérifier l'état des fermetures, portes et volets, la toiture.

## PENDANT : Se mettre à l'abri

- Si vous êtes témoin d'un départ de feu :
  - informer les pompiers (18 ou 112 portable) le plus vite et le plus précisément possible,
  - attaquer le feu, si possible.
- Dans la nature :
  - s'éloigner dos au vent,
  - si on est surpris par le front de feu, respirer à travers un linge humide,
  - à pied rechercher un écran (rocher, mur...),
  - ne pas sortir de votre voiture.
- Une maison bien protégée est le meilleur abri :
  - fermer et arroser volets, portes et fenêtres,
  - occulter les aérations avec des linges humides,
  - rentrer les tuyaux d'arrosage pour les protéger et pouvoir les réutiliser après.



## APRÈS : Respecter les consignes

- Eteindre les foyers résiduels.

## Consignes individuelles de sécurité



- Dégagez les voies d'accès et les cheminements d'évacuation
- Arrosez les abords



- Rentrez rapidement dans le bâtiment en dur le plus proche



- Ne vous approchez jamais d'un feu de forêt
- Ne sortez pas sans ordre des autorités



- Fermez les vannes de gaz et de produits inflammables



- Fermez volets, portes et fenêtres
- Calfeutrez avec des linges mouillés



RISQUE NATUREL



# le risque mouvement de terrain

## Qu'est-ce qu'un mouvement de terrain ?

- » **Un mouvement de terrain est un déplacement, plus ou moins brutal, du sol ou du sous-sol sous l'effet d'influences naturelles (agent d'érosion, pesanteur, séisme, etc.) ou humaines (exploitation de matériaux, déboisement, terrassement, etc.).**

On distingue :

- *Les mouvements lents entraînent une déformation progressive des terrains, pas toujours perceptible par l'homme. Ils regroupent les affaissements, les tassements, les glissements, la solifluxion, le fluage, le retrait-gonflement et le fauchage.*
- *Les mouvements rapides se propagent de manière brutale et soudaine. Ils regroupent les effondrements liés à la présence de cavités souterraines (carrières ou ouvrages souterrains), les chutes de pierres et de blocs, les éboulements et les coulées boueuses.*

## Mesures de prévention face au risque mouvement de terrain

### » Prévention

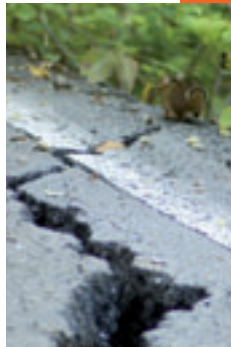
Les zones sensibles aux mouvements de terrain sont prises en compte dans l'urbanisme.

Signalisation routière dans les secteurs dangereux (arrêt ou stationnement interdit).

Inspection quotidienne des routes les plus exposées.

### » Protection

Etudes et travaux de protection mis en place (purge, drainage des glissements, traitement des talus instables).



## Pour en savoir

[www.prim.net](http://www.prim.net)

site portail thématique du ministère de l'Écologie, de l'Énergie, du Développement durable et de la Mer dédié à la prévention des risques majeurs



[www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr](http://www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr)

site de la préfecture des Alpes de Haute-Provence

[www.bdcavite.net](http://www.bdcavite.net)

base de données nationales sur les cavités souterraines

[www.bdmvt.net](http://www.bdmvt.net)

base de données nationales sur les mouvements de terrain

[www.cypres.org](http://www.cypres.org)

site d'information sur les risques majeurs en Région Provence-Alpes-Côte d'Azur

# Consignes générales face à un mouvement de terrain

## AVANT : S'organiser et anticiper

- S'informer des risques encourus et des consignes de sauvegarde.

## PENDANT : Se mettre à l'abri

- En cas d'éboulement :
  - fuir latéralement, ne pas revenir sur ses pas, gagner un point en hauteur, ne pas entrer dans un bâtiment endommagé,
  - dans un bâtiment, s'abriter sous un meuble solide en s'éloignant des fenêtres.
- En cas d'effondrement :
  - à l'intérieur, dès les premiers signes, évacuer les bâtiments et ne pas y retourner, ne pas prendre l'ascenseur.
  - à l'extérieur, s'éloigner de la zone dangereuse.



## APRÈS : Respecter les consignes

- Rejoindre le lieu de regroupement indiqué.

## Consignes individuelles de sécurité

### En cas d'éboulement ou de chute de pierres

Pendant :

#### À L'INTERIEUR



← Abritez-vous sous un meuble solide

#### À L'EXTÉRIEUR



← Evacuez les bâtiments et n'y retournez pas  
← Ne prenez pas l'ascenseur

Après :

#### À L'INTERIEUR



➤ Fermez le gaz et l'électricité

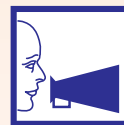


➤ Evacuez les bâtiments et n'y retournez pas  
➤ Ne prenez pas l'ascenseur

#### À L'EXTÉRIEUR



➤ Écoutez la radio  
➤ Respectez les consignes des autorités



➤ Respectez les consignes des autorités

### En cas d'effondrement du sol

#### À L'INTERIEUR



← Eloignez-vous des bâtiments, pylônes, arbres...



← Evacuez les bâtiments et n'y retournez pas  
← Ne prenez pas l'ascenseur

#### À L'EXTÉRIEUR



← Respectez les consignes des autorités

## RISQUE NATUREL



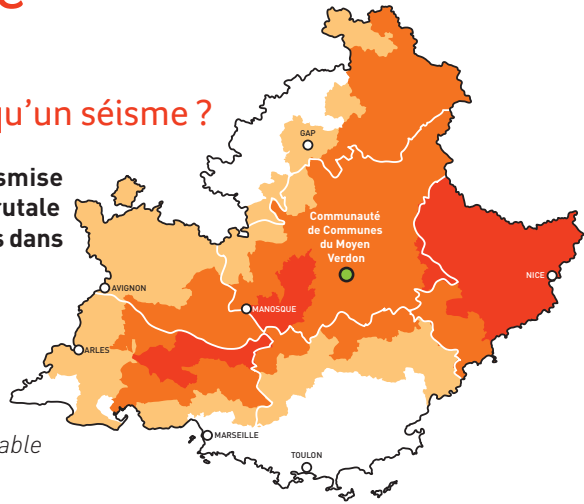
# le risque sismique

## Qu'est-ce qu'un séisme ?

- » **Un séisme est une vibration du sol transmise aux bâtiments, causée par une fracture brutale des roches en profondeur créant des failles dans le sol et parfois en surface.**

Zonage sismique issu du décret n°91-461 du 14 mai 1991 :

- La France est divisée en cinq zones sismiques :
  - 0 = sismicité négligeable
  - 1a = sismicité très faible mais non négligeable
  - 1b = sismicité faible
  - 2 = sismicité moyenne
  - 3 = sismicité forte (Martinique, Guadeloupe)



## Mesures de prévention face au risque sismique

### » Prévention

Des normes parasismiques et un zonage sismique de la région impose l'application de règles de constructions parasismiques pour les zones les plus exposées et la prise en compte du risque dans les documents d'urbanisme. Les normes parasismiques actuellement en vigueur (PS92) seront remplacées par l'Eurocode 8, ensemble de normes européennes pour la conception, le dimensionnement et la mise en œuvre des bâtiments et des structures de génie civil. L'Eurocode 8 et le nouveau zonage devraient rapidement entrer en application.

La mise en place d'un programme national de prévention : le gouvernement a engagé entre 2005 et 2010, un programme national de prévention du risque sismique. L'objectif est de réduire la vulnérabilité au risque sismique.

### » Prévision

Il n'existe, à l'heure actuelle, aucun moyen fiable de prévoir où, quand et avec quelle puissance se produira un séisme. En effet, les signes précurseurs ne sont pas toujours identifiables. A long terme, les prévisions sont basées sur des méthodes statistiques qui analysent la récurrence des séismes dans le temps et dans un lieu donné.

## Pour en savoir +

[www.prim.net](http://www.prim.net)

site portail thématique du ministère de l'Ecologie, de l'Energie, du Développement durable et de la Mer dédié à la prévention des risques majeurs

[www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr](http://www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr)

site de la préfecture des Alpes de Haute-Provence

[www.planseisme.fr](http://www.planseisme.fr)

site d'information sur le programme national de prévention du risque sismique

[www.cypres.org](http://www.cypres.org)

site d'information sur les risques majeurs en Région Provence-Alpes-Côte d'Azur

# Consignes générales face à un séisme

## AVANT : S'organiser et anticiper

- Repérer les points de coupure du gaz, eau, électricité,
- Fixer les appareils et les meubles lourds.

## PENDANT : Se mettre à l'abri

- A l'intérieur : se mettre près d'un mur, une colonne porteuse ou sous des meubles solides, s'éloigner des fenêtres.
- A l'extérieur : ne pas rester sous des fils électriques ou sous ce qui peut s'effondrer (ponts, corniches, toitures...).
- En voiture : s'arrêter et ne pas descendre avant la fin des secousses, se protéger la tête avec les bras, ne pas allumer de flamme.



## APRÈS : Respecter les consignes

- Après la première secousse, se méfier des répliques : il peut y avoir d'autres secousses,
- Ne pas prendre les ascenseurs pour quitter un immeuble,
- Vérifier l'eau, l'électricité : en cas de fuite, ouvrir les fenêtres et les portes, se sauver et prévenir les autorités,
- Si l'on est bloqué sous des décombres, garder son calme et signaler sa présence en frappant sur l'objet le plus approprié (table, poutre, canalisation).

## Consignes individuelles de sécurité

### Pendant : À L'INTERIEUR



← Abritez-vous sous un meuble solide

### À L'EXTÉRIEUR



← Eloignez-vous des bâtiments, pylônes, arbres...

### Après :



➤ Fermez le gaz et l'électricité

### À L'INTERIEUR



➤ Evacuez les bâtiments et n'y retournez pas  
➤ Ne prenez pas l'ascenseur



➤ Écoutez la radio  
➤ Respectez les consignes des autorités

### À L'EXTÉRIEUR



➤ Ne touchez pas aux fils électriques tombés à terre

RISQUE NATUREL



# le risque avalanche

## Qu'est-ce qu'une avalanche ?

- » **Provoquée par la rupture du manteau neigeux, une avalanche correspond à un déplacement rapide d'une masse de neige plus ou moins importante sur une pente.**

Une avalanche peut se produire spontanément ou être provoquée par un agent extérieur. Trois facteurs sont principalement en cause : la surcharge du manteau neigeux d'origine naturelle, la température et le vent.

## Mesures de prévention face au risque avalanche

### » Prévention

Localement, ce risque possède une période de retour très faible. De ce fait, aucune mesure de prévention particulière n'est mise en place. La reforestation des versants réalisée, initialement prévue pour stabiliser les terrains de montagne, joue un rôle dans la lutte contre le départ des avalanches.

### » Prévision

Météo-France édite régulièrement un bulletin d'estimation du risque d'avalanche qui donne, à l'échelle d'un massif, des indications sur l'état du manteau neigeux en fonction de l'altitude, de l'exposition et du relief.



## Pour en savoir

[www.prim.net](http://www.prim.net)

site portail thématique du ministère de l'Ecologie, de l'Energie, du Développement durable et de la Mer dédié à la prévention des risques majeurs



[www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr](http://www.alpes-de-haute-provence.pref.gouv.fr)

site de la préfecture des Alpes de Haute-Provence

[www.arena.org](http://www.arena.org)

site de l'association nationale pour l'étude de la neige et des avalanches

[www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

rubrique montagne

[www.cypres.org](http://www.cypres.org)

site d'information sur les risques majeurs en Région Provence-Alpes-Côte d'Azur

# Consignes générales face à une avalanche

## **AVANT** : Si vous avez à franchir une zone douteuse

- Détecter les zones à risques et les éléments aggravants de terrain,
- Dégager dragonnes, lanières et bretelles de sac,
- Mettre un foulard sur la bouche,
- Traverser un à un, puis s'abriter en zone sûre,
- Ne pas céder à l'euphorie du groupe.

## **PENDANT** : Tenter de fuir latéralement

- Se débarrasser des bâtons et du sac,
- Fermer la bouche et protéger les voies respiratoires pour éviter de remplir ses poumons de neige,
- Essayer de se cramponner à tout obstacle pour éviter d'être emporté,
- Essayer de se maintenir à la surface par de grands mouvements de natation.

## **APRÈS** : Se faire repérer

- Ne pas s'essouffler en criant ; pour tenter de se faire entendre, émettre des sons brefs et aigus (l'idéal serait un sifflet),
- Faire un maximum d'efforts pour vous dégager si vous sentez que l'avalanche va s'arrêter,
- Au moment de l'arrêt, si l'ensevelissement est total, efforcez-vous de créer une poche en exécutant une détente énergétique puis ne plus bouger pour économiser l'air.

## Consignes individuelles de sécurité

### A L'INTERIEUR :

En période critique :



- ← Écoutez la radio
- ← Respectez les consignes des autorités



- ← Fermez volets, portes et fenêtres
- ← Calfeutrez avec des linges mouillés

Pendant l'avalanche :



- ← Ne sortez pas des bâtiments

### A L'EXTERIEUR :

En cas d'avalanche :



- ← Fuyez latéralement



- ← Essayez de "nager"

Dans une avalanche :



- ← Formez une poche d'air